

HPV:

Tập Hướng Dẫn Bệnh Nhân A Patient's Guide

HPV: Tập Hướng Dẫn Bệnh Nhân

HPV: A Patient's Guide

Mở Đầu (Introduction)

Siêu vi khuẩn papilloma ở người (Human papillomavirus - HPV) là một loại siêu vi khuẩn rất thông thường gồm hơn 100 loại, kể cả 40 loại ảnh hưởng đến vùng hậu môn và bộ phận sinh dục. Thực ra, HPV là bệnh truyền nhiễm qua đường tình dục thông thường nhất và có thể dễ dàng bị lây khi tiếp xúc với da.

Tuy hầu hết các loại HPV đều vô hại và không ai để ý, một số loại HPV có thể ảnh hưởng đáng kể đến cơ thể nếu vẫn còn đó. Các loại HPV được chia thành hai nhóm: loại “ít rủi ro” và “nhiều rủi ro”. Một số loại ít rủi ro có thể gây ra mụn cóc, trong khi một số loại nhiều rủi ro có thể làm thay đổi tế bào đưa đến ung thư. Đối với đa số những người không có bất cứ triệu chứng nào (chẳng hạn như mụn cóc bộ phận sinh dục), siêu vi khuẩn này sẽ tự đào thải ra khỏi cơ thể.

Hiện đang có những loại thuốc chủng ngừa bảo vệ chống lại các loại HPV thông thường hơn. Nếu không có thuốc chủng ngừa HPV, hầu hết những người có sinh hoạt tình dục đều sẽ bị nhiễm một hoặc nhiều loại HPV trong đời họ.

HPV là gì?	3
Ai bị nhiễm HPV?	5
Bảo vệ chống lại HPV	6
Thử nghiệm HPV.....	8
Nếu quý vị có HPV	10
Các nguồn tài nguyên	11

HPV là gì? What is HPV?



Siêu vi khuẩn papilloma ở người (HPV) là một loại siêu vi khuẩn rất thông thường. Thực ra, đây là bệnh truyền nhiễm qua đường tình dục thông thường nhất. Có hơn 100 loại HPV. Khoảng 40 loại có thể ảnh hưởng đến khu vực hậu môn và bộ phận sinh dục và truyền nhiễm qua đường tình dục khi tiếp xúc với da.

Hiện đang có những loại thuốc chủng ngừa bảo vệ chống lại các loại HPV thông thường hơn. Nếu không có thuốc chủng ngừa HPV, hầu hết những người có sinh hoạt tình dục đều sẽ bị nhiễm một hoặc nhiều loại HPV trong đời họ. Đối với đa số mọi người, siêu vi khuẩn này sẽ tự đào thải ra khỏi cơ thể mà không gây ra triệu chứng hoặc vấn đề gì. Đối với những người có triệu chứng (chẳng hạn như mụn cóc bộ phận sinh dục), phần lớn các triệu chứng này rồi cũng sẽ hết.

Tuy hầu hết các loại HPV đều vô hại và không ai để ý, một số loại HPV có thể ảnh hưởng đến cơ thể nếu vẫn còn. HPV được chia thành hai loại: loại “ít rủi ro” và “nhiều rủi ro”. Một số loại ít rủi ro có thể gây ra mụn cóc, trong khi một số loại nhiều rủi ro có thể làm thay đổi tế bào đưa đến ung thư.

Những Loại HPV Ít Rủi Ro HPV Low-Risk Types

Hai loại HPV ít rủi ro, loại 6 và 11, gây ra hầu hết mụn cóc bộ phận sinh dục. Mụn cóc bộ phận sinh dục là những nốt mụn nổi lên tạm thời, vô hại trên hoặc trong bộ phận sinh dục, hậu môn hoặc khu vực xung quanh. Mụn cóc bộ phận sinh dục có thể xuất hiện dưới dạng một hoặc nhiều nốt mụn phẳng hoặc nổi lên, có màu da hoặc sẫm màu, và có thể có hình dạng bất thường hoặc giống như súp lơ. Những mụn này có thể ngứa hoặc khó nhìn thấy. Đôi khi mụn cóc có thể chảy máu.

Mụn cóc bộ phận sinh dục có thể xuất hiện bất cứ lúc nào trong khoảng từ vài tuần đến nhiều tháng hoặc năm sau khi quý vị tiếp xúc với HPV. Mụn cóc thường biến mất trong vòng hai năm, nhưng cũng có thể tái phát. Cơ thể quý vị đào thải mụn cóc bộ phận sinh dục nhanh đến mức nào sẽ tùy theo sức khỏe chung và hệ thống miễn nhiễm của quý vị. Thí dụ, người không hút thuốc có thể loại bỏ HPV nhanh hơn người hút thuốc, vì hút thuốc ảnh hưởng đến hệ thống miễn nhiễm của quý vị.

Các loại HPV ít rủi ro không gây ra ung thư và không liên quan đến các rủi ro y tế. Những loại này có thể được xem là “phiên hà” hoặc gây bất an về mặt thẩm mỹ cho những người có loại này.

