

:HPV

A Patient's Guide راهنمای بیمار



مرکز کنترل بیماری بریتیش کلمبیا
سازمان خدمات بهداشتی و درمانی استانی



SEX

منبع هوشمند

HPV: راهنمای بیمار

HPV: A Patient's Guide

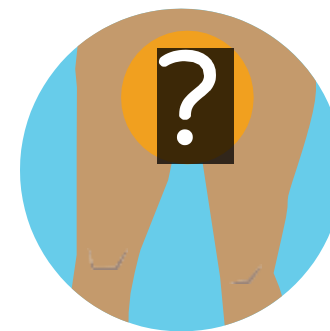
مقدمه Introduction

ویروس پاپیلومای انسانی (HPV) یک ویروس بسیار رایج است که بیش از 100 نوع دارد، از جمله 40 نوع که ناحیه مقعد و تناسلی را تحت تاثیر قرار می‌دهد. در واقع، HPV شایع‌ترین عفونت مقاربتی است و می‌تواند به راحتی از طریق تماس پوست به پوست منتقل شود.

در حالی که اکثر انواع HPV بی‌ضرر هستند و مورد توجه قرار نمی‌گیرند، برخی از انواع HPV در صورت تداوم می‌توانند به طور قابل توجهی بر بدن تأثیر بگذارند. انواع HPV به دو گروه تقسیم می‌شوند: «کم خطر» و «پرخطر». برخی از انواع کم خطر می‌توانند زگیل ایجاد کنند، در حالی که برخی از انواع پرخطر می‌توانند باعث تغییرات سلولی شوند که ممکن است منجر به سرطان شود. برای اکثر افرادی که هیچ علائمی (مانند زگیل تناسلی) ندارند، ویروس به خودی خود از بدن پاک می‌شود.

در حال حاضر واکسن‌هایی وجود دارند که در برابر انواع رایج HPV محافظت می‌کنند. بدون واکسن HPV، اکثر افراد فعال از نظر جنسی در طول زندگی خود به یک یا چند نوع HPV مبتلا می‌شوند.

3.....	HPV چیست؟
What is HPV?	
5.....	چه کسانی به HPV مبتلا می‌شوند؟
Who gets HPV?	
6.....	محافظت در برابر HPV
Protection against HPV	
8.....	تست HPV
HPV Testing	
10.....	اگر به HPV مبتلا هستید
If you have HPV	
11.....	منابع
Resources	



انواع کم خطر HPV HPV Low-Risk Types

دو نوع کم خطر HPV، انواع 6 و 11، باعث ایجاد اکثر زگیل‌های تناسلی می‌شوند. زگیل تناسلی برآمدگی‌های موقتی و بی‌ضرر روی یا داخل اندام تناسلی، مقعد یا ناحیه اطراف آن است. زگیل ناحیه تناسلی ممکن است به صورت یک یا چند برآمدگی صاف یا برجسته، به رنگ پوست یا تیره ظاهر شوند و ممکن است شکل نامنظم یا گل کلم به نظر برسند. ممکن است خارش داشته باشند یا اصلاً قابل توجه نباشند. گاهی اوقات ممکن است خونریزی کنند.

زگیل تناسلی ممکن است بین چند هفته تا چندین ماه یا سال پس از تماس شما با HPV ظاهر شود. معمولاً در عرض دو سال از بین می‌رود، اگرچه ممکن است دوباره عود کند. اینکه بدن شما چقدر سریع زگیل‌های تناسلی را پاک می‌کند به سلامت عمومی و سیستم ایمنی شما بستگی دارد. به عنوان مثال، ممکن است HPV زودتر از بدن افراد غیرسیگاری خارج شود زیرا سیگار کشیدن بر سیستم ایمنی بدن شما تأثیر می‌گذارد.

انواع کم خطر HPV باعث سرطان نمی‌شوند و با خطرات پزشکی مرتبط نیستند. ممکن است برای مبتلایان به آنها یک «مزاحمت» یا نگرانی زیبایی در نظر گرفته شود.

ویروس پاپیلومای انسانی (HPV) یک ویروس بسیار شایع است. در واقع، این ویروس شایع‌ترین عفونت مقاربتی است. بیش از 100 نوع HPV وجود دارد. حدود 40 مورد از آنها می‌توانند ناحیه مقعد و تناسلی را تحت تأثیر قرار دهند و از طریق تماس پوستی از طریق جنسی منتقل می‌شوند.

در حال حاضر واکسن‌هایی وجود دارند که در برابر انواع رایج تر HPV محافظت می‌کنند. بدون واکسن HPV، اکثر افراد فعال از نظر جنسی در طول زندگی خود به یک یا چند نوع HPV مبتلا می‌شوند. برای اکثریت افراد، ویروس به خودی خود بدون ایجاد علائم یا مشکل از بدن پاک می‌شود.

برای کسانی که علائمی دارند (مانند زگیل تناسلی)، بیشتر این علائم در نهایت از بین خواهند رفت.

