

EDIKASYON PASYAN AK MOUN K AP BAY SWEN

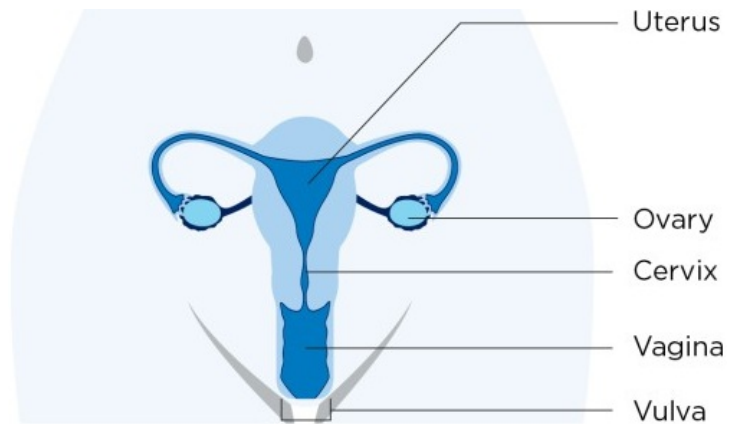
Sa Ou Kapab Fè Pou Preveni Kansè Jinekolojik

Konnen Risk Ou Genyen pou Fè Kansè Jinekolojik

Kansè jinekolojik se nenpòt kansè ki kòmanse nan ògàn repwodiktif fanm. Yon faktè risk se nenpòt bagay ki ogmante risk ou genyen pou w trape yon maladi, tankou kansè. Faktè risk ki pi komen pou plizyè kalite kansè jinekolojik se lè w genyen enfeksyon papilomavirus imen (human papillomavirus, HPV). Genyen 5 prensipal kalite kansè jinekolojik:

- Kansè kòl matris
- Kansè nan ovè
- Kansè nan matris
- Kansè nan vajen
- Kansè nan bouch vajen

Yon bagay ou kapab fè pou w pwoteje tèt ou kont kèk kalite kansè jinekolojik se pran vaksen kont HPV a. Nenpòt moun ki genyen ant 9 ak 45 lane kapab pran vaksen kont HPV a. Mande pwofesyonèl swen sante w la ki risk ou genyen pou w devlope kansè jinekolojik epi si w ka pran vaksen kont HPV a.



Imaj 1. Dyagram ògàn repwodiktif fanm

Gen kèk faktè risk pou kansè jinekolojik ki pa chanje, tankou laj ou, ras ou, istwa sante ou, ak jèn ou yo. Men, ou kapab diminye risk ou genyen an lè w kòmanse adopte kèk bon abitud. Premye etap nan prevansyon an se lè w aprann faktè risk pèsònèl ou genyen pou chak kansè jinekolojik.

HPV a lakoz 9 kansè kòl matris sou 10 epi 6 kansè nan bouch vajen ak nan vajen sou 10.

Faktè Risk pou Fè Kansè Kòl Matris

- Ou gen yon enfeksyon HPV oswa VIH ki aktif oswa ki pase.
- Ou te kòmanse fè bagay bonè.
- Ou te gen plizyè patnè seksyèl.
- Ou fimen oswa konsome tabak.
- Ou se Ispanik.

Faktè Risk pou Fè Kansè nan Ovè

- Ou genyen yon mitasyon jèn, ki gen ladan jèn *BRCA1* oswa *BRCA2*, oswa jèn ki asosye avèk sendwòm Lynch oswa kansè nan ovè.
- Ou souffri andometriyoz (chè ki nòmalman nan pawa matris ou grandi an deyò matris ou).
- Ou te gen kansè nan ovè oswa tete.
- Ou se Ewopeyen Lès oswa Juif Achkenaz.

Faktè Risk pou Fè Kansè nan Matris (andomèt)

- Yo dyagnostike w genyen sendwòm Lynch.
- Ou obèz oswa ou peze apeprè 50 liv (22 kilogram) oswa plis.
- Ou gen 50 lane oswa plis.
- Ou genyen ipèplazi andomèt
- Ou genyen yon mitasyon jèn *PTEN* (sendwòm Cowden).
- Ou te pran tamoksifèn (tankou Nolvadex® oswa Soltamox®).
- Ou te fè terapi ranplasman estwojèn san pwojestewòn.

Faktè Risk pou Fè Kansè nan Bouch Vajen oswa Vajen

- Ou gen yon enfeksyon HPV.
- Ou te gen kansè nan kòl matris oswa nan bouch vajen oswa prekansè (selil ki montre chanjman men ki poko kansè).
- Ou gen yon sistèm defans ki afebli (akoz yon enfeksyon VIH oswa lòt pwoblèm

sante).

- Ou fimen oswa konsome pwodui ki fèt ak tabak.
- Ou souvan genyen gratèl oswa brili nan bouch vajan, yo rele li lichen esklere.

Kansè nan matris se 4yèm kansè ki pi komen kay moun ki fèt ak sèks fanm.