TÔI CÓ THỂ BỊ NHIỄM HPV NẾU CHƯA BAO GIỜ LÀM TÌNH HAY “ĐÃ LÀM RỒI” RỒI HAY KHÔNG? (CAN I GET HPV IF I HAVE NEVER HADSEX OR “GONE ALL THE WAY”?)

Nếu bộ phận sinh dục, miệng hoặc hậu môn của quý vị tiếp xúc với cùng những chỗ đó ở người khác, quý vị có thể bị nhiễm HPV dù chưa bao giờ làm tình đứt hẳn vào trong. HPV truyền nhiễm khi tiếp xúc với da, do đó nếu cọ xát bộ phận sinh dục mà không mặc quần lót thì có thể bị lây siêu vi khuẩn.

TÔI CÓ THỂ BỊ NHIỄM HPV NẾU LÚC NÀO TÔI CŨNG DÙNG BAO CAO SU HAY KHÔNG? (CAN I GET HPV IF I ALWAYS USECONDOMS?)

Đeo bao cao su có thể giúp giảm bớt, nhưng không loại bỏ, rủi ro truyền nhiễm HPV từ người này sang người kia.

TÔI CÓ MỤN CỐC BỘ PHẬN SINH DỤC NHƯNG ĐÃ CẮT BỎ. NHƯ VẬY CÓ PHẢI LÀ TÔI KHÔNG CÒN HPV NỮA HAY KHÔNG? (I HAD GENITAL WARTS BUT GOT THEM REMOVED. DOES THIS MEAN I NO LONGER HAVE HPV?)

Cắt bỏ mụn cóc phần lớn là cho mục đích thẩm mỹ chứ không trị HPV. Cắt bỏ mụn cóc thường thành công, nhưng có thể tái phát sau này. Cắt bỏ mụn cóc không loại trừ được siêu vi khuẩn HPV hoặc ngừa cho không tái phát.

BẠN TÌNH CỦA TÔI CHO BIẾT LÀ HỌ CÓ MỤN CỐC BỘ PHẬN SINH DỤC. NHƯ VẬY CÓ LÀM CHO TÔI BỊ RỦI RO UNG THƯ HAY KHÔNG? (MY PARTNER TOLD ME THEY HAVE GENITAL WARTS. DOES THIS PUT ME AT RISK FOR CANCER?)

Những loại HPV gây ra mụn cóc bộ phận sinh dục không phải là những loại HPV có thể gây ra nhiều loại ung thư khác nhau.

TẠI SAO HỌ NÓI HPV/MỤN CỐC SẼ BIẾN MẤT SAU 2 NĂM MÀ TÔI LẠI CÓ MỤN CỐC LÂU HƠN THẾ? (WHY DO THEY SAY HPV/WARTS WILL GO AWAY IN 2 YEARS WHEN I'VE HAD THESE WARTS FOR LONGER?)

Hầu hết – nhưng không phải tất cả – mọi người đều không còn dấu hiệu mụn cóc ở bộ phận sinh dục nữa trong vòng trung bình hai năm; một số sẽ hết sớm hơn, một số chậm hơn. Hiện vẫn còn đang nghiên cứu về các lý do này. Nếu quý vị có mụn cóc mà không biến mất sau hai năm, hãy nói chuyện với chuyên viên chăm sóc sức khỏe để được giới thiệu đến một bác sĩ phụ khoa hoặc bì (da) khoa.

Những Loại HPV Nhiều Rủi Ro HPV High Risk Types

Những loại HPV khác được gọi là những loại “nhiều rủi ro” và có thể gây biến chứng nếu cơ thể không loại bỏ được. Trong những trường hợp này, HPV có thể đưa đến các thay đổi tế bào khiến trở thành các tế bào tiền ung thư hoặc đưa đến ung thư.

Hầu hết các trường hợp bị nhiễm loại nhiều rủi ro sẽ tự biến mất. Nếu HPV nhiều rủi ro vẫn còn dai dẳng và không tự biến mất thì có thể gây ra các thay đổi tế bào. Nếu không tìm ra và điều trị các thay đổi này thì có thể gây ung thư cổ tử cung, âm đạo, âm hộ, hậu môn, dương vật hoặc cổ họng.

Điều quan trọng cần nhớ là đa số những người nhiễm các loại HPV nhiều rủi ro đều không phát triển thành ung thư. Bất luận bị nhiễm loại nào, hầu hết mọi người sẽ hết nhiễm HPV trong vòng 2 năm. Khám dò tìm cổ tử cung thông lệ (thử Pap) là cách hay nhất để tìm ung thư cổ tử cung. Khám dò tìm cổ tử cung để chắc chắn tìm được các tế bào tiền ung thư và điều trị trước khi trở thành ung thư (xem phần *Thử nghiệm HPV*). Hiện vẫn đang nghiên cứu để tìm hiểu về các bệnh ung thư khác liên quan đến HPV, chẳng hạn như ung thư ở hậu môn và cổ họng, do đó, vẫn chưa có cách dò tìm rộng rãi về các loại ung thư khác.

Có thể chủng ngừa HPV chống lại hầu hết những loại ung thư liên quan đến HPV và mụn cóc bộ phận sinh dục.

THỬ NGHIỆM PAP LÀ GÌ? (WHAT IS A PAP TEST?)