در حالی که اکثر انواع HPV بی‌ضرر هستند و مورد توجه قرار نمی‌گیرند، برخی از انواع HPV در صورت تداوم می‌توانند بر بدن تأثیر بگذارند. انواع HPV به دو گروه تقسیم می‌شوند: «کم خطر» و «پرخطر». برخی از انواع کم خطر می‌توانند زگیل ایجاد کنند، در حالی که برخی از انواع پرخطر می‌توانند باعث تغییرات سلولی شوند که ممکن است منجر به سرطان شود.

اگر هرگز رابطه جنسی نداشته باشم یا «دخول کامل نداشته باشم» امکان دارد به HPV مبتلا شوم؟

اگر اندام تناسلی، دهان یا ناحیه مقعد شما با فرد دیگری تماس داشته باشد، می‌توانید به HPV مبتلا شوید حتی اگر هرگز رابطه جنسی دخولی نداشته باشید. HPV از طریق تماس پوست به پوست منتقل می‌شود، بنابراین ساییدن یا مالش اندام تناسلی بدون پوشیدن لباس زیر می‌تواند باعث انتقال ویروس شود.

اگر همیشه از کاندوم استفاده کنم، امکان دارد به HPV مبتلا شوم؟

استفاده از کاندوم می‌تواند به کاهش احتمال انتقال HPV از یک شریک جنسی به شریک دیگر کمک کند اما این احتمال را از بین نمی‌برد.

من زگیل تناسلی داشتم اما آنها را خارج کردند. آیا این بدان معناست که من دیگر HPV ندارم؟

برداشتن زگیل تناسلی بیشتر برای اهداف زیبایی است و HPV را درمان نمی‌کند. برداشتن زگیل اغلب موفقیت‌آمیز است اما زگیل ممکن است دوباره در آینده عود کند. برداشتن زگیل باعث خلاص شدن از شر خود ویروس HPV یا جلوگیری از بازگشت زگیل نمی‌شود.

تست پاپ چیست؟

تست پاپ (که به عنوان غربالگری سرطان دهانه رحم نیز شناخته می‌شود) آزمایشی است که سلول‌های غیرطبیعی دهانه رحم را قبل از تبدیل شدن به سرطان بررسی می‌کند. تست پاپ تغییرات سلولی را بررسی می‌کند تا بتوان آنها را قبل از تبدیل شدن به سرطان پیدا و درمان کرد. تشخیص و درمان زودهنگام سرطان دهانه رحم منجر به نتایج بهتری برای سلامتی می‌شود. غربالگری دهانه رحم برای همه افراد دارای دهانه رحم توصیه می‌شود، حتی اگر هیچ علائمی نداشته باشید و/یا واکسن HPV را دریافت کرده باشید.

<http://www.bccancer.bc.ca/screening/cervix>



انواع پرخطر HPV

HPV High Risk Types

سایر انواع HPV انواع «پرخطر» نامیده می‌شوند و اگر بدن آنها را پاک نکند، می‌توانند عوارضی ایجاد کنند. در این موارد، ممکن است HPV باعث ایجاد تغییراتی در سلول‌هایی شود که پیش سرطانی می‌شوند یا منجر به سرطان می‌شوند.

در بیشتر موارد، عفونت‌های با انواع پرخطر، خود به خود از بین می‌روند. اگر HPV پرخطر باقی بماند و خود به خود از بین نرود، ممکن است باعث تغییرات سلولی شود. اگر این تغییرات شناسایی و درمان نشوند، ممکن است باعث سرطان دهانه رحم، واژن، فرج، مقعد، آلت تناسلی مردانه یا گلو شوند.

یادآوری این نکته مهم است که اکثر افرادی که به انواع پرخطر HPV مبتلا می‌شوند به سرطان مبتلا نمی‌شوند. صرف نظر از نوع آن، عفونت HPV اکثر افراد در عرض 2 سال برطرف می‌شود. غربالگری روتین دهانه رحم (تست پاپ) بهترین راه برای غربالگری سرطان دهانه رحم است. غربالگری دهانه رحم تضمین می‌کند که سلول‌های پیش سرطانی را می‌توان قبل از تبدیل شدن به سرطان پیدا و درمان کرد (به بخش تست HPV مراجعه کنید). تحقیقات هنوز در مورد سایر سرطان‌های مرتبط با HPV، مانند سرطان مقعد و گلو ادامه دارد، بنابراین هنوز غربالگری گسترده‌ای برای سایر سرطان‌ها وجود ندارد.

واکسیناسیون HPV برای محافظت در برابر بسیاری از انواع مرتبط با سرطان‌های مرتبط با HPV و زگیل تناسلی در دسترس است.

شریک جنسی‌ام به من گفت که زگیل تناسلی دارد. آیا این امر من را در معرض خطر ابتلا به سرطان قرار می‌دهد؟

نوع HPV که باعث زگیل تناسلی می‌شود همان نوع HPV نیست که می‌تواند باعث سرطان‌های مختلف شود.

