

# Cytologia – badanie, które ratuje życie

**Rak szyjki macicy rozwija się powoli i przez długi czas nie daje objawów. Dlatego tak ważne jest regularne wykonywanie cytologii oraz świadomość czynników ryzyka, które mogą prowadzić do rozwoju tej choroby. W ramach Europejskiego Tygodnia Profilaktyki Raka Szyjki Macicy, który obchodzony jest każdego roku w styczniu, warto przypomnieć, jak ważna jest profilaktyka i jak możemy chronić swoje zdrowie.**

Rak szyjki macicy jest jednym z najczęściej diagnozowanych nowotworów u kobiet na świecie. W Polsce co roku około 3000 kobiet dowiaduje się, że choruje na ten nowotwór, a aż 1700 z nich umiera. Co więcej, statystyki pokazują, że wskaźnik umieralności w naszym kraju jest wyższy niż w wielu innych państwach Europy Zachodniej. Powód? Zbyt mała liczba kobiet korzysta z badań profilaktycznych, które pozwalają wykryć zmiany na bardzo wczesnym etapie – kiedy leczenie jest niemal w 100% skuteczne.

## Czym jest rak szyjki macicy i kto jest najbardziej narażony?

Rak szyjki macicy to nowotwór złośliwy rozwijający się w dolnej części macicy. Główną przyczyną jego powstawania jest długotrwałe zakażenie wirusem brodawczaka ludzkiego (HPV), które może prowadzić do zmian przedrakowych i nowotworowych.

Nie każda kobieta, która miała kontakt z wirusem HPV, zachoruje na raka szyjki macicy. Organizm w większości przypadków potrafi samodzielnie zwalczyć infekcję. Jednak u części kobiet wirus pozostaje w organizmie i stopniowo uszkadza komórki, co może prowadzić do nowotworu.

Do grupy podwyższonego ryzyka należą kobiety, które:

- rozpoczęły współżycie seksualne w młodym wieku,
- mają wielu partnerów seksualnych lub ich partnerzy mają liczne kontakty seksualne,
- palą papierosy – substancje zawarte w dymie tytoniowym osłabiają naturalne mechanizmy obronne organizmu,
- są zakażone wirusem HIV

## 27–31 stycznia Tydzień Walki z Rakiem Szyjki Macicy



lub mają osłabiony układ odpornościowy,

- mają w rodzinie przypadki raka szyjki macicy,
- nie wykonują regularnych badań cytologicznych.

### Badania profilaktyczne – cytologia jako najskuteczniejsza broń

Najskuteczniejszą metodą wczesnego wykrycia raka szyjki macicy jest badanie cytologiczne, które pozwala wykryć nawet minimalne zmiany w komórkach szyjki macicy. Cytologia jest szybka, bezbolesna i trwa zaledwie kilka minut.

W ramach programu profilaktyki raka szyjki macicy, finansowanego przez Narodowy Fundusz Zdrowia, kobiety w wieku 25-

64 lat mogą wykonać bezpłatną cytologię co trzy lata. Jeśli kobieta znajduje się w grupie podwyższonego ryzyka (np. jest zakażona wirusem HIV, HPV lub przyjmuje leki osłabiające odporność), badanie może być wykonywane nawet co 12 miesięcy.

Badania realizowane są w poradniach ginekologicznych i wybranych placówkach podstawowej opieki zdrowotnej (POZ), które mają podpisaną umowę z NFZ. Nie jest wymagane skierowanie – wystarczy zgłosić się do jednej z takich placówek i umówić na wizytę.

### HPV – główny sprawca raka szyjki macicy

Rak szyjki macicy niemal zawsze jest związany z zakażeniem wirusem HPV. Szacuje się,

że nawet 80% kobiet i mężczyzn w ciągu życia zostaje zakażonych tym wirusem. Większość osób nie odczuwa żadnych objawów i nawet nie zdaje sobie sprawy, że miała kontakt z HPV.

Najgroźniejsze są typy HPV 16 i 18, które odpowiadają za około 70% przypadków raka szyjki macicy. Istnieją jednak szczepionki, które skutecznie chronią przed zakażeniem tymi odmianami wirusa.

### Szczepienia przeciw HPV – skuteczna ochrona dla dziewcząt i chłopców

Szczepienia przeciw HPV są uznawane za jedną z najskuteczniejszych metod zapobiegania rakowi szyjki macicy.

WHO (Światowa Organizacja Zdrowia) oraz eksperci ds. zdrowia rekomendują szczepienia dla dziewcząt i chłopców w wieku 9-14 lat, zanim rozpoczną aktywność seksualną.

W Polsce szczepienia przeciw HPV są bezpłatne dla nastolatków, a dla dorosłych są częściowo refundowane.

Szczepienia warto rozważyć również u starszych kobiet, które nie były wcześniej zaszczepione – badania pokazują, że mogą one znacząco zmniejszyć ryzyko zachorowania na raka szyjki macicy nawet u kobiet po 30. roku życia.

### Nie zwlekaj – umów się na badanie już dziś!

Mimo dostępnych badań pro-

filaktycznych, tylko 30% Polek regularnie wykonuje cytologię. To zdecydowanie za mało!

Każda kobieta powinna pamiętać, że:

- Regularna cytologia to najlepsza ochrona przed rakiem szyjki macicy.
- Szczepienie przeciw HPV może zmniejszyć ryzyko nowotworu o 70%.
- Wczesne wykrycie zmian nowotworowych oznacza niemal 100% szans na wyleczenie.

Nie odkładaj swojego zdrowia na później! Sprawdź, gdzie w Twojej okolicy można wykonać bezpłatną cytologię i zapisz się na badanie. Profilaktyka to najprostszy sposób, by chronić siebie i swoich bliskich.

**NFZ**

Narodowy Fundusz Zdrowia  
Śląski Oddział Wojewódzki w Katowicach

ul. Kossutha 13 40-844 Katowice

www.nfz-katowice.pl

www.nfz.gov.pl

Telefoniczna Informacja Pacjenta

**800 190 590**