

Čo je HPV?

HPV (ľudský papilomavírus) je skupina viac ako 200 vírusov, ktoré sa šíria kontaktom s kožou. HPV je veľmi rozšírený vírus – 8 z 10 ľudí sa ním v priebehu života nakazí. HPV väčšinou nespôsobuje žiadne problémy, ale niektoré typy HPV – tie, ktoré sa šíria pohlavne – môžu zvýšiť riziko rakoviny úst a hrtana, krčka maternice, vagíny, vulvy, konečníka a penisu.

HPV môžeme predísť a znížiť riziko rakoviny spôsobenej HPV prostredníctvom zvýšeného povedomia o HPV, očkovania a skríningu krčka maternice.

HPV môže spôsobiť genitálne bradavice. Ak spozorujete malé hrbolčeky, ktoré majú tvar trochu podobný karfiolu, alebo svrbenie a/alebo nepríjemné pocity v okolí genitálií alebo na nich, mali by ste sa obrátiť na človeka, ktorý vám poskytuje zdravotnú starostlivosť, a prediskutovať možnosti liečby.

Tie typy HPV, ktoré spôsobujú rakovinu, nespôsobujú bradavice, a opačne.

Ako sa môžem pred HPV chrániť?

HPV infikuje kožné bunky, v dôsledku čoho sa ním človek ľahko infikuje a ľahko ho aj preniesie na inú osobu. Človek môže mať HPV veľmi dlho bez toho, aby o tom vedel. Väčšina ľudí, ktorí majú HPV, sa nedozvie, že ho má, pretože imunitný systém tela často zničí vírus skôr, než spôsobí príznaky. Keďže takmer každý a každá z nás v priebehu života bude mať HPV a u väčšiny z nás sa nevyskytnú žiadne príznaky, môže byť veľmi ťažké sa infekcii vyhnúť. Existuje však niekoľko spôsobov, ktorými môžete znížiť riziko nákazy HPV.

OČKOVANIE

Ak sa môžete dať zaočkovať, urobte to! Očkovanie ešte pred prvým sexuálnym kontaktom je najúčinnjší spôsob, akým sa môžeme chrániť pred HPV a rakovinou spôsobenou HPV. Výskum dokazuje, že očkovanie zabraňuje takmer 90 % prípadom rakoviny krčka maternice. Existuje viac ako 200 rôznych kmeňov HPV. Očkovanie chráni pred tými typmi HPV, ktoré s najväčšou pravdepodobnosťou spôsobujú rakovinu. Niektoré typy vakcín chránia aj pred genitálnymi bradavicami.

SKRÍNING RAKOVINY KRČKA MATERNICE

Skríning krčka maternice dokáže odhaliť HPV infekciu a zmeny v bunkách krčka maternice, ktoré by mohli viesť k vzniku rakoviny. Objednajte sa na skríningové vyšetrenie krčka maternice.

Počas skríningového vyšetrenia, ktoré niekedy nazývame aj “PAP ster”, sa z krčka maternice odoberie (zotrie) vzorka a odošle sa do laboratória na vyšetrenie. Vyšetrenie zvyčajne nie je bolestivé a trvá niekoľko minút. Niektoré skríningové programy testujú aj prítomnosť samotného HPV.

Skríningové testy sú dobrovoľné, ale je naozaj dôležité, aby ste ich pravidelne podstupovali. Človek, ktorý vám poskytuje zdravotnú starostlivosť, tak môže odhaliť akékoľvek počiatočné zmeny buniek skôr, ako sa vyvinú do predrakovinového alebo rakovinového ochorenia. Včasné zistenie prítomnosti HPV a zmien buniek výrazne uľahčuje liečbu rakoviny krčka maternice a zlepšuje výsledky pre ľudí, ktorých postihne.

KONDÓMY

Používajte kondómy vždy, keď môžete. Dôsledné používanie kondómov môže znížiť (ale nie eliminovať) riziko nákazy HPV. HPV sa totiž prenáša kontaktom s kožou. Kondómy chránia pokožku v oblasti genitálií len čiastočne. Čím dôslednejšie je používanie kondómov, tým vyššia je miera ochrany pred HPV. Dôsledné používanie kondómov pri každej sexuálnej aktivite znižuje riziko šírenia HPV približne o 70 %. Menej dôsledné používanie znamená menšiu ochranu.

Kto sa môže nakaziť HPV?

HPV je veľmi rozšírený – 80 % ľudí ho v priebehu života bude mať. Mnoho ľudí si mylne myslí, že HPV postihuje len ľudí s maternicou – nie je to tak. HPV je najčastejšia pohlavne prenosná infekcia (PPI) a ľahko sa prenáša z jednej osoby na druhú, pričom môže postihnúť kohokoľvek. Infekcie HPV postihujúce genitálie, konečník, ústa a hrtan sa prenášajú kontaktom s kožou, orálnym sexom a vaginálnym aj análnym pohlavným stykom.