چرا گفته می‌شود که HPV/زگیل ظرف مدت 2 سال از بین می‌رود اما من این زگیل‌ها را به مدت طولانی‌تری داشته‌ام؟

اکثر افراد - اما نه همه - در طی دو سال هیچ نشانه‌ای از زگیل تناسلی نشان نمی‌دهند؛ برخی زودتر برطرف می‌شوند، برخی دیگر بیشتر طول می‌کشد. هنوز تحقیقات مداومی در مورد دلایل این امر در حال انجام است. اگر زگیلی دارید که بعد از دو سال از بین نمی‌رود، با ارائه دهنده مراقبت‌های بهداشتی خود در مورد ارجاع به متخصص زنان یا متخصص پوست صحبت کنید.

چه کسانی به HPV مبتلا می‌شوند؟ Who gets HPV?

انتقال Transmission

پاسخ کوتاه این است که اکثر افراد فعال از نظر جنسی اگر قبل از شروع فعالیت جنسی علیه آن واکسینه نشده باشند، حداقل یک بار در زندگی خود به عفونت HPV مبتلا خواهند شد.

HPV شایع‌ترین عفونت مقاربتی است: می‌توانید آن را به عنوان سرماخوردگی معمولی عفونت‌های مقاربتی در نظر بگیرید. اگر تا به حال در زندگی خود هر نوع تماس جنسی داشته‌اید، حتی با یک شریک جنسی، این احتمال وجود دارد که با HPV تماس داشته باشید.

تخمین زده می‌شود که حدود 80 درصد از افرادی که واکسن HPV را دریافت نکرده‌اند در مقطعی از زندگی خود به HPV مبتلا شوند. برای اکثر افراد، ویروس HPV از بین می‌رود (خود به خود). انتظار می‌رود با واکسینه شدن افراد بیشتری در برابر HPV، میزان HPV کاهش یابد.



HPV از طریق تماس پوست به پوست در طول فعالیت جنسی منتقل می‌شود. این امر شامل هر نوع تماس جنسی با ناحیه مقعد و تناسلی است، از جمله مالش اندام تناسلی به هم، رابطه جنسی دخولی (رابطه جنسی واژینال یا مقعدی)، رابطه جنسی دهانی، اشتراک گذاری اسباب بازی‌های جنسی و دست زدن به اندام تناسلی. HPV ممکن است همچنان وجود داشته باشد حتی اگر زگیل قابل مشاهده‌ای وجود نداشته باشد یا زمانی که زگیل‌ها از بین رفته باشند.

از آنجایی که HPV آنقدر شایع است که بیشتر افراد دیر یا زود به آن مبتلا می‌شوند، اجتناب از آن واقع‌بینانه نیست. حتی اگر زگیل یا سایر علائم HPV وجود داشته باشد یا در حال درمان هستند، نیازی به قطع رابطه جنسی نیست.

اگر فردی باردار باشد، HPV نیز می‌تواند از مادر به جنین منتقل شود. با این حال، این به این معنی نیست که نوزاد هر گونه عارضه مرتبط با HPV خواهد داشت. هنوز اطلاعات کافی در مورد انتقال HPV از مادر به جنین و میزان خطر مرتبط با آن وجود ندارد.

HPV از طریق فعالیت‌های معمول خانگی منتقل نمی‌شود. شما نمی‌توانید از خوابیدن در یک تخت با کسی یا با استفاده از حمام مشترک به HPV مبتلا شوید. HPV از طریق صندلی توالت، حوله، حمام، جکوزی یا استخر، یا از خون فرد آلوده یا سایر مایعات بدن منتقل نمی‌شود.

اگر HPV از بین برود آیا دوباره باز می‌گردد؟

در برخی از افراد ممکن است نوع HPV بطور کامل از بین نرود. ممکن است این نوع در بدن آنها خفته یا «خواب» باشد اما در نقطه‌ای دوباره بیدار شود. این امر گاهی اوقات زمانی اتفاق می‌افتد که بدن تحت استرس بیشتری قرار می‌گیرد که بر سیستم ایمنی تأثیر می‌گذارد، مانند دوره‌های استرس شدید یا برخی داروها مانند شیمی‌درمانی.

همچنین ممکن است این نوع در فردی به طور کامل از بین برود اما در آینده دوباره به آن مبتلا شود. همچنین این احتمال وجود دارد که فردی در صورت قرار گرفتن در معرض نوع مختلف HPV به آن مبتلا شود. داشتن یک نوع HPV به این معنا نیست که اگر در معرض سایر انواع HPV قرار بگیرید، به آنها مبتلا نخواهید شد. صرف نظر از دلیل، برخی از افراد ممکن است HPV عود کننده داشته باشند.

من HPV داشتم اما زگیل‌ها را برداشتم. چه زمانی می‌توانم دوباره رابطه جنسی داشته باشم؟

HPV حتی در صورت عدم وجود زگیل می‌تواند به فرد دیگری منتقل شود. با این حال، زگیل در درجه اول یک نگرانی زیبایی است و هیچ دلیل پزشکی برای عدم داشتن رابطه جنسی وجود ندارد.