Thử nghiệm Pap (còn được gọi là khám dò tìm ung thư cổ tử cung) để tìm các tế bào bất thường trong cổ tử cung trước khi trở thành ung thư. Thử nghiệm Pap xem xét các thay đổi của tế bào để có thể tìm ra và điều trị trước khi trở thành ung thư. Tìm ra và điều trị sớm ung thư cổ tử cung đưa đến các kết quả sức khỏe tốt đẹp hơn. Tất cả những người có cổ tử cung đều nên đi khám dò tìm cổ tử cung, dù quý vị không có triệu chứng và/hoặc đã chủng ngừa HPV.

(<http://www.bccancer.bc.ca/screening/>)



Ai bị nhiễm HPV? Who gets HPV?

Câu trả lời ngắn gọn là hầu hết những người có sinh hoạt tình dục sẽ bị nhiễm siêu vi khuẩn HPV ít nhất một lần trong đời nếu họ chưa được chủng ngừa chống lại siêu vi khuẩn này *trước khi* bắt đầu có sinh hoạt tình dục.

HPV là bệnh truyền nhiễm qua đường tình dục thông thường nhất: quý vị có thể coi đây như là bệnh cảm thường của các loại STI (bệnh phong tình). Nếu quý vị đã từng có bất cứ dạng tiếp xúc tình dục nào trong đời, dù chỉ với một người bạn tình, thì quý vị có thể đã tiếp xúc với HPV.

Theo ước tính thì có khoảng 80% những người chưa chủng ngừa HPV sẽ bị nhiễm HPV vào một lúc nào đó trong đời. Đối với hầu hết mọi người, siêu vi khuẩn HPV sẽ tự hết (tự biến mất). Tỷ lệ nhiễm HPV theo dự liệu sẽ giảm đi khi có nhiều người được chủng ngừa HPV hơn.



Truyền Nhiễm Transmission

HPV truyền nhiễm khi tiếp xúc với da trong sinh hoạt tình dục, gồm bất cứ loại tiếp xúc tình dục nào ở khu vực hậu môn và bộ phận sinh dục, gồm cả bộ phận sinh dục cọ xát với nhau, làm tình vào hân bên trong (giao hợp qua âm đạo hoặc hậu môn), làm tình bằng miệng, dùng chung đồ chơi tình dục, và tay đặt vào bộ phận sinh dục. HPV vẫn có thể còn đó ngay cả khi không nhìn thấy mụn cóc hoặc khi mụn cóc đã biến mất.

Vì HPV rất thông thường đến mức hầu hết mọi người đều sớm muộn gì cũng bị nhiễm nên khó mà tránh được. Không cần phải ngưng làm tình ngay cả khi thấy có mụn cóc hoặc các dấu hiệu khác của HPV, hoặc đang được điều trị.

Nếu một người đang mang thai, HPV cũng có thể truyền từ mẹ sang con. Tuy nhiên, điều này không có nghĩa là em bé sẽ có bất cứ biến chứng nào liên quan đến HPV. Hiện vẫn chưa biết đủ về việc truyền nhiễm HPV từ mẹ sang thai nhi và mức độ rủi ro liên quan đến trường hợp này.

HPV không lây qua các sinh hoạt thông thường trong nhà. Quý vị không thể bị nhiễm HPV khi ngủ cùng giường với người khác, hoặc khi sử dụng chung phòng tắm. HPV không truyền nhiễm qua bệ ngồi bồn cầu, khăn tắm, bồn tắm, bồn tắm nước nóng hoặc hồ bơi, hoặc từ máu hoặc các chất dịch khác của cơ thể người nhiễm bệnh.

NẾU HPV TỰ BIẾN MẤT THÌ CÓ TÁI PHÁT HAY KHÔNG? (IF HPV GOES AWAY WILL IT COMEBACK?)

Một số người có thể không hết hẳn một loại HPV. Loại đó có thể nằm yên hay “ngủ” trong cơ thể họ, nhưng sẽ thức dậy vào một thời điểm nào đó. Trường hợp này đôi khi xảy ra khi cơ thể bị căng thẳng nhiều hơn khiến ảnh hưởng đến hệ thống miễn nhiễm, chẳng hạn như những lúc bị căng thẳng cực độ hoặc vì những loại thuốc nào đó như hóa trị.

Cũng có thể là một người đã hết hẳn một loại rồi, nhưng sau đó bị nhiễm lại. Cũng rất có thể có người bị nhiễm một loại HPV khác nếu tiếp xúc với loại đó. Có một loại HPV không có nghĩa là quý vị sẽ không bị nhiễm những loại HPV khác nếu có tiếp xúc. Bất luận vì lý do gì, một số người có thể bị tái phát HPV nhiều lần.

TÔI CÓ HPV NHƯNG ĐÃ CẮT BỎ MỤN CỐC. KHI NÀO TÔI CÓ THỂ LÀM TÌNH LẠI? (I HAD HPV BUT GOT THE WARTS REMOVED. WHEN CAN I HAVE SEX AGAIN?)

HPV có thể lây sang người khác ngay cả khi không thấy có mụn cóc. Tuy nhiên, mụn cóc phần lớn gây lo ngại về thẩm mỹ, nhưng không có lý do y khoa nào khiến không được làm tình.

