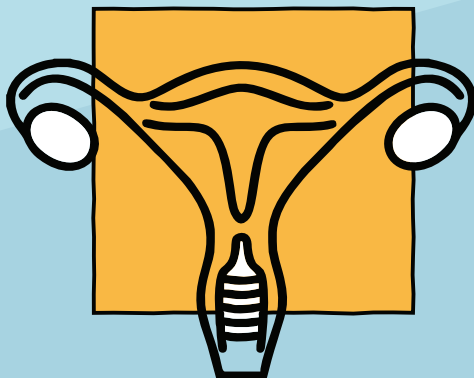


## Dalyvavimas gimdos kaklelio atrankinėje patikroje





## Kam skirtas šis lankstinukas?

Šiame lankstinuke pateikiama informacija benamystę patiriantiems asmenims Londone apie tai, kaip dalyvauti gimdos kaklelio vėžio atrankinėje patikroje.

Informacija taip pat gali būti naudinga pagrindiniams darbuotojams ir (arba) paslaugų teikėjams, padedantiems benamystę patiriantiems asmenims naudotis sveikatos priežiūros paslaugomis.

## Kas yra gimdos kaklelio atrankinė patikra?

Atrankinė patikra – tai būdas nustatyti simptomų neturinčius žmones, kuriems gali būti padidėjusi tam tikros sveikatos problemos rizika. NHS siūlo įvairius **nemokamus** atrankinės patikros tyrimus.

Gimdos kaklelio atrankinės patikros metu ieškoma gimdos kaklelio pokyčių. Gimdos kaklelio atrankinei patikrai naudojamas minkštas šepetėlis, kuriuo paaimamos ląstelės, siekiant patikrinti, ar nėra viruso, vadinamo **ŽPV (žmogaus papilomos virusu)**. ŽPV yra labai paplitęs ir dažniausiai nėra dėl ko nerimauti.

Virusu galite užsikrėsti nuo bet kokio lytinio akto ar lytinio prisilietimo su kitu asmeniu.

Nustačius ŽPV, bus tiriamos ląstelės, siekiant įsitikinti, kad jos nepradėjo nenormaliai vystytis. Tai svarbus procesas, mažinantis riziką susirgti gimdos kaklelio vėžiu.



Gimdos kaklelio atrankinė patikra gali išgelbėti jūsų gyvybę.



Reguliariai dalyvaujant gimdos kaklelio atrankinėje patikroje galima išvengti 83 proc. mirčių nuo gimdos kaklelio vėžio.



Iš 100 žmonių, kuriems atlikta gimdos kaklelio atrankinė patikra, tik keturi iš šimto bus pakviesti atlikti tolesnius tyrimus.

## Kam skirta gimdos kaklelio atrankinė patikra?

Kvietimas dalyvauti gimdos kaklelio atrankinės patikros programoje (anksčiau vadintoje „tepinėlio tyrimu“) priklausys nuo jūsų amžiaus, lyties, nurodytų šeimos gydytojui, ir nuo to, ar turite gimdos kaklelį. Gimdos kaklelis – tai gimdos anga iš makšties.

- Jei esate cis lyties moteris, translytis vyras arba nebinarinės lyties asmuo, kuriam gimimo metu priskirtas moteriškosios lyties asmuo, ir esate šeimos gydytojo įstaigoje registruoti kaip moteris, gausite kvietimus atlikti gimdos kaklelio atrankinę patikrą.
- Jei esate translytis vyras, užregistruotas pas šeimos gydytoją kaip vyras, automatinį kvietimų negausite. Vis tiek turėtumėte atlikti gimdos kaklelio atrankinę patikrą. Turėsite kreiptis į savo šeimos gydytoją dėl vizito.

Gimdos kaklelio atrankinės patikros atlikti nereikia, jei:

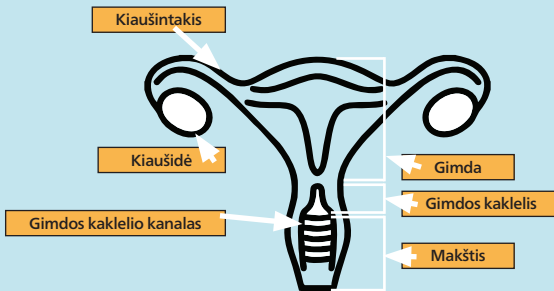
- esate translytė moteris arba nebinarinis asmuo, kuriam gimimo metu buvo priskirtas vyriškosios lyties asmuo, nes neturite gimdos kaklelio;
- gimimo metu jums buvo priskirtas moteriškosios lyties asmuo, esate translytis vyras arba nebinarinis asmuo ir jums buvo atlikta visiška histerektomija, kurios metu pašalintas gimdos kaklelis.