محافظة در برابر HPV HPV Protection against HPV

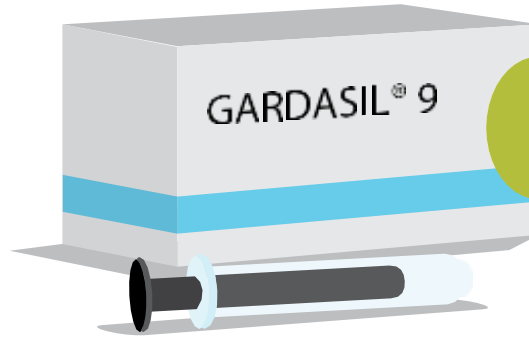
مفيد است. با ارائه دهنده مراقبت‌های بهداشتی خود در مورد اینکه آیا واکسن، انتخاب خوبی برای شما است یا خير مشورت کنید.

اگر واجد شرایط دریافت واکسن رایگان Gardasil 9 هستید، می‌توانید آن را از طریق کلینیک بهداشت عمومی محلی، مرکز بهداشت اجتماعی یا کلینیک STI دریافت کنید.

اگر واجد شرایط دریافت واکسن رایگان نیستید، می‌توانید هزینه واکسیناسیون را خودتان پرداخت کنید. مزایای بهداشتی تکمیلی یا شرکت‌های بیمه نیز ممکن است این هزینه را پوشش دهند (ممکن است برای پذیرش درخواست مطالبه، شرکت بیمه به نسخه پزشک نیاز داشته باشید). شما می‌توانید واکسن پرداختی را از طریق ارائه دهنده مراقبت‌های بهداشتی، داروخانه، یا یک کلینیک مسافرتی دریافت کنید.

روش‌های جلوگیری Barrier methods

کاندوم و سایر روش‌های جلوگیری می‌توانند احتمال انتقال HPV را کاهش دهند، اگرچه محافظت کامل را ایجاد نمی‌کنند زیرا HPV می‌تواند از طریق تماس پوست به پوست منتقل شود. کاندوم همچنین در برابر سایر بیماری‌های مقاربتی از جمله سوزاک، کلامیدیا، سیفلیس و HIV محافظت می‌کند. استفاده از کاندوم راه خوبی برای کاهش خطر ابتلا به بیماری‌های مقاربتی است.



به همین دلیل است که به عنوان یک واکسیناسیون معمول برای کودکان در سن مدرسه ارائه می‌شود. واکسن HPV تنها واکسنی است که از سرطان دستگاه تناسلی محافظت می‌کند. واکسن HPV به صورت سری 2 دوزی برای افراد زیر 15 سال (این سن، سن بهینه برای پاسخ ایمنی است) و به عنوان یک سری 3 دوزی برای افراد 15 سال و بزرگتر تجویز می‌شود.

اگر واکسن را در مدرسه دریافت نکردید، می‌توانید بعداً آن را دریافت کنید. Gardasil 9 برای افراد دارای دهانه رحم تا سن 45 سالگی، افراد بدون دهانه رحم تا سن 26 سالگی، مردانی که با مردان در هر سنی رابطه جنسی دارند و افراد مبتلا به HIV در سن 27 سال و بزرگتر توصیه می‌شود. با این حال، حتی اگر خارج از این محدوده‌های سنی یا جنسیتی قرار بگیرید، برخی از متخصصان ممکن است همچنان واکسن را توصیه کنند اگر از نظر جنسی فعال هستید یا برای پیش سرطان دهانه رحم یا مقعد درمان کرده‌اید. از آنجایی که یک بار داشتن HPV شما را از ابتلای مجدد به آن مصون نمی‌کند، حتی اگر در گذشته HPV داشته‌اید، زدن واکسن همچنان

واکسیناسیون Vaccines

واکسیناسیون موثرترین راه برای محافظت از خود در برابر HPV است. یک دهه استفاده از واکسن HPV در بریتیش کلمبیا در کانادا نشان داده است که هم ایمن و هم مؤثر است. جهت کسب اطلاعات بیشتر در مورد واکسن HPV، به آدرس www.immunizebc.ca/hpv مراجعه کنید.

در بریتیش کلمبیا، واکسن HPV در حال حاضر با نام Gardasil 9 موجود است. Gardasil 9 به طور گسترده در دسترس است، در برابر 9 سویه HPV محافظت می‌کند و برای استفاده در همه افراد مناسب است. در حالی که واکسیناسیون در برابر همه انواع HPV محافظت نمی‌کند اما محافظت عالی در برابر بسیاری از سویه‌هایی که منجر به سرطان و زگیل تناسلی می‌شوند ایجاد می‌کند.

واکسن HPV زمانی مؤثر است که در سنین پایین‌تر، قبل از هر تماس جنسی تزریق شود،

آیا می‌دانید؟

Gardasil 9 از 9 نوع HPV که باعث 90 درصد سرطان‌های دهانه رحم و 90 درصد زگیل‌های تناسلی می‌شوند محافظت می‌کند. این امر شامل موارد زیر است: سرطان‌های دهانه رحم، فرج و واژن ناشی از انواع HPV 16، 18، 31، 33، 35، 45، 52 و 58 است؛ زگیل ناحیه تناسلی؛ ضایعات پیش سرطانی مقعد و تناسلی ناشی از انواع HPV 6 و 11؛ و سرطان‌های مقعد ناشی از انواع HPV 16، 18، 31، 33، 45، 52 و 58.

