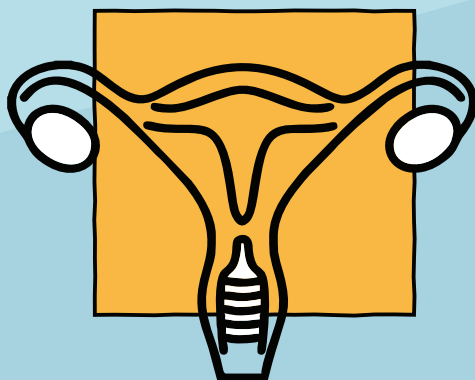


**Groundswell**

Out of homelessness



# Участие в скрининг за рак на маточната шийка





## За кого е предназначена тази брошура?

Тази брошура предоставя информация за хора в Лондон, които са останали без дом, за това как да участват в скрининг за рак на маточната шийка.

Тази информация може да бъде полезна и за ключови работници и/или доставчици на услуги, които помагат на хора, останали без дом, да получат достъп до здравни услуги.

## Какво представлява скринингът на маточната шийка?

Скринингът е начин за идентифициране на хора без симптоми, които могат да имат повишен риск от определен здравословен проблем. Националната здравна служба (NHS) предлага редица **безплатни** скринингови тестове.

Скринингът за рак на маточната шийка търси промени в шийката на матката. Скринингът за рак на шийката на матката използва мека четка, която улавя клетки, за да провери за вирус, наречен **HPV (човешки папиломен вирус)**. HPV се среща много често и в повечето случаи не е повод за притеснение.

Можете да се заразите с вируса при всякакъв вид сексуален контакт или сексуално докосване с друг човек.

Ако има наличие на HPV, клетките ще бъдат прегледани, за да се провери дали са започнали да стават аномални. Това е важен процес за намаляване на риска от заболяване от рак на маточната шийка.



Скринингът на маточната шийка може да спаси живота Ви.



Чрез редовен скрининг на маточната шийка 83% от смъртните случаи от рак на маточната шийка могат да се предотвратят.



На всеки 100 души, на които е направен скрининг на маточната шийка, само 4 от 100 души ще бъдат поканени за допълнителни изследвания.

## За кого е предназначен скринингът на маточната шийка?

Поканата Ви за участие в програмата за скрининг на маточната шийка (преди наричана „тест за цитонамазка“) зависи от възрастта и пола Ви, регистрирани в кабинета на Вашия личен лекар, както и от това дали имате маточна шийка. Шийката на матката е отворът към утробата от вагината.

- Ако сте цисджендър жена, транссексуален мъж или небинарна жена, определена като жена по рождение, и сте регистрирана при личния си лекар като жена, ще получавате покани за скрининг на маточната шийка.
- Ако сте транссексуален мъж, регистриран при личния си лекар като мъж, няма да получавате автоматични покани. Все пак трябва да си правите скрининг на маточната шийка. Трябва да заявите час в кабинета на личния си лекар.

Не се нуждаете от скрининг на маточната шийка, ако:

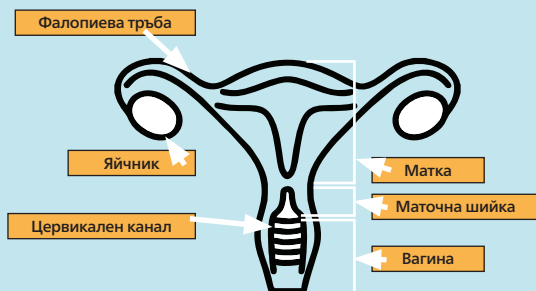
- Вие сте транссексуална жена или небинарно лице, на което по рождение е определен мъжки пол, тъй като нямате шийка на матката.
- При раждането си сте определени за жена, ако сте транссексуален мъж или небинарно лице и сте претърпели тотална хистеректомия за отстраняване на шийката на матката.

Всички жени и хора на възраст между 25 и 49 години с маточна шийка ще бъдат канени на всеки 3 години и на всеки 5 години на възраст между 50 и 64 години. Ще бъдете поканени до 6 месеца преди да навършите 25 години и ще продължите да получавате покани след 64-годишна възраст само ако последният Ви тест е анормален.

Няма значение дали сте пропуснали поканите си за скрининг. Ако сте на възраст между 25 и 64 години, можете да се обърнете към личния си лекар, за да си направите скрининг на маточната шийка. В някои области службите за сексуално здраве или службите за генитоуринарна медицина (ГУМ) могат да предоставят скрининг на маточната шийка. Свържете се със съответната клиника, за да получите допълнителна информация.

Скринингът на маточната шийка не се препоръчва, ако сте на възраст под 25 години.

