

MEDICII NE INFORMEAZA ...

CE ESTE PREVENTIA ?

Dr. Daniela Coza
Institutul Oncologic "Ion Chiricuță"

Medicii nu pot întotdeauna să explice de ce o persoană face cancer, iar alta nu. De aceea este important de știut *ce* din jurul nostru și *ce* din ceea ce facem în viața noastră poate crește riscul de a face un cancer.

Orice factor care crește riscul unei persoane de a face o boală este numit *factor de risc*; orice factor care scade riscul unei persoane de a face o boală este numit *factor de protecție*. Unii dintre factorii de risc pentru cancer pot fi evitați, dar mulți alții nu. De exemplu, chiar dacă iei decizia să te lași de fumat, nu poți să-ți alegi genele pe care le moștenești de la părinți. Atât fumatul cât și genele moștenite pot fi considerați factori de risc pentru anumite tipuri de cancer, dar doar fumatul poate fi evitat. *Prevenție* înseamnă evitarea factorilor de risc și creșterea influenței factorilor de protecție, astfel încât riscul de a face un cancer să scadă.

Chiar dacă mulți factori de risc pot fi evitați, este important să nu uităm că acest lucru nu ne garantează că nu vom face cancer. Pe de altă parte, multe persoane cu anumiți factori de risc particulari pentru cancer, nu fac boala. Unele persoane sunt mai sensibile decât altele la factori care pot cauza cancerul.

Vorbiți cu medicul despre metodele de prevenire a cancerului care sunt eficiente pentru dumneavoastră!

Prevenția cancerului de col

- Colul uterin este partea cea mai joasă și mai strâmtă a uterului, care face legătura între uter și vagin. Face



- parte din aparatul feminin de reproducere.
- Datorită răspândirii depistării precoce cu ajutorul testului citovaginal (testul Pap), numărul deceselor datorate cancerului de col uterin a scăzut mult.
- Multe dintre cazurile de cancer de col uterin sunt asociate cu factori de risc cunoscuți. Mulți factori de risc pot fi modificați, totuși nu toți pot fi evitați.

Testările anterioare

Femeile care nu au fost testate în mod regulat prin testul Pap, au un risc crescut de a face un cancer de col. În mod particular, femeile peste vârsta de 60 ani care nu au avut testări regulate sunt la risc. Examenenele ginecologice și testările regulate sunt pașii cei mai importanți în prevenția cancerului de col uterin. Modificările anormale pot fi detectate prin testul Pap și pot fi tratate înainte de apariția cancerului.

Infecția cu HPV (human papillomavirus)

Există peste 80 de tipuri de HPV. Aproximativ 30 de tipuri sunt transmise sexual și pot infecta

colul uterin. În jur de jumătate dintre aceștia au fost puși în legătură cu cancerul de col uterin. Infecțarea colului cu HPV este factorul de risc principal pentru cancerul de col uterin. Totuși, infecția cu HPV este foarte des întâlnită și doar o mică parte dintre femeile infectate și netratate vor face un cancer.

Activitatea sexuală

Femeile care și-au început viața sexuală înaintea vârstei de 16 ani, precum și femeile care au avut mai mulți parteneri sexuali, au un risc crescut de a face o infecție cu HPV și cancer. Se recomandă examene ginecologice regulate la toate femeile după începerea

activității sexuale, sau după vârsta de 18 ani. Prevenirea bolilor cu transmitere sexuală reduce mult riscul de cancer de col uterin.

Fumatul

Multe cercetări au arătat că fumatul poate fi asociat și cu un risc crescut de cancer de col.

Infecția HIV (SIDA)

Femeile infectate cu HIV au un risc mult crescut pentru cancerul de col.

Dieta

Multe studii au arătat că anumiți micronutrienți, cum ar fi carotenul, vitamina C și E, pot reduce riscul de cancer de col (factor de protecție).