Memorial Sloan Kettering Cancer Center

EDIKASYON PASYAN AK MOUN K AP BAY SWEN

Sa Ou Kapab Fè Pou Prevni Kansè Jinekolojik

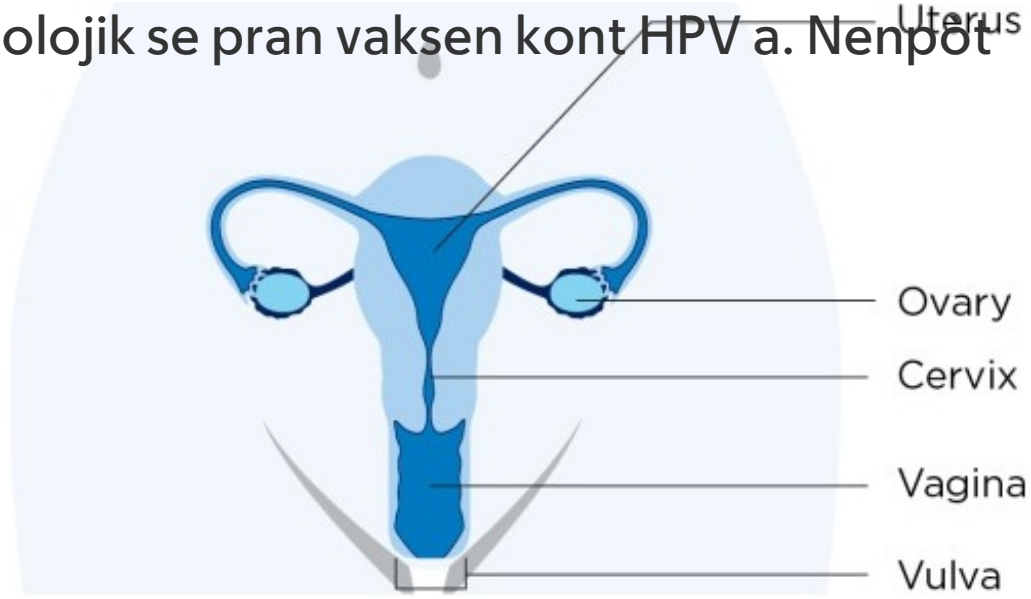
Konnen Risk Ou Genyen pou Fè Kansè Jinekolojik

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 papilomaviris 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 abitid. Premye etap nan prevansyon an se lè w aprann faktè risk pèsonèl 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 soufri 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 mitiasyon 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 vajen, 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 vajen	Nan bouch vajen
Senyman oswa ekoulman k ap soti nan vajen 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 poupou mwens pase jan ou abitye poupou)		X		X	
Ou bay san nan vajen apre w fin fè bagay	X				
Bolonnman (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 vajen			X	X	X
Ou gen gratèl, brili, doulè, oswa sansiblite nan bouch vajen ou					X
Bouch vajen 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 vajen 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 fimen 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 egzanp 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