The Nethersole School of Nursing
The Chinese University of Hong Kong

PAP for You: untuk MELINDUNGI dari Kanker Serviks

Content

1. Apa itu kanker serviks? 1

2. Faktor risiko kanker serviks 1

3. Tanda dan gejala kanker serviks 2

4. Cara mendeteksi kanker serviks: Tes pap smear 3

5. Penyedia layanan skrining serviks lokal 5

6. Tindakan pencegahan kanker serviks 7

   I. Vaksin HPV

   II. Pertahankan gaya hidup sehat

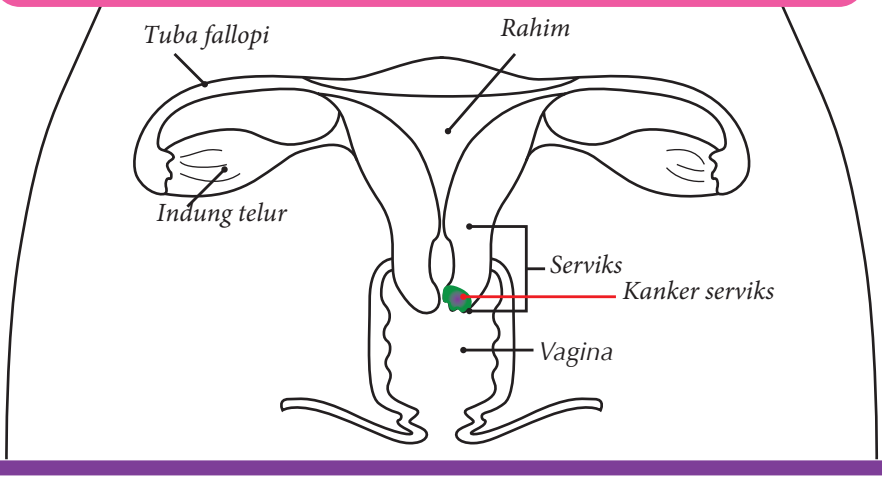
7. Kesalahpahaman dan fakta tentang kanker serviks 8

Apa Itu Kanker Serviks?

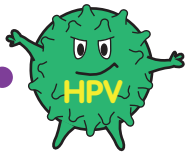
Leher rahim berada di bagian atas vagina dan terletak di bagian bawah rahim. Kanker serviks berkembang sebagai akibat dari perubahan sel abnormal pada serviks.

Kanker serviks adalah salah satu jenis kanker yang umum.

Anatomi Organ Reproduksi (dengan kanker serviks)

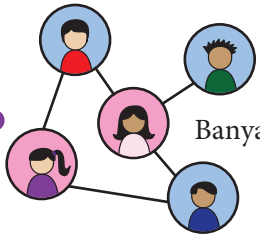


APA SAJA FAKTOR RESIKO UNTUK KANKER CERVICAL?



- Riwayat infeksi human papillomavirus (HPV): terutama ditularkan melalui hubungan seksual

- Merokok (aktif dan pasif)



- Banyak pasangan seksual

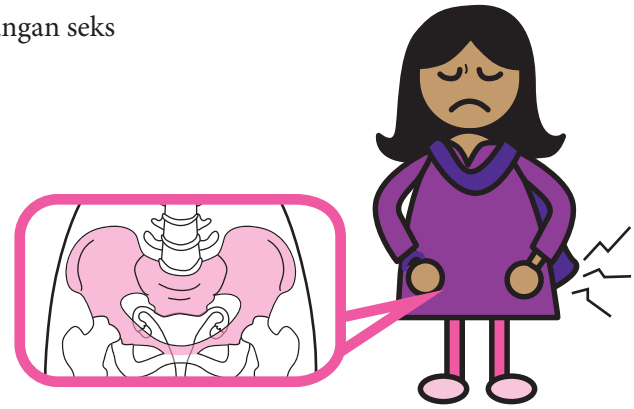
- Kekebalan yang melemah

Tanda Dan Gejala Kanker Serviks

- Mungkin TIDAK ADA gejala pada tahap paling awal
- Pendarahan di antara periode menstruasi biasa
- Pendarahan setelah hubungan seksual atau pemeriksaan panggul Periode
- Menstruasi yang berlangsung lebih lama
- Menstruasi lebih banyak dari sebelumnya (kehilangan darah lebih banyak)
- Setelah menopause

Wanita mungkin juga memperhatikan ...

