BC CANCER CERVIX SCREENING
Provincial Health Services Authority

Cervix Self-Screening

Ikaw mismo ang makakapag-screen.

Halos lahat ng cervical cancers ay dulot ng HPV. Pero ang magandang balita ay lubos na maiiwasan ang cervical cancer.

Ano ang human papillomavirus (HPV)?

Ang HPV ay isang karaniwang virus na kumakalat sa pamamagitan ng sexual contact. Kabilang dito ang paghipo sa ari-arian, oral, vaginal, at anal sex.

Ang karamihan ng mga tao ay magkakaroon ng HPV infection balang araw sa kanilang buhay nang hindi nila kailanman nalalaman. Karaniwan ay walang mga sintomas. Ang karamihan ng HPV infections ay hindi nagdudulot ng anumang mga problema at ito'y inilalabas ng iyong katawan sa loob ng 2 taon.

Pero paminsan-minsan ay hindi nawawala nang mag-isa ang ilang mga uri ng HPV at maaari nilang gawing abnormal ang mga selula sa iyong cervix (ang bunga ng iyong matris). Ang abnormal cells na ito ay maaaring maging cancer cells sa paglipas ng panahon.

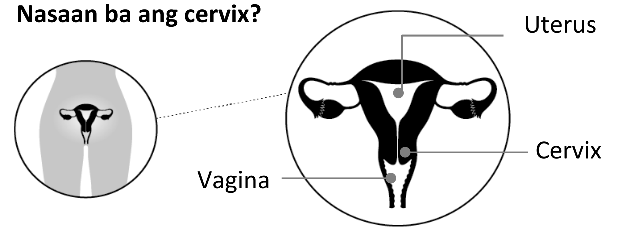
Bakit mahalaga ang cervix screening?

Ang mga pagbabago sa selula na nauuwi sa cervical cancer ay maaaring mangyari nang hindi mo nalalaman.

Makakatulong ang screening:

- Na malaman kung ikaw ay nanganganib na magdibelop ng abnormal cells. Maaaring maiwasan ang kanser kapag nahanap at nagamot ang abnormal cells nang maaga.
- Na mahanap nang maaga ang kanser habang marami pang mga opsyon sa paggamot.

Nasaan ba ang cervix?



Aktibong alagaan ang iyong kalusugan. Ginagawang posible ng cervix self-screening na sariling mag-screen para sa cervical cancer, kahit saan kung saan ligtas at komportable ang iyong pakiramdam.

Ang cervix self-screening ay nagte-test para sa HPV. Ang HPV testing ay naghahanap ng virus na nagdudulot ng cervical cancer. Mahahanap nito ang mga tao na mas malamang na magdidebelop ng mga abnormal na pagbabago sa mga selula na idinudulot ng HPV.

Sino ba ang dapat gumawa ng cervix self-screening?

Ang sinomang may cervix, kabilang na ang mga kababaihan at TTGD (Two-Spirit, transgender at gender-diverse) na mga tao sa pagitan ng 25 at 69 táong-gulang ay dapat regular na mag-screen para sa cervical cancer.

Maaari mong itigil ang cervix screening kapag ikaw ay 69-taong-gulang at kung ang lahat ng iyong Pap tests sa nakaraan ay normal. Kausapin ang isang health care provider kung nagkaroon ka ng treatment para sa pre-cancer cells noong nakaraan.

Dapat kang regular na mag-screen kapag:

- ☑ Ikaw ay nabakunahan ng HPV vaccine.
- ☑ Ikaw ay nagkaroon ng anumang sexual contact sa ibang tao, anuman ang kanyang kasarian; at/o
- ☑ Ikaw ay nag-menopause na.