Bảo vệ chống lại HPV Protection against HPV

Thuốc Chủng Vaccines

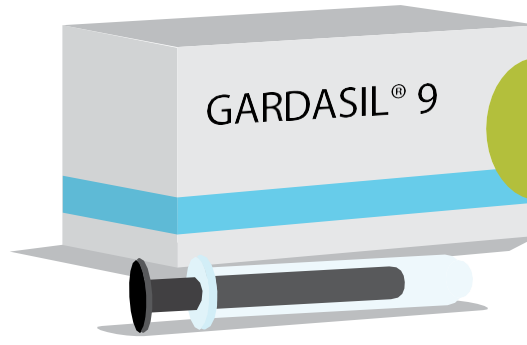
Chủng ngừa là cách hiệu quả nhất để tự bảo vệ chống lại HPV. Một thập niên sử dụng thuốc chủng ngừa HPV tại British Columbia, Canada đã cho thấy rằng thuốc chủng vừa an toàn vừa hiệu quả. Muốn biết thêm chi tiết về thuốc chủng ngừa HPV, hãy đến www.immunizebc.ca/hpv

Tại BC, thuốc chủng ngừa HPV hiện nay là Gardasil 9. Gardasil 9 được sử dụng khắp nơi, bảo vệ đối với chín loại HPV, và sử dụng được cho tất cả mọi người. Mặc dù chủng ngừa không bảo vệ chống lại được tất cả các loại HPV, nhưng có thể bảo vệ thật hiệu quả đối với hầu hết những loại đưa đến ung thư và mụn cóc bộ phận sinh dục.

Thuốc chủng ngừa HPV có hiệu quả nhất khi chủng lúc còn trẻ, trước khi có bất cứ tiếp xúc tình dục nào, vì thế mà được dùng để

QUÝ VỊ CÓ BIẾT? DID YOU KNOW?

Gardasil 9 bảo vệ chống lại 9 loại HPV gây ra 90% ung thư cổ tử cung và 90% mụn cóc bộ phận sinh dục. Số này gồm: ung thư cổ tử cung, ung thư âm hộ và âm đạo do những loại HPV 16, 18, 31, 33, 45, 52 và 58 gây ra; mụn cóc ở bộ phận sinh dục; trầy xước tiền ung thư ở hậu môn và bộ phận sinh dục do những loại HPV 6 và 11 gây ra; và ung thư hậu môn do những loại HPV 16, 18, 31, 33, 45, 52 và 58 gây ra.



chủng ngừa thông lệ cho trẻ em trong tuổi đi học. Thuốc chủng ngừa HPV là thuốc chủng duy nhất bảo vệ chống lại ung thư bộ phận sinh dục. Thuốc chủng ngừa HPV được chủng thành một loạt 2 liều cho những người dưới 15 tuổi (đây là tuổi tốt nhất để phát sinh phản ứng miễn nhiễm), và loạt 3 liều cho những người từ 15 tuổi trở lên.

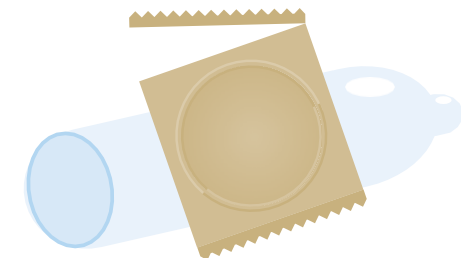
Nếu chưa được chủng ngừa ở trường, quý vị vẫn có thể chủng ngừa sau này trong đời. Gardasil 9 được đề nghị cho những người có cổ tử cung đến tối đa là 45 tuổi, những người không có cổ tử cung đến tối đa là 26 tuổi, nam giới đồng tính luyến ái ở mọi lứa tuổi, và những người có HIV từ 27 tuổi trở lên. Tuy nhiên, ngay cả khi quý vị ở ngoài lứa tuổi hoặc giới tính đó, một số chuyên gia vẫn có thể đề nghị quý vị chủng ngừa nếu có sinh hoạt tình dục hoặc điều trị ung thư cổ tử cung hoặc tiền ung thư hậu môn. Vì nhiễm HPV một lần không giúp quý vị tránh nhiễm lại nên có thể vẫn nên chủng ngừa dù trước đây quý vị đã từng bị nhiễm HPV.

Hãy nói chuyện chuyên viên chăm sóc sức khỏe xem quý vị có nên chủng ngừa loại này hay không.

Nếu hội đủ điều kiện được chủng Gardasil 9 miễn phí, quý vị có thể chủng ngừa qua phòng sức khỏe công cộng, trung tâm sức khỏe cộng đồng hoặc phòng khám STI tại địa phương. Nếu không hội đủ điều kiện được chủng miễn phí, quý vị có thể tự trả tiền chủng ngừa. Quyền lợi sức khỏe mở rộng hoặc các công ty bảo hiểm cũng có thể đài thọ phí tổn này (quý vị có thể cần toa bác sĩ để công ty bảo hiểm chấp nhận đơn xin bồi hoàn). Quý vị có thể trả tiền chủng ngừa tại chuyên viên chăm sóc sức khỏe, nhà thuốc tây, hoặc phòng khám du lịch.