- Keputihan dengan bau busuk
- Nyeri panggul
- Nyeri saat berhubungan seks



Nyeri Panggul

Kanker serviks stadium sangat awal mungkin tidak memiliki gejala. Penting untuk menghadiri pemeriksaan serviks secara teratur, sehingga setiap perubahan sel dapat diketahui lebih

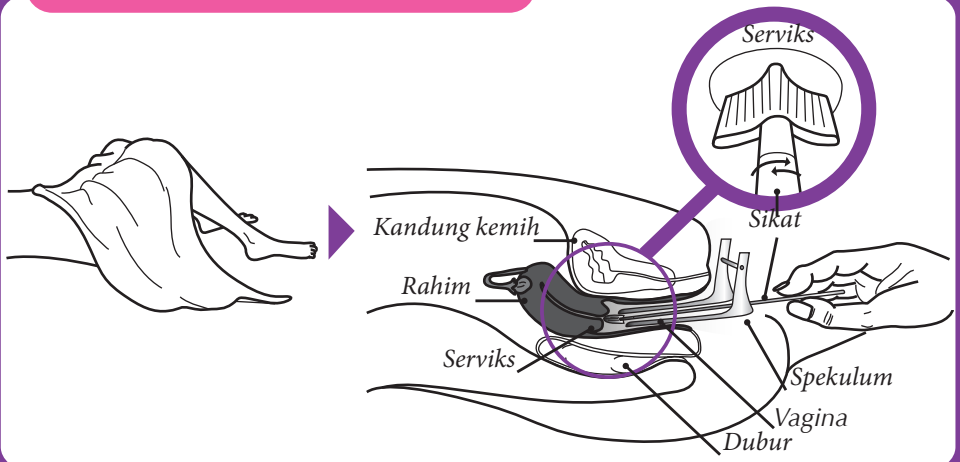
Bagaimana Cara Mendeteksi Kanker Serviks?

Skrining rutin adalah cara terbaik untuk mengurangi risiko kanker serviks. Ada juga vaksin HPV yang bisa membantu mencegah kanker serviks.

1.PENYARINGAN CERVIK (Tes Pap smear)

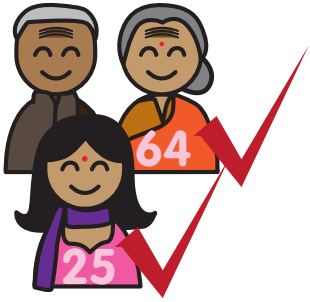
Karena kanker serviks diawali dengan berkembangnya sel-sel abnormal pada serviks, maka skrining serviks bertujuan untuk mengidentifikasi kelainan tersebut sehingga dapat dilakukan penanganan medis dini.

Selama Pemeriksaan Serviks

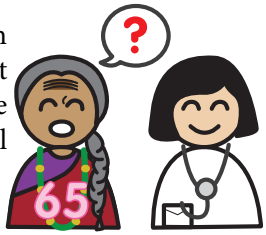


Rekomendasi skrining serviks Siapa yang butuh?

- Wanita yang pernah memiliki pengalaman seksual dan berusia antara 25 dan 64 tahun harus melakukan pap smear secara teratur, TIDAK PEDULI apakah Anda lajang atau sudah menikah.



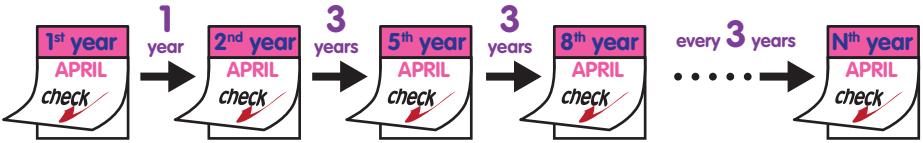
- Jika Anda berusia di atas 64 tahun dan belum pernah menjalani pap smear, Anda harus meminta nasihat dokter, meskipun Anda tidak lagi mengalami periode menstruasi, tidak memiliki pengalaman seksual selama bertahun-tahun, atau menjalani sterilisasi.



Wanita yang telah menjalani histerektomi total (operasi pengangkatan seluruh rahim) atau yang belum pernah memiliki pengalaman seksual tidak memerlukan pemeriksaan serviks. Jika Anda tidak yakin, silakan berkonsultasi dengan dokter Anda.