Visos moterys ir asmenys su gimdos kakleliu bus kviečiami kas trejus metus nuo 25 iki 49 metų amžiaus ir kas penkerius metus nuo 50 iki 64 metų amžiaus. Būsime kviečiami likus šešiams mėnesiams iki dienos, kai jums sueis 25-eri, o sulaukus 64-erių kvietimai bus siunčiami tik tuo atveju, jei paskutinio tyrimo rezultatai bus nenormalūs.

Nieko tokio, jei praleidote kvietimus atlikti atrankinę patikrą. Jei jums nuo 25-erių iki 64-erių, dėl gimdos kaklelio atrankinės patikros galite kreiptis į savo šeimos gydytoją. Kai kuriose vietovėse gimdos kaklelio atrankinę patikrą gali atlikti jūsų lytinės sveikatos tarnybos arba šlapimo ir lyties organų gydymo tarnybos. Norėdami gauti daugiau informacijos, kreipkitės į atitinkamą kliniką.

Gimdos kaklelio atrankinė patikra nerekomenduojama, jei jums nėra suėję 25-eri.

## Kaip atliekama gimdos kaklelio atrankinė patikra?



- Gimdos kaklelio atrankinę patikrą paprastai atlieka slaugytoja arba gydytoja moteris, tačiau jei pageidaujate, užsakydami vizitą galite paprašyti konkrečios lyties sveikatos priežiūros specialisto.
- Jums bus suteikta privati erdvė, kurioje galėsite nusirengti nuo juosmens žemyn.
- Kai būsite pasiruošusi, atsigulsite ant lovos sulenktais ir šiek tiek išskėstais keliais. Jums bus užklota švari antklodė.
- Į jūsų makštį bus švelniai įkištas plėtiklis su lubrikantu. Jis atsivers, kad sveikatos priežiūros specialistas galėtų apžiūrėti jūsų gimdos kaklelį. Sveikatos priežiūros specialistas panaudos jums tinkamo dydžio plėtiklį, kad galėtumėte aiškiai matyti gimdos kaklelį.
- Mažu, minkštu šepetėliu jis paims ląstelių mėginį.
- Tyrimas atliekamas greitai ir paprastai nėra skausmingas, tačiau trumpą laiką galite jausti diskomfortą.



## Kaip atliekama gimdos kaklelio atrankinė patikra? Tęsinys...

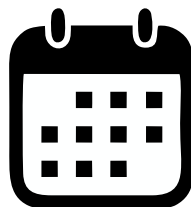
Jei procedūros metu jaučiate diskomfortą ar skausmą, galite paprašyti, kad sveikatos priežiūros specialistas padėtų jums nusiraminti:

- akimirkai sustoti, kad jums būtų patogiau;
- padėti jums lėtai ir giliai kvėpuoti, kad atsipalaiduotumėte ir atleistumėte dubens raumenis;
- užtepti nedidelį kiekį lubrikanto ant plėtiklio šono;
- leisti jums pačioms įsidėti plėtiklį.

### Geriausie patarimai



- Dėvėkite drabužius, kuriuos lengva nusimauti (pvz., sijoną ar suknelę), kad būtų patogų nusirengti apatinius drabužius.
- Vizito metu klausykitės muzikos, kuri padės atsipalaiduoti.
- Jei gulite ant nugaros, galite kilstelėti klubus, pakišusios rankas po užpakaliu.
- Jei gulėti ant nugaros sunkiau, galite paprašyti paguldyti ant kairiojo šono sulenktais keliais.
- Geriausia užsirašyti vizitui tuo metu, kai neturite mėnesinių.
- Be to, stenkitės vengti dviejų dienų prieš arba po kraujavimo (jei mėnesinių neturite, galite užsirašyti bet kuriuo metu).



## Kodėl turėčiau atlikti tyrimą?

Anksti sužinojus apie problemą, gydymas gali būti veiksmingesnis.



Sužinoję apie sveikatos problemas arba padidėjusią riziką, galėsite priimti geriau informuotus sprendimus dėl savo sveikatos.

Sprendimas, ar atlikti atrankinės patikros tyrimą, yra asmeninis ir jį galite priimti tik jūs.



Nesvarbu, kokia yra jūsų seksualinė orientacija ir ar esate lytiškai aktyvi, ar ne.



Su sveikatos priežiūros specialistu galite aptarti visus atrankinės patikros aspektus ir nuspręsti, ar ši patikra jums tinka, ar ne.