Väčšinu diagnóz rakoviny súvisiacej s HPV tvorí rakovina krčka maternice, ale počet prípadov rakoviny hlavy a krku a rakoviny konečníka sa zvyšuje. HPV je každoročne zodpovedný za 60 000 diagnóz rakoviny u ľudí s penisom. V súčasnosti neexistuje schválený test na zistenie prítomnosti HPV v oblasti penisu, konečníka alebo úst/krku, rovnako, ako neexistujú ani krvné testy na prítomnosť HPV.

Prečo je HPV nebezpečný, keď ho má takmer každý?

Imunitný systém mnohých ľudí sa dokáže s HPV vysporiadať, ale u malého počtu ľudí môže HPV spôsobiť pretrvávajúce infekcie, s ktorými imunitný systém nedokáže bojovať. Tieto infekcie môžu časom spôsobiť zmeny v bunkách, ktoré môžu viesť k vyššie uvedeným druhom rakoviny.

Prečo je prevencia HPV dôležitá?

Infekcia HPV je celosvetovo najčastejšou pohlavne prenosnou infekciou. Približne 80 % z nás sa nakazí HPV a vírus často nemá žiadne viditeľné príznaky. To znamená, že je veľmi ľahké ho dostať a preniesť na ďalších ľudí. HPV zvyšuje riziko vzniku určitých druhov rakoviny. Je zodpovedný za takmer všetky prípady rakoviny krčka maternice a konečníka a približne za každý tretí prípad rakoviny úst, hrtana a penisu na svete. Rakovina krčka maternice je štvrtou najčastejšou rakovinou u ľudí s maternicou. Keďže rakovina súvisiaca s HPV ohrozuje všetkých a všetky, na prevenciu pred HPV musí myslieť každý a každá z nás.

Je tiež dôležité poznať príznaky rôznych foriem rakoviny, ktoré sú spôsobené HPV, a v prípade akýchkoľvek obáv včas vyhľadať lekársku pomoc.

Dá sa HPV liečiť?

Imunitný systém sa väčšinou zbaví HPV sám v priebehu roka alebo dvoch bez akejkoľvek liečby. Niekedy sa však imunitný systém nedokáže HPV zbaviť a vtedy môže vírus spôsobiť bunkové zmeny, ktoré sa vyvinú do rakoviny. Liek proti HPV neexistuje, ale očkovanie môže zabrániť infekcii HPV a skrining krčka maternice môže znížiť riziko rakoviny krčka maternice. Očkovanie je dôležité aj preto, že človek sa môže HPV nakaziť opakovane, teda aj po tom, čo ho už prekonal.

Okrem toho je dôležité vyhýbať sa fajčeniu. Fajčenie spôsobuje, že HPV pretrváva v tele dlhšie, čo zvyšuje riziko vzniku rakoviny súvisiacej s HPV. Ak nefajčíte, nezačnite fajčiť. Ak už fajčíte, obmedzte fajčenie alebo s ním úplne prestaňte.

Môžem sa dať zaočkovať proti HPV?

Na Slovensku je vakcína proti HPV plne hrazená poisťovňou v trinástom roku života – t. j. od dvanástych narodenín po 1 deň pred trinástymi narodeninami. Od roku 2019 sa očkuje 2-valentnou vakcínou, ktorá chráni proti HPV typu 16 a 18. Ministerstvo zdravotníctva ohlásilo, že od mája 2022 sa bude očkovať 9-valentnou vakcínou, ktorá chráni proti viacerým typom vírusu. Niektoré poisťovne preplácajú časť očkovania aj vo vyššom veku. V ostatných prípadoch si človek musí celé očkovanie hrať sám. Cena sa líši podľa typu vakcíny, ale väčšinou sa pohybuje v stovkách eur.

Niektoré krajiny v súčasnosti ponúkajú očkovanie všetkým osobám mladším ako 45 rokov s cieľom chrániť ľudí pred vysokorizikovými kmeňmi HPV, ktoré sa spájajú s rakovinou. V niektorých krajinách majú nárok na očkovanie vo vyššom veku ľudia, ktorí majú zvýšené riziko infekcie HPV, napríklad pri ochoreniach znižujúcich imunitu, ako HIV, alebo po transplantácii orgánu.

Je vakcína proti HPV bezpečná pre moje dieťa?

Áno. Všetky schválené vakcíny proti HPV podrobne a nezávisle zhodnotili odborníci a odborníčky. Na základe vedeckých dôkazov vieme, že tieto vakcíny sú mimoriadne bezpečné. Svetová zdravotnícka organizácia (WHO) a prakticky všetky krajiny sveta v súčasnosti odporúčajú očkovanie proti HPV. Pri stovkách miliónov distribuovaných dávok neboli zistené žiadne významné vedľajšie účinky okrem dočasnej reakcie v mieste vpichu.

Očkovanie je najúčinnším spôsobom ochrany vašich detí pred genitálnymi bradavicami a rakovinou súvisiacou s HPV. Očkovanie je najúčinnšie, ak sa podá pred prvým sexuálnym kontaktom. Na Slovensku je očkovanie proti HPV plne hrazené pre všetky deti v trinástom roku života – t. j. od dvanástych narodenín po 1 deň pred trinástymi narodeninami. Ak môžete, dajte svoje dieťa zaočkovať.