Interval pemutaran

- Jika Anda menjalani pap smear pertama dan hasilnya normal, sebaiknya lakukan pap smear kedua 12 bulan kemudian. Jika tes kedua juga normal, Anda harus mengulang smear setidaknya setiap 3 tahun.



Jika ada masalah, seperti perdarahan atau nyeri, jangan tunggu sampai pap smear berikutnya. Segera temui dokter.

Penyedia Layanan Pemeriksaan Serviks okal

1. The Family Planning Association of Hong Kong

Women's Health Service

- **Yuen Long Clinic**
  149-153 On Ning Road,
  Yuen Long, N.T.
  Tel: 2477 3201 / 2572 2222

- **Tsuen Wan Clinic**
  Room 1621-1622, 16/F, Nan Fung Centre, 264-298 Castle Peak Road,
  Tsuen Wan, N.T.
  Tel: 2742 8183 / 2572 2222

- **Wong Tai Sin Clinic**
  G/F, No. 1-2 Lung On House, Lower Wong Tai Sin Estate II,
  Wong Tai Sin, Kowloon.
  Tel: 2326 2447 / 2572 2222

- **Ma Tau Chung Clinic**
  105 Ma Tau Chung Road,
  Kowloon.
  Tel: 2711 9271 / 2572 2222

- **Wan Chai Clinic**
  G/F, Southorn Centre, 130 Hennessy Road,
  Wan Chai, Hong Kong.
  Tel: 2919 7777 / 2572 2222

Youth Health Care Centre (YHCC)

(Unmarried women below 26 years of age)

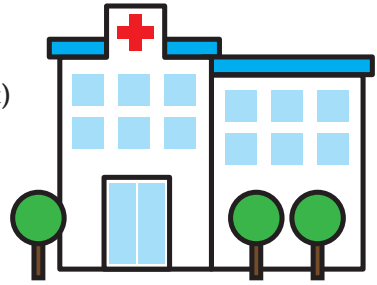
- **Kwai Fong YHCC**
  Unit 702-705, Level 7, Tower II, Metroplaza, 223 Hing Fong Road,
  Kwai Chung, N.T.
  Tel: 2443 2773

- **Mongkok YHCC**
  Room A, 13/F, Full Win Commercial Center, 573 Nathan Road,
  Mongkok, Kowloon.
  Tel: 2770 4994

- **Wan Chai YHCC**
  8/F, Southorn Centre, 130 Hennessy Road,
  Wan Chai, Hong Kong.
  Tel: 2575 4799

(For service details, please visit the Family Planning Association website)

2. Women Clinic



- Well Women Clinic,
  TWGHs Well Women Clinic, (North Point)
  11/F, China United Centre, 28 Marble Road,
  North Point, Hong Kong
  Tel: 3703 5680

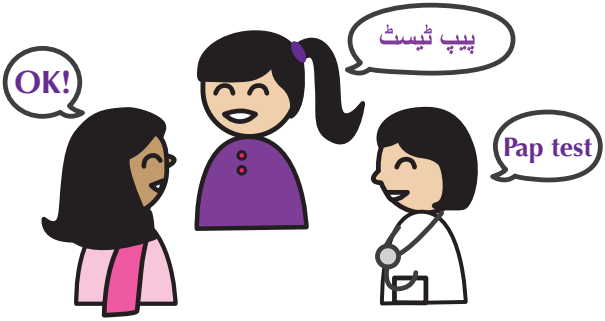
- Well Women Clinic,
  Kwong Wah Hospital Well Women Clinic
  4/F, TWGHs Tsui Tsin Tong Outpatient Building,
  Kwong Wah Hospital, 25 Waterloo Road, Kowloon
  Tel: 2782 1773

Apakah Anda membutuhkan Layanan Juru Bahasa?

(Biaya diperlukan untuk penerjemah di tempat.)