# Kaip galiu dalyvauti gimdos kaklelio atrankinėje patikroje?

Kad galėtumėte dalyvauti atrankinėje patikroje, turite būti užsiregistravę pas šeimos gydytoją. Norėdami tai padaryti, jūs arba patikimas asmuo galite atsisiųsti šeimos gydytojo paslaugų registracijos formą (GMS1), užpildyti ją ranka ir pristatyti šeimos gydytojui:

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



## Atminkite!

Kiekvienas turi teisę gauti sveikatos priežiūros paslaugas. Norint užsiregistruoti pas šeimos gydytoją, nereikia asmens tapatybės dokumento ar nuolatinio adreso, o jūsų imigracijos statusas neturi reikšmės.

Svarbu, kad šeimos gydytojas turėtų tikslią informaciją apie jus, ypač:

- jūsų vardą ir pavardę;
- jūsų gimimo datą;
- jūsų lytį;
- jūsų kontaktinius duomenis, pvz., mobiliojo telefono numerį ir sutartą adresą, kuriuo turi būti siunčiami laišakai apie jūsų sveikatą.



Kvietimas atlikti atrankinę patikrą bus išsiųstas paštu į adresą, kurį nurodėte šeimos gydytojui. Jūsų bus paprašyta užsirašyti vizitui.



Jei nenorite būti kviečiamos atlikti gimdos kaklelio atrankinės patikros, kreipkitės į savo šeimos gydytoją arba paprašykite pagalbos užpildyti atsisakymo atlikti gimdos kaklelio patikrą formą internete:

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



Jei užsirašysite vizitui, priminimas apie artėjantį vizitą SMS žinute bus išsiųstas šeimos gydytojui nurodytu mobiliojo telefono numeriu.

## Mano vizito tvarkymas

Paprašykite, kad jūsų poliklinikoje arba lytinės sveikatos tarnyboje / lytinės medicinos klinikoje (jei ji teikia gimdos kaklelio atrankinės patikros paslaugas) būtų paskirtas vizito laikas, atsižvelgiant į tai, kada galite atvykti (pavyzdžiui, jei sunkiai miegate, ankstyvas rytinis vizitas gali būti iššūkis).



jei anksčiau vizitai vyko sunkiai arba labai jaudinatės, galite paprašyti paskirti dvigubą vizitą;

Jei sunkiai įsimenate vizitus, galite:

- paprašyti draugo arba paramos darbuotojo, kad jums primintų;
- nustatyti žadintuvą arba priminimą telefone.



Iš anksto suplanuokite maršrutą ir skirkite laiko, kad netektų skubėti. Pasitarkite su vietine paramos tarnyba arba pagrindiniu darbuotoju, jei reikia pagalbos atvykti – jie gali padėti.

Paprašykite patikimo draugo arba paramos darbuotojo, kad vyktų į vizitą kartu su jumis arba galėtų pabendrauti po vizito. Jei nerimaujate, galimybė pasikalbėti su kuo nors, kol laukiate, gali padėti jums nusiraminti ir prasiblaškyti.



Į gydytojo kabinetą arba lytinės sveikatos tarnybą / lytinės medicinos kliniką, kurioje užsirašėte vizitui, atvykite anksčiau, kad susipažintumėte su aplinka.

Užsirašykite vizitui su slaugytoja tam, kad aptartumėte atrankinės patikros procedūrą.

Nepamirškite, kad sveikatos priežiūros specialistai laikosi konfidencialumo. Gali būti naudinga papasakoti apie bet kokius fizinės ar psichinės sveikatos sunkumus ar negalią, kad specialistai galėtų į juos atsižvelgti ir padėtų jums jaustis patogiau, tačiau tai – jūsų pasirinkimas.



## Pagalba apsisprendžiant

Nė vienas atrankinės patikros tyrimas nėra visiškai patikimas. Prieš dalyvaudami turite apvarstyti tam tikrus privalumus ir trūkumus.

- ŽPV infekcija arba pakitusios ląstelės kartais gali būti nepastebėtos.
- Nenormalios ląstelės gali išsivystyti ir virsti vėžiu tarp atrankinės patikros tyrimų, jei reguliariai kas trejus ar penkerius metus neatliekama atrankinė patikra.
- Yra nedidelė tikimybė, kad rezultatai gali rodyti nenormalias ląsteles, nors gimdos kaklelis yra normalus.
- Jei atrankinės patikros metu nenustatoma pakitusių ląstelių, tai nereiškia, kad jų neturite arba kad jos niekada neišsivystys ateityje.

### Atminkite!

- Atrankinė patikra dėl lytiškai plintančių infekcijų (LPI), tokių kaip chlamidiozė, gonorėja, ŽIV (žmogaus imunodeficino virusas) ir sifilis, **nėra** tas pats, kas gimdos kaklelio atrankinė patikra, tačiau jos taip pat galima paprašyti.
- ŽPV **nėra** tas pats, kas ŽIV. ŽPV gali būti nustatytas bet kuriam žmogui ir paprastai laikui bėgant išnyksta. Tačiau gimdos kaklelio atrankinė patikra gali padėti aptikti virusą ir anksčiau patikrinti, ar nėra pakitusių ląstelių.