Sentòm yo	Nan kòl matris	Nan ovè	Nan matris	Nan vajan	Nan bouch vajan
Senyman oswa ekoulman k ap soti nan vajan ou	X	X	X	X	
Pwoblèm pou manje oswa vant ou plen trè rapid		X			
Ou gwosi oswa megri sanzantann		X	X		
Ou gen doulè oswa presyon nan zo basen ou	X	X	X		
Ou bezwen pipi annijans oswa pi souvan		X		X	
Konstipasyon (ou pou pou mwens pase jan ou abitye pou pou)		X		X	
Ou bay san nan vajan apre w fin fè bagay	X				
Bolonman (vant ou plen epi li rèd)		X			
Ou gen doulè nan do w oswa vant ou		X			
Ou gen doulè lè w ap fè sèks nan vajan			X	X	X
Ou gen gratèl, brili, doulè, oswa sansiblite nan bouch vajan ou					X
Bouch vajan ou chanje koulè oswa li gen bouton, maleng, oswa veri ladan li					X

Bon Abitid pou Redui Risk Ou Genyen pou Fè Kansè Jinekolojik

Sèl kansè jinekolojik nou kapab depiste avèk yon tès ki senp, fyab se kansè kòl matris. Se poutèt sa li enpòtan pou w siveye sentòm yo epi pale avèk pwofesyonèl swen sante w la tousuit si w remake chanjman.

MSK rekòmande bon abitid sa yo pou w diminye risk ou genyen pou fè kansè jinekolojik.

- Al pran vaksen kont HPV a si w genyen ant 9 ak 45 lane. Pale avèk pwofesyonèl swen sante w la pou konnen ki lè ou menm oswa yon fanmi ta dwe al pran vaksen kont HPV a. Jounen jodi a, plis moun kapab pran vaksen an. Yo kapab pwoteje tèt yo kont kalite HPV ki pi souvan bay kansè kòl matris yo, kansè nan vajan ak kansè

nan bouch vajen.

- Pwograme Paptès regilye. MSK rekòmande w ak tout fòs li pou w fè Paptès ou regilyèman, menm si ou te pran yon vaksen kont HPV. Paptès, oswa fwoti vajinal la verifye selil yo nan kòl matris ou pou l ka detekte chanjman ki fèt ki kapab tounen kansè. Si w te fèt fanm (sèks ou genyen kounye a pa enpòtan), li posib pou w genyen yon kòl matris.

Pale avèk pwofesyonèl swen sante w la pou konnen ki lè pou w fè yon Paptès oswa lòt egzamen pou detekte kansè jinekolojik.

- Sèvi ak kapòt oswa pwoteksyon dan lè w ap fè aktivite seksyèl pou w diminye risk pou trape HPV a. Pwoteksyon dan yo se yon fèy papye fen ki pwoteje w kont kontak bouch ak po.
- Pinga ou fimèn ni konsome pwodui ki fèt ak tabak.
- Fè egzèsis pandan omwen 20 minit pa jou. Eseye melanje aktivite ayewobik ak aktivite pou ranfòse misk. Kèk egzans se lè w mache, danse, fè yoga, itilize elastik rezistans, oswa monte bisiklèt. Lè w netwaye kay ou ak lè w monte eskalye, se kèk fòm aktivite fizik tou.

Mezi Ou Kapab Pran Jodi a

- Dekouvri risk ou genyen pou fè kansè jinekolojik.
- Konnen sentòm kansè jinekolojik la epi pale avèk pwofesyonèl swen sante w la sou nenpòt chanjman ki fèt nan kò ou.
- Pran vaksen kont HPV a.
- Fè depistaj kansè kòl matris la avèk fwoti vajinal regilye yo.
- Pale avèk yon konseye nan zafè jenetik si w gen yon moun nan fanmi ou ki gen kansè jinekolojik. Epitou, li kapab ede w fè tès pou detekte yon mitasyon jèn (chanjman oswa varyant) ki ogmante risk ou genyen an.

Si ou gen kesyon oswa enkyetid, kontakte pwofesyonèl swen sante w la. Yo manm nan ekip swen w la ap reponn Lendi rive jiska Vandredi soti 9è A.M rive 5è P.M Lè lè sa yo pase, ou kapab kite yon mesaj oswa pale avèk yon lòt pwofesyonèl swen sante nan MSK. Toujou genyen yon doktè oswa enfimyè ki disponib. Si w pa konnen fason pou w jwenn pwofesyonèl swen sante w la, rele nan 212-639-2000.

Pou w jwenn plis resous, ale sou www.mskcc.org/pe pou w fè rechèch nan bibliyotèk vityèl nou an.

What You Can Do To Prevent Gynecologic Cancer - Last updated on March 17, 2023
Se Memorial Sloan Kettering Cancer Center ki posede ak rezève tout dwa yo

Dènye Mizajou

Mas 17, 2023

Learn about our [Health Information Policy](#).

Di nou sa ou panse

Di nou sa ou panse

Opinyon ou ap ede nou amelyore enfòmasyon edikatif nou bay yo. Ekip swen ou a pa ka wè anyen ou ekri nan fòm opinyon sa a. Tanpri pa itilize li pou poze kesyon sou swen ou. Si ou gen kesyon sou swen ou, kontakte founisè swen sante ou.

Menm si nou li tout opinyon yo, nou pa kapab reponn okenn kesyon. Tanpri pa ekri non ou oswa okenn enfòmasyon pèsònèl sou fòm opinyon sa a.

Èske enfòmasyon sa a te fasil pou konprann?

Wi

Wi

Yon jan konsa

Yon jan konsa

Non

Non

Kisa nou te ka eksplike pi byen?

Tanpri pa ekri non ou ni enfòmasyon pèsònèl ou yo.

Soumèt