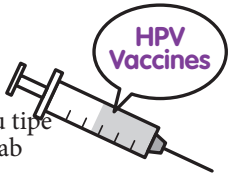
1. **Hong Kong Christian Services:**
   Centre for Harmony and Enhancement of
   Ethnic Minority Residents (CHEER)
   Tel: 3106 3104

2. **HKSKH Lady MacLehose Center** Services for Ethnic Minorities
   Tel: 2423 5101



Tindakan Pencegahan Kanker Serviks

I. VAKSIN



- Vaksin profilaksis
- Mencegah kanker leher rahim dari virus HPV risiko tinggi yaitu tipe 16, 18, 31, 33, 45, 52, dan 58. Jenis virus HPV ini adalah penyebab dari sekitar 90% kasus kanker leher rahim. Vaksin HPV 9-valen mencakup perlindungan dari virus-virus HPV yang paling sering menyebabkan kanker leher rahim.

Kapan Anda harus menerimanya?

Kelompok sasaran yang direkomendasikan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) untuk vaksinasi adalah 9-13 tahun yaitu sebelum kontak seksual.

Usia 9-14 tahun:	dianjurkan 2 kali suntikan dalam satu tahun
Umur 15 tahun ke atas:	dianjurkan 3 kali suntikan dalam 6 bulan

PENGINGAT PENTING

- Vaksin ini TIDAK DAPAT mengobati infeksi HPV atau penyakit terkait
- **Wanita masih perlu menjalani pemeriksaan serviks setelah vaksinasi**

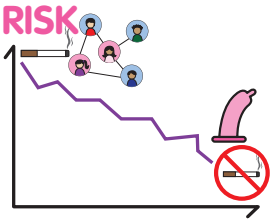
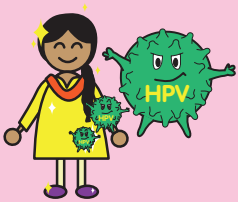
II. JAGA GAYA HIDUP SEHAT

- Seks aman: mis. pasangan seksual tunggal, gunakan kondom
- Gaya hidup sehat dapat meningkatkan kekebalan tubuh Anda

  - Hindari merokok (aktif dan pasif)

  - Diet seimbang: tingkatkan asupan serat mis. sayuran, buah-buahan, sereal dan kacang-kacangan; makan lebih sedikit daging dan makanan berlemak

Kesalahpahaman & Fakta Tentang Kanker Serviks

KESALAHAN	FAKTA
Saya telah mencapai menopause dan saya sudah tua untuk menderita kanker serviks.	Risiko kanker serviks tidak berkurang seiring bertambahnya usia. Pemeriksaan rutin yang berkelanjutan sangat penting bahkan jika Anda memiliki pasangan seksual yang sama atau tidak lagi aktif secara seksual.
Tidak ada yang dapat dilakukan untuk mencegah kanker serviks selain tes Pap atau vaksinasi HPV.	Risiko kanker serviks juga bisa diminimalisir dengan menghindari merokok dan berganti-ganti pasangan. 
Saya tidak memiliki banyak pasangan seksual, jadi risiko saya terkena kanker serviks sangat rendah.	Wanita yang hanya memiliki 1 pasangan juga dapat mengembangkan kanker serviks. Pasalnya, penyebab utama kanker serviks adalah HPV, yang utamanya ditularkan melalui hubungan seksual.
Saya tidak merasa sakit atau tidak nyaman, jadi saya tidak memerlukan tes skrining apa pun. Tidak ada rasa sakit	Kanker serviks dapat muncul tanpa gejala apa pun. Oleh karena itu, penting untuk menjalani tes skrining karena membantu mendeteksi kanker serviks pada tahap awal bila dapat berhasil diobati.
Saya menjaga kebersihan dengan baik, jadi saya tidak memiliki risiko terkena kanker serviks.	Kanker serviks disebabkan oleh faktor risiko lain tetapi tidak didapat dari najis. 

Sumber informasi:

American Cancer Society
http://www.cancer.org/cancer/cervicalcancer

Department of Health, HKSAR
http://www.cervicalscreening.gov.hk/

Center for Health Protection
http://www.chp.gov.hk/en/content/9/25/56.html

Well Women Clinic
http://www.tungwah.org.hk/en/medical/mh-introduction/screening/well-women-clinic/

The Family Planning Association of Hong Kong
http://www.famplan.org.hk/fpahk/en/template1.asp?style=template1.asp&content=services/clinic/services.asp&nscref=4

World Health Organisation
http://www.who.int/immunization/diseases/hpv/en/

3/2021

The project is funded by Knowledge Transfer Project Fund, The Chinese University of Hong Kong.

Copyright© 2021 he Nethersole School Of Nursing The Chinese University of Hong Kong. All rights reserved.