## Как работи скринингът на маточната шийка?



- Скринингът на маточната шийка обикновено се извършва от медицинска сестра или лекар от женски пол, но ако предпочитате, можете да поискате медицински специалист от определен пол, когато си записвате час.
- Ще имате лично пространство, където да се съблечете от кръста надолу.
- Когато сте готови, ще легнете на легло със свити и разтворени колене. Ще имате чист чаршаф, който да Ви покрива.
- Спекулум с лубрикант ще бъде внимателно поставен във вагината Ви. Той се отваря, за да може медицинският специалист да види шийката на матката Ви. Медицинският специалист ще използва подходящия за Вас размер спекулум, за да види ясно шийката на матката Ви.
- Лекарят ще използват малка, мека четка, за да вземе проба от клетките.
- Тестът е бърз и обикновено не е болезнен, но може да изпитате дискомфорт за кратък период от време.



## Как работи скринингът на маточната шийка? Продължение...

Ако почувствате дискомфорт или болка по време на процедурата, можете да помолите медицинския специалист да Ви помогне да се успокоите, като:

- Спре за момент, за да Ви е по-удобно.
- Ви помогне да правите бавни и дълбоки вдишвания, за да се отпуснат мускулите на таза.
- Нанесе малко количество лубрикант на страните на спекулума.
- Ви позволи сами да поставите спекулума

### Най-добри съвети



- Носете облекло, което улеснява свалянето на долните дрехи и бельото (напр. пола или рокля).



- Слушайте музика по време на прегледа, за да се отпуснете.
- Ако лежите по гръб, можете да наклоните бедрата, като поставите ръцете си под задните части.
- Ако Ви е по-трудно да лежите по гръб, можете да поискате да легнете на лявата си страна със свити колене.
- Най-добре е да си запишете час за посещение във време, когато нямате менструация.
- Също така се опитайте да избягвате двата дни преди или след кървене (ако нямате менструация, можете да запазите час по всяко време).



## Защо да го правя?

Ранното установяване на проблема може да допринесе за по-ефективно лечение.



Ако откриете, че имате здравословен проблем или повишена вероятност за появата на такъв, това може да Ви помогне да вземете по-информирани решения относно здравето си.

Решението дали да си направите скринингов тест е личен избор, който можете да направите само Вие.



Няма значение каква е Вашата сексуалност и дали сте сексуално активни или не.



Можете да обсъдите всеки аспект на скрининговия тест със здравен специалист и да решите дали той е подходящ за Вас.

# Как мога да участвам в скрининг на маточната шийка?

За да получите достъп до скрининг, трябва да сте регистрирани в кабинет на общопрактикуващ лекар. За целта Вие или доверено лице можете да изтеглите регистрационния формуляр за услуги на семеен лекар (GMS1), да го попълните на ръка и да го предадете в кабинета на личния лекар:

<https://www.gov.uk/government/publications/gms1>



## Не забравяйте

Всеки има право на достъп до здравни грижи. Не се нуждаете от документ за самоличност или постоянен адрес, за да се регистрирате при личен лекар и имиграционният ви статут не е от значение.

Важно е личният лекар да разполага с точна информация за Вас, по-специално:

- Вашето име
- Вашата дата на раждане
- Вашият пол
- Вашите данни за контакт, напр. номер на мобилен телефон и уговорен адрес, на който да се изпращат Вашите здравни писма, напр. адрес с указание „на вниманието на“.



Поканата за скрининг ще представлява писмо, изпратено на адреса, който сте предоставили на Вашия личен лекар, в което ще Ви помолим да си запишете час.



Ако не желаете да бъдете поканени за скрининг на маточната шийка, свържете се с Вашия личен лекар или помолете за помощ, за да попълните онлайн формуляра за отказ:

<https://www.gov.uk/government/publications/optiming-out-of-the-nhs-population-screening-programmes/optiming-out-of-screening>



Ако резервирате час, ще бъде изпратено съобщение с напомняне на мобилния номер, регистриран в кабинета на личния Ви лекар, за да ви напомни за предстоящия Ви час.

## Управление на часа ми

Поискайте час за среща при Вашия личен лекар или служба за сексуално здраве/клиника за ГУМ (ако предоставят цервикален скрининг) въз основа на това кога можете да присъствате (напр. ако заспивате трудно, часът рано сутрин може да е предизвикателство).



Ако Ви е било трудно да посещавате часовете в миналото или се чувствате много нервни, можете да запазите двоен час.

Ако Ви е трудно да запомните уговорени часове, можете да:

- помолите приятел или помощен работник да Ви напомни.
- зададете аларма или напомняне на телефона си.



Планирайте маршрута си предварително и отделете време, за да не се чувствате припряни. Обърнете се към местната служба за подкрепа или към ключов работник, ако имате нужда от помощ, за да присъствате – те могат да Ви помогнат.

Помолете доверен приятел или служител да присъства на посещението с Вас или да бъде на разположение за кратък разговор след това. Ако се чувствате притеснени, това може да Ви разсее, като знаете, че някой може да разговаря с Вас, докато чакате.



Посетете предварително кабинета или службата за сексуално здраве/клиниката за ГУМ, ако сте резервирали своя час там, за да сте запознати с обстановката.

Уговорете си час при медицинската сестра, просто за да обсъдите процедурата за скрининг.

Не забравяйте, че здравните специалисти пазят поверителността на всичко, което казвате. Може да Ви бъде от полза да споделите всякакви физически или психически здравословни предизвикателства или увреждания, за да могат да направят промени и да Ви накарат да се чувствате по-комфортно, но това е Ваш избор.