Phương pháp cản Barrier methods

Bao cao su và các phương pháp cản khác có thể làm giảm mức truyền nhiễm của HPV, dù không bảo vệ hoàn toàn vì HPV có thể truyền nhiễm khi tiếp xúc với da. Bao cao su cũng bảo vệ chống lại các STI (bệnh phong tình) khác, gồm bệnh lậu, chlamydia, giang mai và HIV. Sử dụng bao cao su là một cách hay để giảm rủi ro bị nhiễm STI.



AI ĐƯỢC CHỦNG NGỪA HPV MIỄN PHÍ THUỐC GARDASIL 9 TẠI BC? (TỪ NĂM 2019) (WHO GETS THE HPV GARDASIL 9 VACCINE FOR FREE IN BC? (AS OF 2019))

- Trẻ em học lớp 6 thuộc mọi giới tính
- Những người chưa chủng ngừa ở Lớp 6 hội đủ điều kiện để chủng loạt này trước 19 tuổi (sinh năm 2006 trở về sau) nhưng sau 19 tuổi thì không.
- Người bị nhiễm HIV, 9-26 tuổi
- Người chuyển giới, 9-26 tuổi
- Nam giới từ 9-26 tuổi và;
 - làm tình với người đồng tính
 - chưa có sinh hoạt tình dục nhưng đang nghi ngờ khuyh hướng tình dục của mình
 - đi hoang ngoài đường
- Trẻ trai 9-18 tuổi được Bộ Phát Triển Trẻ Em và Gia Đình (MCFD) nuôi giữ
- Trẻ trai và đàn ông trong các trung tâm dịch vụ cải huấn thanh thiếu niên

TÔI QUÊN CHỦNG MỘT LIỀU, TÔI CÓ CẦN BẮT ĐẦU LẠI TỪ ĐẦU LOẠT CHỦNG NGỪA NÀY HAY KHÔNG? (I MISSED A DOSE OF VACCINE, DO I NEED TO START THE SERIES OVER AGAIN?)

Không, quý vị không cần bắt đầu lại từ đầu. Có thể tiếp tục lại trong loạt chủng này.

TÔI ĐÃ CÓ HPV. THUỐC CHỦNG CÓ CHỮA LÀNH ĐƯỢC KHÔNG? (I ALREADY HAVE HPV. WILL THE VACCINE CURE IT?)

Thuốc chủng ngừa HPV sẽ không chữa lành một loại HPV đang nhiễm. Tuy nhiên, quý vị sẽ được bảo vệ chống những loại HPV khác của thuốc chủng này. Không như các STI (bệnh phong tình) khác, không thể chữa lành HPV, nhưng có những cách trị liệu để giải quyết các tác động của HPV ở những phần khác nhau trên cơ thể.

NẾU TÔI CHỦNG NGỪA HPV BẰNG THUỐC CŨ, NHƯ CERVARIX HOẶC GARDASIL 4, TÔI CÓ NÊN CHỦNG NGỪA BẰNG THUỐC GARDASIL 9 HAY KHÔNG? (IF I GOT AN EARLIER TYPE OF HPV VACCINE, SUCH AS CERVARIX OR GARDASIL 4, SHOULD I GET GARDASIL 9?)

Đây là quyết định riêng của quý vị sau khi thảo luận với chuyên viên chăm sóc sức khỏe. Gardasil 4 bảo vệ quý vị chống lại 4 loại HPV dễ gây ung thư cổ tử cung và mụn cóc bộ phận sinh dục nhất, còn Gardasil 9 bảo vệ chống thêm 5 loại nữa. Công quỹ sẽ không tài trợ chủng ngừa Gardasil 9 nếu đã chủng ngừa Gardasil 4, do đó quý vị phải trả tiền chủng thêm thuốc này.

Nếu đã bắt đầu chủng thuốc Gardasil 4 nhưng chưa xong, quý vị có thể hoàn tất bằng Gardasil 9. Thí dụ: nếu đã chủng một mũi Gardasil 4, quý vị có thể chủng hai mũi Gardasil 9. Chủng như vậy này sẽ đủ để chống những loại HPV 6, 11, 16 và 18.

Tuy nhiên quý vị có thể không được bảo vệ chống những loại 31, 33, 45, 52 và 58, vì quý vị sẽ chỉ chủng ngừa 2 trong số 3 liều.

TÔI BỎ LỠ CHỦNG NGỪA HPV Ở TRƯỜNG. BÂY GIỜ TÔI CÓ THỂ CHỦNG NGỪA MIỄN PHÍ KHÔNG? (I MISSED GETTING THE HPV VACCINE IN SCHOOL. WHERE CAN I GET IT FOR FREE NOW?)

Không phải người nào cũng hội đủ điều kiện được chủng ngừa HPV miễn phí. Quý vị có thể xem mình có được chủng ngừa HPV miễn phí hay không tại trạm y tế địa phương (còn gọi là trạm sức khỏe cộng đồng, trung tâm sức khỏe cộng đồng, và nhà chăm sóc chính). Một số phòng khám STI cũng có thể có thuốc chủng này.