Huwag gumawa ng cervix self-screening kapag:

- ☒ Mayroon kang anumang mga sintomas, tulad ng pagdurugo sa pagitan ng iyong mga regla.
- ☒ Ikaw ay buntis o gumagamit ng pessary. Magpunta sa isang health care provider para pag-usapan ang mga opsyon sa cervix screening at kung kailan dapag mag-screen.
- ☒ Tinanggal na ang iyong cervix removed (hal., total hysterectomy). Kausapin ang isang health care provider para malaman kung nirerequire pa rin ang cervix screening.

Bakit ko ba dapat pag-isipang gawin ang self-screening?

- Nagte-test ito para sa HPV; ito ang virus na nagdudulot ng mga pagbabago sa mga selula ng cervix at ito'y nauuwi sa cervical cancer.
- Hindi mo kailangang magpunta sa isang health care provider at hindi mo kailangan ng isang speculum (pelvic) exam.
- Sarili mo itong magagawa nang pribado sa iyong tahanan, o kung mas gusto mo, sa opisina ng isang health care provider.
- Ito'y madaling gawin at hindi masakit: gumamit ng isang maliit na swab na parang Q-tip para mangolekta ng isang sample mula sa iyong ari-arian.
- Walang bayad para dito.
- Talagang accurate ang HPV testing. Dahil ito'y napaka-accurate, kung ipinapakita ng iyong test na wala kang HPV, maaari kang

maghintay nang 5 taon hanggang gawin ang iyong susunod na screen.

Magagawa ko ba ito nang tama? Masakit ba ito?

Ang test ay madaling gawin at hindi dapat ito masakit. Mangongolekta ka ng isang sample sa pamamagitan ng pag-ikot ng isang maliit na swab sa loob ng iyong ari-arian; hindi mo kailangang ipasok ito nang husto. Kung sinusunod mo ang instructions na nasa loob ng iyong kit, ginagawa mo ito nang tama. Ang sample na iyong kukunin ay kasing accurate ng sample na kukunin ng isang health care provider.

Ano ba ang kahulugan ng aking mga resulta?

- **Kung walang nahanap na HPV:** Hindi mo kailangang mag-screen muli nang 5 taon. Malamang na malamang na wala kang abnormal cells sa iyong cervix.
- **Kung may nahanap na HPV:** Depende sa iyong resulta, maaaring kailangan mo ng Pap test o colposcopy (isang procedure na ginagawa para mas matingnan ang cervix). Hindi nito ibig sabihin na ikaw ay mayroon o na ikaw ay magdidebelop ng kanser. Pero ibig sabihin nito'y mas madalas mo kailangang puntahan ang isang health care provider.

Paano Nagdidebelop ang Cervical Cancer: Hindi lahat ng HPV infections ay nagdudulot ng kanser. Kung magdidebelop man ang cervical cancer, ito'y karaniwang aabutin nang 15 hanggang 20 taon bago magdibelop. Ang karamihan ng mga impeksyon ay mawawala na lamang nang mag-isa nang hindi nagdudulot ng anumang mga problema.	
HPV Test: Naghahanap ng HPV infection	**Pap Test: Naghahanap ng mga abnormal na pagbabago sa selula at/o ng HPV**
• Ginagamit ng cervix self-screening ang HPV testing para humanap ng HPV sa iyong ari-arian. • Ang HPV testing ay hindi nangangailangan ng sample mula sa iyong cervix.	• Ang Pap test ay kapag nangongolekta ang isang health care provider ng mga selula mula sa iyong cervix. • Titingnan ito para malaman kung may anumang mga pagbabago sa selula at/o para sa HPV. Ang kanilang ite-test ay magdidepende sa iyong edad at health history (medikal na kasaysayan).

Dapat ko bang kunin ang HPV vaccine?

Sa karaniwan ay dapat kunin ng lahat na 9-taong-gulang at mas matanda ang bakuna. Ang bakuna ay lubos na mabisa at nagproprotekta laban sa mga uri ng HPV na nagdudulot ng karamihan ng cervical cancers. Para sa karagdagang impormasyon: immunizebc.ca/hpv.