چه کسانی واکسن HPV GARDASIL 9 را به صورت رایگان در بریتیش کلمبیا دریافت می‌کنند؟ (از سال 2019)

- کودکان از تمام جنسیت‌ها در پایه 6
- افرادی که دریافت یک سری واکسن را در پایه 6 شروع نکرده‌اند، واجد شرایط شروع یک سری واکسن قبل از سن 19 سالگی (متولدین سال 2006 یا بعد از آن) هستند، اما نه بعد از 19 سالگی.
- افراد مبتلا به HIV، از 9 تا 26 سال
- افراد تراجنسیتی، 9 تا 26 سال
- مردان 9 تا 26 ساله که:
 - با مردان دیگر رابطه جنسی داشته‌اند
 - هنوز از نظر جنسی فعال نیستند اما در خصوص تمایلات جنسی خود بلا تکلیف هستند
 - خیابانی و بی‌خانمان هستند
- پسران 9 تا 18 ساله تحت مراقبت وزارت رشد کودکان و خانواده (MCFD)
- پسران و مردان در مراکز خدمات سرپرستی نوجوانان

من یک دوز واکسن را از دست دادم، آیا باید سری واکسن را دوباره شروع کنم؟

خیر، لازم نیست سری واکسن را دوباره شروع کنید. ادامه دریافت واکسن از جایی که آن را رها کرده‌اید مشکلی ندارد.

من هم اکنون مبتلا به HPV هستم. آیا واکسن آن را درمان می‌کند؟

واکسن HPV نوع فعلی HPV را درمان نمی‌کند. با این حال، از سایر انواع HPV تحت پوشش واکسن محافظت خواهد شد. برخلاف سایر عفونت‌های مقاربتی، هیچ درمانی برای HPV وجود ندارد اما روش‌های درمانی وجود دارد که می‌تواند اثرات HPV را در قسمت‌های مختلف بدن برطرف کند.

اگر نوع قبلی واکسن HPV، مانند CERVARIX یا GARDASIL 4 را دریافت کرده باشم، آیا باید GARDASIL 9 را دریافت کنم؟

این یک تصمیم شخصی است که شما باید بر اساس بحثی که با ارائه دهنده مراقبت‌های بهداشتی خود دارید آن را بگیرید. Gardasil 4 از شما در برابر 4 سویه HPV که به احتمال زیاد باعث سرطان دهانه رحم و زگیل تناسلی می‌شوند محافظت می‌کند، در حالی که Gardasil 9 از شما در برابر 5 سویه اضافی محافظت می‌کند.

اگر قبلاً واکسن Gardasil 4 داشته باشید، بوجه عمومی واکسیناسیون Gardasil 9 را پوشش نمی‌دهد، بنابراین باید هزینه واکسن اضافی را بپردازید.

اگر واکسن Gardasil 4 خود را شروع کرده‌اید اما هنوز آن را تکمیل نکرده‌اید، می‌توانید با Gardasil 9 تمام کنید. به عنوان مثال، اگر یک واکسن Gardasil 4 دریافت کرده‌اید، می‌توانید دو واکسن Gardasil 9، 6، 11، 16 و 18 کافی باشد. با این حال،

شاید شما را برای انواع 31، 33، 45، 52 و 58 پوشش ندهد زیرا شما فقط 2 دوز از 3 دوز را خواهید داشت.

من واکسن HPV را در مدرسه دریافت نکردم. اکنون از کجا می‌توانم آن را به صورت رایگان دریافت کنم؟

همه افراد واجد شرایط دریافت واکسن HPV رایگان نیستند. از طریق واحد بهداشت محلی خود (که واحدهای بهداشت عمومی، مراکز بهداشتی اجتماعی و خانه‌های مراقبت اولیه نیز نامیده می‌شوند) می‌توانید بررسی کنید که آیا به واکسن HPV رایگان دسترسی دارید یا خیر. برخی از کلینیک‌های STI نیز ممکن است این واکسن را داشته باشند.

تقویت ایمنی خود از طریق راهبردهای زندگی سالم

کارهای عملی زیادی وجود دارد که می‌توانید برای تقویت سیستم ایمنی سالم انجام دهید از جمله:

- خواب کافی داشته باشید
- یک رژیم غذایی سالم با میوه‌ها، سبزیجات و ریزمغذی‌های فراوان داشته باشید
- به طور منظم ورزش کنید
- سیگار را کاهش دهید یا ترک کنید
- اگر الکل مصرف می‌کنید، حد اعتدال را رعایت کنید
- استرس را به حداقل برسانید یا از مدیریت استرس سالم استفاده کنید

آزمایش خاصی برای انواع کم خطر HPV در بریتیش کلمبیا انجام نمی‌شود. از آنجایی که اکثر عفونت‌های کم خطر کوتاه مدت هستند و خود به خود برطرف می‌شوند، اغلب بدون داشتن علائم، آزمایش مفید تلقی نمی‌شود.