TĂNG CƯỜNG KHẢ NĂNG MIỄN NHIỄM BẰNG NHỮNG CÁCH SINH SỐNG KHỎE MẠNH (BOOST YOUR IMMUNITY THROUGH HEALTHY LIVING STRATEGIES)

Có nhiều việc thực tế quý vị có thể làm để phát triển một hệ thống miễn nhiễm khỏe mạnh, gồm:

- Ngủ đầy đủ
- Ăn uống lành mạnh có nhiều rau, trái và các chất vi dưỡng
- Tập thể dục đều đặn
- Giảm bớt hoặc bỏ hút thuốc
- Nếu có uống rượu, hãy uống vừa phải
- Tối giảm căng thẳng hoặc áp dụng cách kiểm soát căng thẳng lành mạnh

Thử Nghiệm HPV HPV Testing

Tại BC không có thử nghiệm cụ thể cho các loại HPV ít rủi ro. Vì hầu hết các trường hợp nhiễm bệnh ít rủi ro đều ngắn hạn và tự hết, thường không có triệu chứng, nên việc thử nghiệm không được xem là hữu ích.

Khám mụn cóc bộ phận sinh dục Physical exam for genital warts

Không có thử nghiệm cụ thể cho mụn cóc bộ phận sinh dục. Nếu quý vị lo ngại về những khối u hoặc vết nổi trên bộ phận sinh dục, chuyên viên chăm sóc sức khỏe có thể khám sức khỏe tổng quát để tìm các dấu hiệu của mụn cóc bộ phận sinh dục, các STI hoặc bệnh da khác. Có thể khám loại này trong khi thử nghiệm STI thông lệ.

Khám dò tìm ung thư cổ tử cung thông lệ (thử Pap) Routine cervical cancer screening (Pap test)

Ung thư cổ tử cung là một trong những loại ung thư có thể phòng ngừa được nhiều nhất. Tình trạng này xảy ra khi nhiễm một loại HPV nhiều rủi ro dài hạn gây ra các thay đổi tế bào cổ tử cung.

Khám dò tìm cổ tử cung (thử Pap) là để theo dõi các thay đổi tế bào này, loại thử nghiệm này tìm các tế bào bất thường trên cổ tử cung trước khi trở thành ung thư và theo dõi các thay đổi từ từ. Vì các thay đổi này tiến triển rất chậm, nên có đề nghị thử nghiệm Pap 3 năm một lần, bắt đầu từ 25 tuổi.

Nếu quý vị có cổ tử cung, từ 25-69 tuổi, và đã có bất cứ tiếp xúc tình dục nào trong đời, gồm cả làm tình bằng miệng hoặc bằng tay (bất cứ động tác nào bằng tay sờ vào bộ phận sinh dục, chương trình khám dò tìm của BC đề nghị nhờ một chuyên viên chăm sóc sức khỏe khám dò tìm cổ tử cung. Muốn biết thêm chi tiết về vấn đề khám dò tìm cổ tử cung, hãy đến www.bccancer.bc.ca/screening/cervix

Kết quả khám dò tìm cổ tử cung (thử Pap) bất thường Abnormal cervical screening (Pap test) results

Rất thường thấy kết quả Pap bất thường và không có nghĩa là quý vị bị ung thư cổ tử cung. Kết quả thử Pap bất thường có nghĩa là có một số tế bào trên cổ tử cung trông không bình thường và cần được xem xét kỹ hơn. Quý vị có thể được giới thiệu thử nghiệm thêm như thử Pap lại, hoặc soi cổ tử cung, để xem xét cổ tử cung kỹ hơn và, nếu cần, lấy các mẫu nhỏ để khám nghiệm thêm.

Các tế bào cổ tử cung bất thường có thể tự trở lại bình thường hoặc chuyên viên chăm sóc sức khỏe có thể đề nghị một phương pháp điều trị đặc biệt như LEEP (Phương Thức Giải Phẫu Cát Bỏ Bằng Vòng Điện Nóng) để cắt bỏ các tế bào bất thường. Điều rất quan trọng là phải đến các buổi hẹn tái khám theo đề nghị của chuyên viên chăm sóc sức khỏe để có kết quả tốt đẹp nhất.

TÔI CÓ KẾT QUẢ THỬ NGHIỆM DÒ TÌM UNG THƯ CỔ TỬ CUNG BẤT THƯỜNG. TÔI CÓ BỊ UNG THƯ KHÔNG? (I HAD AN ABNORMAL CERVICAL CANCER SCREENING TEST RESULT. DO I HAVE CANCER?)

Nếu quý vị được cho biết là mình có kết quả thử Pap bất thường và không có nghĩa là bị ung thư thì đó là chuyện rất thông thường. Phần lớn các thay đổi tế bào cổ tử cung được tìm ra sớm khi thử Pap và sẽ tự hết hoặc có thể điều trị dễ dàng trước khi trở thành ung thư. Nếu có kết quả thử Pap bất thường, quý vị sẽ được chỉ dẫn tái khám. Điều thật quan trọng là phải đến bất cứ buổi hẹn tái khám nào được đề nghị.