Paano mag-screen

1. **Kumuha ng self-screening kit**. Kung ikaw ay eligible, mag-order ng kit online (screeningbc.ca/cervix) o sa telepono (1-877-702-6566). Ang kit ay darating sa mail sa isang package na walang anumang marka.
2. **Gawin ang test**. Sundin nang maingat ang instructions sa kit. Ang test ay hindi masakit at ito'y madaling-madaling gawin. Maaari mo ring hilingin ang isang health care provider na ipaliwanag o ipakita sa iyo kung paano kunin ang sample, o kaya'y maaari niyang kunin ang sample para sa iyo.
3. **Ibalik ang kit para ma-test ito**. Ihulog ang iyong kinompletong kit sa iyong pinakamalapit na mail box sa parehong araw kung kailan mo kinolekta ang iyong sample. Ipapadala namin sa iyo sa mail ang iyong mga resulta 4 -6 linggo pagkatapos mo ibalik ang iyong kit. Maaari mo ring tingnan ang iyong mga resulta online sa: healthgateway.gov.bc.ca.

Kung ayaw mong gawin ang self-screening o kung mayroon kang anumang mga sintomas, mangyaring mag-iskedyul ng isang Pap test sa isang health care provider. Bisitahin ang screeningbc.ca/cervix para humanap ng isang clinic malapit sa iyo.

Mga dapat pag-isipan:

- Kug ikaw ay may pagdurugo pagkatapos mong makipag-sex, sa pagitan ng iyong mga regla o pagkatapos ng menopause, kung mas marami ang iyong vaginal discharge, kung mayroon kang pelvic pain o pananakit habang nakikipag-sex, huwag gawin ang self-screening. Kausapin ang isang health care provider. Mahalagang tingnan ang mga sintomas na ito, kahit na normal ang mga resulta ng iyong screening.
- Ang resulta sa HPV ay maaaring magdulot ng anxiety o pagkabalisa sa ilang mga tao. Ang resultang ito ay hindi mangangahulugang ikaw ay may cervical cancer o na magdidebelop ka nito. Ang HPV infection ay mawawala nang mag-isa sa halos lahat ng mga tao, at hindi lahat ng mga táong may HPV infection ay magdidebelop ng kanser.
- Ang screening ay maaaring magdulot ng stress o treatment, o ito'y maaaring magkaroon ng mga pangmatagalang epekto sa pagbubuntis sa darating na panahon (manganak nang maaga bago ng term, o mababang timbang ng sanggol).
- Walang perfect na screening test. Maaaring ipakita ng iyong resulta na walang nahanap na HPV kahit na ikaw ay may pre-cancerous cells o cervical cancer. O kaya'y maaaring ipakita nito na may HPV ka kahit na normal ang iyong cervix cells.

Kontakin Kami

BC Cancer Cervix Screening
801-686 West Broadway
Vancouver, BC V5Z 1G1

Telepono: 1-877-702-6566
Email: screening@bccancer.bc.ca
Web: www.screeningbc.ca/cervix

SCAN ME

Ang iyong personal na impormasyon ay kinokolekta at protektado mula sa 'di-awtorisadong paggamot at pagsiwalat, alinsunod sa Personal Information Protection Act at, kapag naaangkop, sa Freedom of Information and Protection of Privacy Act. Ang impormasyon na ito ay maaaring gamitin at isiwalat tulad lamang ng nakapahayag sa mga Batas na iyon, at sila'y gagamitin para sa quality assurance management at sila'y isisiwalat sa healthcare practitioners o kapag iniutos ito ng batas. Kung may anumang tanong tungkol sa pangongolekta ng impormasyon ng BC Cancer, mangyaring kontakin ang Operations Director, Cancer Screening (address: 801 – 686 West Broadway, Vancouver BC V5Z 1G1, web: www.screeningbc.ca or email: screening@bccancer.bc.ca).