معاینه فیزیکی برای زگیل تناسلی

Physical exam for genital warts

آزمایش خاصی برای زگیل تناسلی وجود ندارد. اگر بر روی اندام تناسلی خود توده‌ها یا برآمدگی‌هایی دارید که نگران آن هستید، ارائه دهنده مراقبت‌های بهداشتی شما می‌تواند یک معاینه فیزیکی برای جستجوی علائم زگیل تناسلی، سایر بیماری‌های مقاربتی یا بیماری‌های پوستی انجام دهد. این معاینه را می‌توان در طول آزمایش معمول STI انجام داد.

غربالگری معمول سرطان دهانه رحم (آزمایش پاپ)

Routine cervical cancer screening (Pap test)

سرطان دهانه رحم یکی از قابل پیشگیری‌ترین انواع سرطان است. زمانی اتفاق می‌افتد که یک عفونت طولانی مدت و مداوم با یک نوع HPV پرخطر باعث تغییراتی در سلول‌های دهانه رحم شود.

غربالگری دهانه رحم (تست پاپ) برای بررسی این تغییرات سلولی استفاده می‌شود. این آزمایش، سلول‌های غیرطبیعی دهانه رحم را قبل از تبدیل شدن به سرطان بررسی می‌کند و تغییرات را در طول زمان بررسی می‌کند. از آنجایی که این تغییرات بسیار آهسته اتفاق می‌افتد، انجام تست پاپ هر 3 سال یکبار و از سن 25 سالگی شروع می‌شود.

اگر دارای دهانه رحم هستید، 25 تا 69 سال سن دارید، و در زندگی خود هر نوع تماس جنسی، از جمله رابطه جنسی دهانی یا دستی (هر گونه لمس اندام تناسلی با دست) داشته‌اید، برنامه غربالگری بریتیش کلمبیا غربالگری دهانه رحم را توسط ارائه دهنده مراقبت‌های بهداشتی توصیه می‌کند. جهت کسب اطلاعات بیشتر در مورد غربالگری دهانه رحم، به آدرس www.bccancer.bc.ca/screening/cervix مراجعه کنید.

نتایج غیر طبیعی غربالگری دهانه رحم (تست پاپ) Abnormal cervical screening (Pap test) results

نتایج غیر طبیعی پاپ بسیار رایج است و به این معنی نیست که شما سرطان دهانه رحم دارید. آزمایش پاپ غیرطبیعی به این معنی است که برخی از سلول‌ها روی دهانه رحم وجود دارند که طبیعی به نظر نمی‌رسند و نیاز به بررسی دقیق‌تری دارند. ممکن است برای آزمایش‌های اضافی مانند تکرار تست پاپ یا کولپوسکوپی ارجاع شوید که به شما امکان می‌دهد نگاه دقیق‌تری به دهانه رحم داشته باشید و در صورت نیاز، نمونه‌های کوچکی برای بررسی بیشتر بدهید.

سلول‌های غیرطبیعی دهانه رحم ممکن است به خودی خود برطرف شوند یا ارائه‌دهنده مراقبت‌های بهداشتی ممکن است درمان خاصی مانند LEEP (روش برداشتن الکتروسرژیک حلقه) را برای برداشتن سلول‌های غیرطبیعی توصیه کند. بسیار مهم است که طبق توصیه‌های ارائه‌دهنده شما در قرار ملاقات‌های بعدی شرکت کنید تا بهترین نتیجه را داشته باشید.

من یک نتیجه آزمایش غربالگری سرطان دهانه رحم غیرطبیعی داشتم. آیا من سرطان دارم؟

امر بسیار رایجی است که به شما گفته شود پاپ غیرطبیعی داشته‌اید اما این بدین معنی نیست که سرطان دارید. اکثر تغییرات سلولی دهانه رحم در اوایل آزمایش پاپ تشخیص داده می‌شوند و یا خود به خود برطرف می‌شوند یا قبل از سرطانی شدن به راحتی درمان می‌شوند. اگر پاپ غیرطبیعی دارید، دستورالعمل‌های بعدی به شما داده می‌شود. شرکت در هر قرار ملاقات بعدی توصیه شده بسیار مهم است.

نتیجه تست پاپ من غیر طبیعی بود، به شریک جنسی‌ام چه بگویم؟ آیا باید رابطه جنسی را متوقف کنم؟

از منظر پزشکی، نیازی نیست که رابطه جنسی را متوقف کنید یا به شریک جنسی‌تان بگویید. جهت کسب اطلاعات بیشتر در مورد صحبت کردن با یک شریک جنسی، به بخش صحبت کردن با شریک جنسی خود درباره HPV مراجعه کنید.

نوع HPV - تست خاص

در حالی که تست پاپ، استاندارد فعلی غربالگری سرطان دهانه رحم در بریتیش کلمبیا است، برخی از نقاط جهان شروع به استفاده از تست HPV برای غربالگری دهانه رحم کرده‌اند. تست HPV تشخیص می‌دهد که آیا HPV پرخطر وجود دارد یا خیر و افراد در معرض خطر سرطان دهانه رحم را شناسایی می‌کند، حتی قبل از اینکه تغییری در سلول‌های دهانه رحم رخ دهد.