TÔI ĐÃ THỬ NGHIỆM PAP BẤT THƯỜNG, TÔI NÊN NÓI GÌ VỚI NGƯỜI BẠN TÌNH CỦA TÔI? TÔI CÓ NÊN NGỪNG LÀM TÌNH HAY KHÔNG? (I HAD AN ABNORMAL PAP TEST, WHAT DO I TELL MY PARTNER? SHOULD I STOP HAVING SEX?)

Xét từ quan điểm y khoa, quý vị không cần phải ngưng làm tình hoặc nói với người bạn tình. Muốn biết thêm chi tiết về cách nói với người bạn tình, hãy đọc phần *Nói Chuyện Với Người Bạn Tình Của Quý Vị Về HPV*.

LOẠI HPV – THỬ NGHIỆM CỤ THỂ (HPV TYPE - SPECIFIC TESTING)

Tuy thử nghiệm Pap là tiêu chuẩn hiện hành để dò tìm ung thư cổ tử cung tại BC, một số nơi trên thế giới đã bắt đầu dùng cách thử nghiệm HPV để dò tìm cổ tử cung. Thử nghiệm HPV tìm xem có HPV nhiều rủi ro hay không và xác định những người có rủi ro bị ung thư cổ tử cung, ngay cả trước khi có thể có các thay đổi tế bào của cổ tử cung.

Thử nghiệm HPV vẫn chưa phải là tiêu chuẩn chăm sóc tại BC và cách thử nghiệm Pap để dò tìm cổ tử cung vẫn rất hiệu quả để phòng ngừa ung thư cổ tử cung. Tuy có các loại thử nghiệm HPV cụ thể phải trả tiền qua một số phòng thí nghiệm tư nhân tại BC, cách này không phải là tiêu chuẩn chăm sóc ở tỉnh này và không thuộc chương trình khám dò tìm cổ tử cung của tỉnh bang.

Dò tìm ung thư hậu môn Anal cancer screening

Tuy hiếm xảy ra nhưng ung thư hậu môn là một loại ung thư khác liên quan đến HPV có thể phòng ngừa được. Nếu có làm tình trong hậu môn của mình, quý vị có thể nên nói chuyện với chuyên viên chăm sóc sức khỏe về việc thử nghiệm STI (bệnh phong tình) và dò tìm ung thư hậu môn. Đối với một số người, chẳng hạn như những người nhiễm HIV hoặc phụ nữ đã từng bị ung thư cổ tử cung, thì có thể nên thử nghiệm Pap ở hậu môn vì rủi ro bị ung thư hậu môn cao hơn mức trung bình. Tương tự như thử nghiệm Pap cổ tử cung, thử nghiệm Pap ở hậu môn tìm các tế bào bất thường ở hậu môn trước khi có thể trở thành ung thư.

Vào lúc này, kết quả nghiên cứu không cho thấy là nên thử nghiệm Pap ở hậu môn cho tất cả mọi người vì HPV quá thông thường, hầu hết những trường hợp nhiễm HPV đều tự hết mà không cần điều trị hoặc gây biến chứng, và tương đối hiếm thấy ung thư hậu môn trong dân số chung.

Dò tìm ung thư miệng Oral cancer screening

HPV đôi khi có thể đưa đến ung thư miệng và cổ họng. Ung thư miệng và cổ họng tương đối hiếm thấy trong dân số chung. Quý vị có nhiều rủi ro bị ung thư miệng và cổ họng hơn nếu có hút thuốc và uống rượu.

Đa số nha sĩ đều khám kỹ bằng mắt để tìm ung thư miệng khi khám răng thông lệ cho quý vị. Nếu quý vị lo ngại về những vết lở loét bất thường trong miệng hoặc những khối u không lành, hãy đến nha sĩ hoặc chuyên viên chăm sóc sức khỏe. Không có thử nghiệm HPV để tìm ung thư miệng hoặc cổ họng.



Nếu quý vị có HPV If you have HPV

Điều trị mụn cóc bộ phận sinh dục Treating genital warts

Có thể điều trị mụn cóc bộ phận sinh dục vì lý do thẩm mỹ để loại bỏ các nốt mụn. Nhiều người chọn không điều trị mụn cóc bộ phận sinh dục mà chỉ đợi cho cơ thể tự loại bỏ siêu vi khuẩn này. Điều trị có thể cắt bỏ các mụn cóc nhìn thấy được để không còn nhìn thấy nữa, nhưng sẽ không chữa lành HPV hoặc giúp quý vị miễn nhiễm với HPV. Mụn cóc vẫn có thể tái phát.

Chuyên viên chăm sóc sức khỏe có thể điều trị tại một số phòng khám. Cách điều trị mụn cóc bộ phận sinh dục có thể là làm đông lạnh (bằng nitrogen lỏng) hoặc bôi thuốc nước, kem hoặc mỡ thuốc lên da. Nếu không hết mụn cóc khi điều trị thường lệ, quý vị có thể được giới thiệu đến bác sĩ chuyên khoa về mụn cóc bộ phận sinh dục. Các phương pháp điều trị khác được các bác sĩ chuyên khoa sử dụng gồm tia laser và đốt điện.