Ak dostanem HPV, dostanem rakovinu?

Len veľmi malý počet ľudí, ktorí sa nakazia HPV, dostane rakovinu. To, že máte HPV, neznamená, že dostanete rakovinu. Väčšina infekcií HPV nespôsobuje problémy. Aj napriek tomu je však veľmi dôležité snažiť sa znížiť riziko vzniku rakoviny súvisiacej s HPV. Očkovanie môže zabrániť väčšine prípadov rakoviny spôsobenej HPV. Okrem toho, skrining krčka maternice poskytuje dôležitú ochranu pred rakovinou krčka maternice bez ohľadu na to, či ste očkovanie podstúpili alebo nie.

Osoby s oslabeným imunitným systémom vrátane osôb žijúcich s HIV by mali očkovaniu proti HPV ako aj pravidelnému skriningu venovať osobitnú pozornosť. Očkovanie proti HPV je pre ľudí žijúcich s HIV bezpečné a účinné.

Keďže neexistujú žiadne rutinné skriningové programy na rakovinu konečníka, penisu, vulvy, vagíny alebo úst/krku súvisiacu s HPV, je dôležité, aby ste vyhľadali lekársku pomoc, ak spozorujete akékoľvek zmeny v okolí alebo na týchto častiach tela, napríklad pri výrastku, bolesti alebo krvácaní.

Musím podstúpiť skrining aj keď mám očkovanie za sebou?

Vakcína znižuje riziko vzniku rakoviny súvisiacej s HPV približne o 90 %. Aj v prípade, že už máte očkovanie za sebou, by ste však mali absolvovať skrining krčka maternice. Vakcína vás totiž neochráni pred tými typmi HPV, ktorými ste sa mohli nakaziť pred očkovaním. Okrem toho sa môžete aj po očkovaní nakaziť zriedkavejšími typmi HPV, ktoré môžu spôsobiť rakovinu, ale na ktoré sa vakcína nevzťahuje.

Sú bradavice spôsobené vírusom HPV?

Áno. HPV môže spôsobiť bradavice na koži na rôznych častiach tela vrátane rúk a nôh, análnej oblasti a oblasti genitálií. Typy HPV, ktoré spôsobujú genitálne bradavice, sa líšia od typov, ktoré spôsobujú bradavice na rukách a nohách. Typy HPV, ktoré spôsobujú genitálne bradavice, sa zvyčajne prenášajú pohlavným stykom. Genitálne bradavice alebo HPV v oblasti genitálií nemôžete dostať prostredníctvom podania ruky alebo objatia. Typy HPV, ktoré spôsobujú genitálne bradavice, nespôsobujú rakovinu a líšia sa od typov HPV, ktoré spôsobujú predrakovinové ochorenia alebo rakovinu.

Dostanem genitálne bradavice pri sexuálnom kontakte s človekom, ktorý ich má?

Bradavice obsahujú veľké množstvo HPV, ktoré sa môže šíriť. Ak máte sexuálny kontakt s niekým, kto má genitálne bradavice, je teda veľká pravdepodobnosť, že by ste ich mohli dostať aj vy. Niektoré z vakcín proti HPV, ktoré sú v súčasnosti dostupné, chránia aj pred typmi HPV, ktoré spôsobujú genitálne bradavice. O skriningu alebo očkovaní proti HPV sa poraďte so svojim lekárom alebo lekárkou.

Ak budem mať sexuálny kontakt s osobou, ktorá má genitálne bradavice, dostanem rakovinu spôsobenú HPV?

Bradavice a rakovinu spôsobujú rôzne typy HPV. Človek sa však môže nakaziť typom HPV, ktorý spôsobuje bradavice, a zároveň aj typom, ktorý môže mať závažnejšie následky, napríklad rakovinu. Takže hoci bradavice neprechádzajú do rakovinového štádia, stále môžete byť v ohrození v dôsledku iných typov HPV.

Ak mám HPV počas tehotenstva, ovplyvní to moje dieťa?

HPV sa nešíri ľahko z matky na dieťa. V zriedkavých prípadoch sa môžu deti narodené matkám, ktoré majú genitálne bradavice v čase pôrodu, nakaziť vírusom počas prechodu pôrodnými cestami. U bábätiak sa neskôr môžu objaviť bradavice v hrtane, ktoré si môžu vyžadovať chirurgickú liečbu. Očkovanie proti typom HPV, ktoré spôsobujú genitálne bradavice, výrazne znižuje riziko prenosu HPV z matky na dieťa.

Nikdy som nemal/a sex - mal/a by som podstúpiť skríning na HPV?

Ak ste nikdy nemali sexuálny kontakt akéhokoľvek druhu, riziko, že sa nakazíte genitálnym alebo análnym HPV, je veľmi nízke. Očkovanie a skríning však môžu byť rozumnými ochrannými opatreniami do budúcnosti. Vakcína je najúčinnnejšia, ak sa podá pred prvým sexuálnym kontaktom.