تست HPV هنوز استاندارد مراقبت در بریتیش کلمبیا نیست و غربالگری دهانه رحم با تست پاپ هنوز در پیشگیری از سرطان دهانه رحم بسیار موثر است. در حالی که آزمایش‌های اختصاصی HPV با پرداخت هزینه برای فرد از طریق برخی از آزمایشگاه‌های خصوصی در بریتیش کلمبیا وجود دارد اما این رویکرد استاندارد مراقبت در استان نیست و بخشی از برنامه غربالگری دهانه رحم استانی نیست.

غربالگری سرطان مقعد

Anal cancer screening

اگرچه این امر نادر است اما سرطان مقعد یکی دیگر از سرطان‌های مرتبط با HPV است که قابل پیشگیری است. اگر رابطه جنسی مقعدی دارید، ممکن است بخواهید با ارائه دهنده مراقبت‌های بهداشتی خود در مورد آزمایش STI و غربالگری سرطان مقعد صحبت کنید. در برخی از جمعیت‌ها، مانند افراد مبتلا به HIV یا زنان با سابقه سرطان دهانه رحم، آزمایش پاپ از مقعد ممکن است توصیه شود زیرا خطر ابتلا به سرطان مقعد بالاتر از حد متوسط است. مشابه تست پاپ گردن رحم، پاپ مقعدی سلول‌های غیرطبیعی در مقعد را قبل از اینکه سرطانی شوند بررسی می‌کند.

در حال حاضر، تحقیقات حاکی از توصیه تست پاپ تست مقعدی برای جمعیت عمومی نیست زیرا HPV بسیار شایع است، اکثر عفونت‌های HPV بدون هیچ گونه درمان یا عارضه‌ای برطرف می‌شوند و سرطان مقعد در جمعیت عمومی نسبتاً نادر است.

غربالگری سرطان دهان

Oral cancer screening

HPV گاهی اوقات می‌تواند منجر به سرطان دهان و گلو شود. سرطان‌های دهان و گلو در جمعیت عمومی نسبتاً نادر است. اگر سیگار می‌کشید و الکل مصرف می‌کنید، ممکن است در معرض خطر بیشتری برای سرطان‌های دهان و گلو باشید.

اکثر دندانپزشکان به عنوان بخشی از معاینات روتین دندانپزشکی، غربالگری بصری سرطان دهان را انجام می‌دهند. اگر نگران زخم‌های غیرعادی دهان یا توده‌هایی هستید که بهبود نمی‌یابند، به دندانپزشک یا ارائه دهنده مراقبت‌های بهداشتی خود مراجعه کنید. آزمایش HPV برای سرطان دهان یا گلو در دسترس نیست.



درمان زگیل تناسلی

Treating genital warts

زگیل تناسلی ممکن است به دلایل زیبایی برای از بین بردن برجستگی‌ها درمان شود. بسیاری از افراد ترجیح می‌دهند زگیل تناسلی را درمان نکنند و در عوض منتظر بمانند تا بدن وپروس را به طور طبیعی پاک کند. درمان می‌تواند زگیل‌های قابل مشاهده را حذف کند تا دیگر دیده نشوند اما HPV را درمان نمی‌کند یا شما را نسبت به HPV مصون نمی‌سازد. احتمال بازگشت زگیل وجود دارد.

درمان می‌تواند توسط یک ارائه دهنده مراقبت‌های بهداشتی یا در برخی از کلینیک‌ها انجام شود. درمان زگیل تناسلی ممکن است شامل کرایوتراپی (انجماد با نیتروژن مایع) یا استفاده از مایعات دارویی، کرم‌ها یا ژل‌ها به طور مستقیم روی پوست باشد. اگر زگیل‌ها به درمان منظم پاسخ ندهند، ممکن است به متخصصی که در درمان زگیل تناسلی تخصص دارد ارجاع داده شوید. سایر درمان‌های مورد استفاده توسط متخصصان شامل لیزر درمانی و الکتروکوتر است.

کنار آمدن با تشخیص بیماری

Working through your diagnosis

در حالی که HPV بسیار شایع است، به طور کلی خود به خود از بین می‌رود و معمولاً عوارضی ایجاد نمی‌کند، افراد وقتی برای اولین بار متوجه می‌شوند که به آن مبتلا هستند، ممکن است طیف وسیعی از احساسات را داشته باشند. برخی از افراد، به ویژه آنهایی که قبلاً اطلاعاتی در مورد HPV دارند، در این خصوص ناراحت نمی‌شوند.

افراد دیگر ممکن است احساس ناراحتی کنند و مضطرب شوند. بسیاری از مردم احساساتی بین این دو مورد را تجربه می‌کنند.

