5 cara mencegah kanker serviks



Kanker serviks adalah kanker yang menyerang leher rahim dan disebabkan oleh infeksi Human Papilloma Virus (HPV). WHO mengidentifikasi 12 tipe HPV onkogenik, dengan tipe 16 dan 18 sebagai penyebab utama kanker serviks.

Setiap wanita berisiko terkena kanker serviks, tetapi penyakit ini dapat dicegah dan dideteksi lebih awal. Berikut beberapa cara untuk mencegah kanker serviks.

1. Melakukan Hubungan Seksual Dengan Aman

Melakukan hubungan seksual dengan amanseperti contohnya menggunakan kondom dapat membantu mencegah kanker serviks dengan mengurangi risiko infeksi Human Papilloma Virus (HPV), yang merupakan penyebab utama penyakit ini.

2. Selalu Menjaga Kebersihan Organ Intim

Menjaga kebersihan organ intim adalah salah satu cara penting untuk mencegah kanker serviks. Kebersihan yang baik membantu mengurangi risiko infeksi dan peradangan yang dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya kanker serviks.

3. Melakukan Deteksi Dini melalui Urine

Melakukan tes urine untuk deteksi kanker serviks, seperti tes dengan metode pengambilan urine yang kemudian diperiksa di laboratorium menggunakan PCR (Polymerase Chain Reaction) untuk mendeteksi DNA HPV, dapat menjadi tambahan yang berguna dalam strategi pencegahan kanker serviks

4. Vaksinasi HPV

Vaksinasi HPV merupakan langkah krusial dalam pencegahan kanker serviks. Vaksin ini dirancang untuk melindungi terhadap tipe-tipe HPV yang berisiko tinggi, khususnya tipe 16 dan 18, yang bertanggung jawab atas sebagian besar kasus kanker serviks.

5. Melakukan Tes Pap Smear

Melakukan tes Pap Smear adalah langkah penting dalam pencegahan kanker serviks. Tes ini membantu mendeteksi perubahan sel di leher rahim yang dapat berkembang menjadi kanker jika tidak diobati.

Dengan langkah-langkah ini, Anda dapat mengurangi risiko kanker serviks dan menjaga kesehatan reproduksi.

Referensi:

Kemenkes. Cegah Kanker Serviks Sedari Dini. 2022.