Sau khi chẩn đoán Working through your diagnosis

Tuy HPV rất thông thường, nói chung tự biến mất và thường không gây biến chứng, nhưng mọi người có thể trải qua nhiều cảm xúc khi mới biết mình bị nhiễm. Một số người, nhất là những người hiểu biết phần nào về HPV, không thấy khó chịu. Những người khác có thể cảm thấy bức bối và quá xúc động.

Nhiều người có cảm xúc lưỡng chùng giữa hai thái cực này.

Có rất nhiều tin tức sai lạc và tiếng xấu về các STI (bệnh phong tình), gồm cả HPV. Có thắc mắc và lo ngại là chuyện bình thường. Hãy tìm hiểu cho chính mình, tự chăm sóc đúng mức, và trở lại cuộc sống bình thường, kể cả sinh hoạt tình dục. Tất cả những việc này sẽ giúp quý vị cảm thấy quân bình và không lo lắng về loại STI rất thông thường và có thể kiểm soát được này.

Các khó khăn tiếp diễn Ongoing challenges

Một số người có thể cảm thấy không vượt qua nỗi cảm xúc của họ để tiến bước. Nếu bị tràn ngập cảm xúc, kéo dài hàng tháng, hoặc đang ảnh hưởng đến khả năng hoạt động của quý vị, hãy nghĩ đến việc tìm một số nguồn yểm trợ từ bên ngoài. Quý vị có thể thấy nên nói chuyện với chuyên viên chăm sóc sức khỏe hoặc cố vấn, để có một chỗ an toàn, kín đáo mà giải quyết các cảm xúc của mình.

Nói chuyện với bạn tình về HPV Talking to partners about HPV

HPV là một loại siêu vi khuẩn rất thông thường và hầu hết những người có sinh hoạt tình dục rồi cũng sẽ bị nhiễm. Thực ra, trong tiến trình quyết định, quý vị nên mặc nhiên tự xem mình và những người bạn tình của mình sẽ nhiễm HPV vào một lúc nào đó, hoặc đã

nhiễm rồi. Nếu nghĩ có thể tránh được HPV là chuyện không thực tế.

Bất luận quý vị hay bạn tình có được chẩn đoán là có HPV hay không, điều quan trọng là đừng đổ lỗi hoặc nhục mạ. Không có cách nào biết chắc bị lây HPV khi nào, hoặc ai lây.

TẠI SAO HPV LẠI KHÔNG PHẢI LÀ MỘT BỆNH CÓ THỂ TRÌNH BÁO NHƯ BỆNH LẬU HOẶC CHLAMYDIA? (WHY IS HPV NOT A REPORTABLE INFECTION LIKE GONORRHEA OR CHLAMYDIA?)

Một số STI như chlamydia, lậu và giang mai được trình báo cho cơ quan sức khỏe công cộng để giúp thông báo cho bất cứ người bạn tình nào cần được thử nghiệm và điều trị bằng thuốc trụ sinh (thuốc kháng sinh). HPV không cần thuốc trụ sinh và không phải là bệnh cần trình báo.

TÔI CÓ PHẢI NÓI CHO BẠN TÌNH BIẾT HAY KHÔNG? (DO I HAVE TO TELL MY PARTNERS?)

Tùy quý vị có muốn nói chuyện với bạn tình của mình về HPV hay không. HPV thông thường đến mức chúng ta biết hầu hết mọi người đều có tiếp xúc, bệnh này thường tự hết, và có những loại thử nghiệm như dò tìm cổ tử cung có thể theo dõi các biến chứng có thể xảy ra vì HPV. Hệ thống chăm sóc sức khỏe có các biện pháp hiệu quả để chăm sóc tất cả mọi người, dù họ không được chẩn đoán. Điều này có nghĩa là không có lý do y tế nào để phải nói với bạn tình của mình.

Các nguồn tài nguyên Resources

TÀI NGUYÊN TÌNH DỤC KHÔN NGOAN SMART SEX RESOURCE

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

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

TÌM PHÒNG SỨC KHỎE TÌNH DỤC:

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

CÁC CHỌN LỰA VỀ SỨC KHỎE TÌNH DỤC BC BC OPTIONS FOR SEXUAL HEALTH


Nêu thắc mắc qua website này và được giải đáp bằng email.


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

ĐƯỜNG DÂY ĐIỆN THOẠI VỀ Ý THỨC TÌNH DỤC SEX SENSE PHONE LINE

Dịch vụ giới thiệu và thông tin kín đáo về sức khỏe tình dục từ Các Chọn Lựa về Sức Khỏe Tình Dục (Options for Sexual Health).

Hoạt động Thứ Hai đến Thứ Sáu 9 giờ sáng – 9 giờ tối, giờ Thái Bình Dương

 **1-800-739-7367** bất cứ ở đâu trong B.C.

 **604-731-7803** trong vùng Lower Mainland

THÔNG TIN VỀ HPV HPV INFO

Đây là trang thông tin của Hội Bác Sĩ Sản Khoa và Phụ Khoa Canada

 hpvinfo.ca

CHỪNG NGỪA BC IMMUNIZE BC

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


HỘI UNG THƯ BC BC CANCER

KHÁM DÒ TÌM CỔ TỬ CUNG:

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

CÁC THẮC MẮC THƯỜNG GẶP VỀ 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>