اطلاعات غلط و انگ زیادی در مورد بیماری‌های مقاربتی از جمله HPV وجود دارد. داشتن سوال و نگرانی طبیعی است. برای آموزش خود، مراقبت از خود و بازگشت به زندگی عادی، که شامل داشتن یک زندگی جنسی است، اطلاعاتی کسب کنید. همه این‌ها به شما کمک می‌کند که تعادل داشته باشید و دیدگاه خود را در مورد این STI بسیار رایج و قابل کنترل حفظ کنید.

چالش‌های ادامه‌دار Ongoing challenges

برخی از افراد ممکن است احساس کنند در احساسات خود گیر کرده و در حرکت به جلو مشکل دارند. اگر این احساسات اضطراب‌آور هستند، برای ماه‌ها ادامه دارند، یا بر توانایی شما برای عملکرد تأثیر می‌گذارند، برقراری ارتباط با برخی از حمایت‌های بیرونی را در نظر بگیرید. مشورت با یک متخصص مراقبت‌های بهداشتی یا مشاور می‌تواند مفید باشد زیرا در فضایی امن و محرمانه به احساسات شما رسیدگی می‌شود.

صحبت با شریک‌های جنسی در

Talking to HPV مورد partners about HPV

HPV یک ویروس بسیار شایع است و اکثر افرادی که از نظر جنسی فعال هستند در نهایت در معرض آن قرار می‌گیرند. در واقع، در تصمیم‌گیری جنسی بهتر است که فرض کنید شما و شریک‌های جنسی‌تان در مقطعی به

HPV مبتلا می‌شوید یا قبلاً آن را داشته‌اید. این فرض که امکان اجتناب از HPV وجود دارد فرضی غیر واقعی است. HPV چه در شما و چه در شریک جنسی‌تان تشخیص داده شده باشد، مهم است که خود را سرزنش نکرده یا شرم‌زده ندانید. هیچ راهی برای اطمینان از اینکه چه زمانی HPV یا توسط چه کسی منتقل شده است وجود ندارد.

چرا HPV یک عفونت قابل گزارش مانند سوزاک یا کلامیدیا نیست؟

برخی از بیماری‌های مقاربتی مانند کلامیدیا، سوزاک و سیفلیس به اداره بهداشت عمومی گزارش می‌شوند تا اطمینان حاصل شود که هر شریک جنسی که نیاز به آزمایش و درمان آنتی‌بیوتیکی دارد از آن مطلع شود. HPV به آنتی‌بیوتیک نیاز ندارد و یک عفونت قابل گزارش نیست.

آیا باید موضوع را با شریک‌های جنسی خود در میان بگذارم؟

این امر که با شریک‌های جنسی خود در مورد HPV صحبت کنید یا خیر همیشه انتخاب شماست. HPV آنقدر شایع است که می‌دانیم اکثر افراد با آن تماس دارند، معمولاً خود به خود از بین می‌رود و آزمایشاتی مانند غربالگری دهانه رحم وجود دارد که می‌تواند عوارض احتمالی ناشی از HPV را بررسی کند. سیستم مراقبت‌های بهداشتی اقدامات خوبی برای مراقبت از همه افراد، حتی اگر واکسینه نشده‌اند، در نظر گرفته است. این بدان معناست که از لحاظ پزشکی نیازی نیست موضوع را با شریک‌های جنسی خود در میان بگذارید.

1-800-739-7367 در هر نقطه‌ای از بریتیش کلمبیا.



Lower Mainland در 604-731-7803



اطلاعات HPV HPV INFO

این سایت اطلاعاتی توسط انجمن متخصصین زنان و زایمان کانادا نگهداری می‌شود

hpvinfo.ca 

ایمن سازی بریتیش کلمبیا
IMMUNIZE BC

<https://www.immunizebc.ca/hpv> 

سرطان بریتیش کلمبیا
BC CANCER

غربالگری دهانه رحم:

<http://www.bccancer.bc.ca/screening/cervix> 

سوالات متداول در مورد HPV:

<http://www.bccancer.bc.ca/our-research/participate/cervical-screening#HPV--&--testing--FAQs> 

<http://www.bccancer.bc.ca/our-research/participate/cervical-screening#Positive--results--FAQs> 

SMART SEX RESOURCE

(منبع جنسی هوشمند)

 <https://smartsexresource.com/topics/human-papillomavirus-hpv>

 <https://smartsexresource.com/topics/genital-warts>

کلینیک یاب سلامت جنسی:

 <https://smartsexresource.com/get-tested/clinic-finder>

گزینه‌های بریتیش کلمبیا
برای سلامت جنسی

BC OPTIONS FOR
SEXUAL HEALTH

سوالات را از طریق وبسایت مطرح کنید و پاسخ ایمیلی دریافت کنید.

 <https://www.optionsforsexualhealth.org/>

خط تلفنی SEX SENSE

خدمات ارجاع و اطلاع رسانی رایگان و محرمانه سلامت جنسی با Options for Sexual Health. دوشنبه تا جمعه از 9 ق.ظ. تا 9 ب.ظ. به وقت PST

CI(

مرکز کنترل بیماری بریتیش کلمبیا
Provincial Health Services of British Columbia

X

⋮

E SMART • •
منابع