## Помощ при вземането на решение

**Никои скринингов тест не е 100% надежден.** Има плюсове и минуси, които трябва да обмислите, преди да участвате.

- Инфекция с HPV или аномални клетки понякога могат да бъдат пропуснати.
- Аномалните клетки могат да се развият и да се превърнат в ракови в периода между скрининговите тестове, ако се пропусне редовният скрининг на три или пет години.
- Съществува малък шанс резултатът да покаже, че са открити аномални клетки, когато шийката на матката е нормална.
- Ако при скрининга не се открият аномални клетки, това не гарантира, че нямате такива или че те никога няма да се развият в бъдеще.

## Не забравяйте

- Скринингът за полово предавани инфекции (ППИ) като хламидия, гонорея, ХИВ (човешки имунодефицитен вирус) и сифилис **не е** същият като скрининга на маточната шийка, но също може да бъде заявен.
- HPV **не е** същият като HIV. HPV може да бъде открит при всеки и обикновено изчезва с течение на времето. Въпреки това скринингът на маточната шийка може да помогне за по-ранното откриване на вируса и за проверка за аномални клетки.

Това ръководство и поканите, изпратени от програмата за скрининг на маточната шийка, Ви дават информация, за да решите дали искате да се подложите на скрининг – **това е Ваш избор.**

## Кога трябва да отидете на преглед при Вашия лекар

Симптомите на рак на маточната шийка включват:



вагинално кървене, което е необичайно за Вас – включително кървене по време или след секс, между менструациите или след менопаузата или по-обилна менструация от обикновено



промени във вагиналното течение



болка по време на секс



болка в долната част на гърба, между бедрените кости (таза) или в долната част на корема

Ако имате друго заболяване като миома или ендометриоза, може да получавате подобни симптоми редовно. Ако имате някоя от тези промени, не чакайте следващото посещение за скрининг на маточната шийка. Посетете личния си лекар възможно най-скоро. Вашият личен лекар може да Ви прегледа и да Ви насочи към гинекологична клиника, ако е необходимо. Обикновено тези симптоми не означават, че имате рак. Но ако се установи, че имате рак, ранното му диагностициране и лечение може да означава, че е по-вероятно да оцелеете.

## Каква друга информация е необходимо да знам?



- ✓ Ако промените името, адреса или телефонния си номер, уведовете личния си лекар.
- ✓ Когато актуализирате адреса си, можете да предоставите данни за контакт на Вашия ключов работник като втори контакт.
- ✓ Ако се преместите в друго населено място, можете да се регистрирате при друг личен лекар.
- ✓ Ако нямате постоянен адрес, можете да поискате от кабинета на Вашия личен лекар да актуализира Вашите данни с техния адрес.

[Лесно за четене ръководство за скрининг за рак на маточната шийка](#)

[56 Dean Street](#) е клиника за сексуално здраве в Сохо, специализирана в намаляването на инфекциите и насърчаването на сексуалното благополучие сред общността LGBTQI+. Ако сте на възраст над 25 години и имате маточна шийка, можете предварително да си запишете час за **безплатен** скрининг на маточната шийка в тяхната вечерна клиника във вторник на **020 3315 5656**.

[My Body Back Project](#) предлага скрининг на маточната шийка, контрацептивни грижи, тестове за полово предавани болести и майчински грижи за хора, преживели сексуално насилие.



*Като млад възрастен не бях насърчавана да търся здравни грижи, нито се регистрирах при личен лекар. Въпреки това, когато навърших 25 години, въпреки нездравословната ми връзка със самолечението, бях във връзка с човек, който ме подкрепя. Партньорът ми по онова време бе причината, поради която уговорих първия си скрининг на маточната шийка, въпреки липсата на себестойностна грижа за себе си. Спомням си как ми казваше, че е по-добре 5 минути при личния лекар, отколкото години лечение на рака, ако го отложа и рискувам някакви аномалии да не бъдат открити на ранен етап. Въпреки че го намирам за неудобен преглед, не съм пропуснала нито един скрининг. За мен силната мрежа за подкрепа е важна за достъпа до здравни услуги.*

Ашли, 30 г. – Харингей.



**Сканирайте QR кода за повече информация  
относно скрининга за рак на маточната шийка**

### **Благодарности**

Тази брошура е изготвена от Groundswell в партньорство с Алианса за борба с рака в Северен централен Лондон, Партньорите на RM – Алианс за борба с рака в Северозападен и Югозападен Лондон, Алианс за борба с рака в Североизточен Лондон, Алианс за борба с рака в Югоизточен Лондон и Екипа за въвеждане в експлоатация на скрининга за рак на NHS Англия (регион Лондон).

### **Изображения**

Стр. 3: <https://www.gov.uk/government/publications/cervical-screening-easy-read-guide>

[www.groundswell.org.uk](http://www.groundswell.org.uk)

 @ItsGroundswell

Регистриран благотворителен номер на Groundswell 1089987

Публикувано юли 2024 г./Дата на преглед: юли 2025 г.