Šiame vadove ir gimdos kaklelio atrankinės patikros programos siunčiamuose kvietimuose pateikiama informacija, padėsianti apsispręsti, ar norite tikrintis, ar ne – tai jūsų pasirinkimas.

## Kada reikėtų apsilankyti pas gydytoją?

Gimdos kaklelio vėžio simptomai:



nejprastas kraujavimas iš makšties, įskaitant kraujavimą lytinių santykių metu arba po jų, tarp mėnesinių arba po menopauzės, arba gausesnės nei įprastai mėnesinės;



makšties išskyrių pokyčiai;



skausmas lytinių santykių metu;



skausmas apatinėje nugaros dalyje, tarp klubų kaulų (dubens) arba pilvo apačioje.

Jei sergate kita liga, pavyzdžiui, fibromais ar endometriozė, jums gali reguliariai pasireikšti tokie simptomai. Jei atsirado bent vienas iš šių pokyčių, nelaukite kito gimdos kaklelio atrankinės patikros vizito. Kuo greičiau kreipkitės į savo šeimos gydytoją. Jis gali jus ištirti ir, jei reikia, nukreipti į ginekologijos kliniką. Paprastai šie simptomai nereiškia, kad sergate vėžiu. Tačiau, jei vėžys nustatomas, ankstyva diagnozė ir gydymas gali padidinti tikimybę išgyventi.

## Ką dar reikia žinoti?



- ✓ Jei pakeitėte vardą, pavardę, adresą ar telefono numerį, praneškite apie tai šeimos gydytojui.
- ✓ Atnaujindami savo adresą, kaip antrąjį kontaktą galite nurodyti savo pagrindinio darbuotojo kontaktinius duomenis.
- ✓ Jei persikeliate į kitą vietovę, galite užsiregistruoti kitoje poliklinikoje.
- ✓ Jei neturite pastovaus adreso, galite paprašyti šeimos gydytojo atnaujinti įrašus savo adresu.

[Lengvai skaitomas gimdos kaklelio atrankinės patikros vadovas „56 Dean Street“](#) yra Soho rajone įsikūrusi seksualinės sveikatos klinika, kurios specializacija – infekcijų mažinimas ir LGBTQI+ bendruomenės seksualinės gerovės skatinimas. Jei jums 25-eri ar daugiau ir turite gimdos kaklelį, galite iš anksto užsiregistruoti **nemokamam** gimdos kaklelio atrankinės patikros vizitui antradienio vakaro klinikoje telefonu **020 3315 5656**.

[Projektas „My Body Back“](#) siūlo gimdos kaklelio atrankinę patikrą, kontraceptinę priežiūrą, lytiškai plintančių infekcijų tyrimus ir motinystės priežiūrą asmenims, patyrusiems seksualinį smurtą.



*Būdamą jauna suaugusioji nebuvo skatinama kreiptis į sveikatos priežiūros įstaigas ir neužsiregistravau pas šeimos gydytoją. Tačiau, kai man sukako 25-eri, nepaisant nesveiko santykio su savigyda, sugebėjau užmegzti palaikomojus santykius. Mano tuometinis partneris padėjo man, nepaisant savigydos ir vertybių stokos, pirmą kartą užsiregistruoti gimdos kaklelio atrankinei patikrai. Prisimenu, kaip ji man sakė: „penkios minutės pas šeimos gydytoją yra geriau nei ilgus metus trunkantis vėžio gydymas, kurio gali prireikti, jei atidėliosiu ir rizikuosiu, o bet kokie pakitimai nebus nustatyti ankstyvoje stadijoje“. Nors patikra man nėra maloni, dar nėra karto jos nepraleidau. Man svarbu turėti stiprų palaikymo tinklą, kad galėčiau naudotis sveikatos priežiūros paslaugomis.*

Ashleigh, 30 metų, Haringėjus.



**Nuskaitykite QR kodą, kad gautumėte daugiau informacijos apie gimdos kaklelio atrankinę patikrą**

### **Padėkos**

Šį lankstinuką parengė „Groundswell“ kartu su organizacijomis „North Central London Cancer Alliance“, „RM Partners North West and South West London Cancer Alliance“, „North East London Cancer Alliance“, „South East London Cancer Alliance“ ir „NHS England (London Region) Cancer Screening Commissioning Team“.

Nuotraukos autorius

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

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

 @ItsGroundswell

„Groundswell“ registruotosios labdaros organizacijos numeris 1089987

Paskelbta 2024 m. liepą / peržiūros data: 2025 m. liepa