RÊBERNAME | PERPÛNLÊDANA VPM’YÊ

KURDISCH

Agahdarî di derbarê perpûna VPM’yê

Ji bo ciwanan perpûna VPM’yê

Das Gesundheitsprojekt
Mit Migranten für Migranten
MiMi

Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.

Berpirsîyarîya belavokê

Rêbername Perpûnlêdana VPM'yê – Ji bo ciwanan perpûna VPM'yê

Weşanger:
Navenda Tibbê ya Etnikî e. V. (EMZ e. V.)
Freundallee 25, 30173 Hannover | Almanya

Redaksîyon û kalîta pisporîyê:
Prof. Dr. med. H. Bektas, Ramazan Salman, Matthias Wentzlaff-Eggebert, Kadir Akel, Lukas Kaiser

Mîzanpaj: eindruck.net, 30175 Hannover

Wêne: deanhills.com, 55130 Mainz

Werger: Navenda Tibbê ya Etnikî e. V. (EMZ e. V.)

Derfetên xwestinê:
Daxwaz bi-Online: www.hpv-impfung-mehrsprachig.de | www.mimi.bayern
E-Mail: bestellportal@ethnomed.com | salman@ethnomed.com
Download: www.hpv-impfung-mehrsprachig.de
Broşûrên çapbûyî, dikarin li ser navnîşana jêrîn daxwaz bikin:
Ethno-Medizinisches Zentrum e. V., Freundallee 25, 30173 Hannover

Di zimanên cuda cuda da peyda dibe

Jêderên-URL: Ji bo naveroka malperên derveyî yê ku li vir hatine weşandin, xwedîyê malperan bi xwe berpirsîyar in.

Ev rêbername ya li ber dest, bi awayeke curbicur, ji bo bîr û raya giştî hatîye amadekirinê. Ji bo ewlehîkirina rastîya naveroka wê, hemû maf parastî ne. Bikaranîneke din ya ku bi yasayî hatîye cîbicî kirin, pêdivî bi destûreke nivîskî ya weşanger heye.

Dema çapkirinê: 2024

Em sipasîya xwe pêşkêşî firma MSD SHARP & DOHME GMBH dikin ji bo alîkarîya wê ya dilsozane li dema cîbicîkirina vê belavokê.

Bi alîkarîya:

MSD

Xwendevanên hêja

Pir kes, di jîyana xwe da herî kêm carekê, bi vîrûsa papilloma mirovî (VPM) enfekte dibe. Piranîya enfeksîyonên bi VPM'yê, bê semptom derbas dibin û di nava salekî da bi xwe xwe baş dibin. Lê belê, ew dikarin di hin rewşan da, rê li ber hîn qonaxên kanserê an jî nexweşîya kanserê jî vebikin.

Ji ber enfeksîyona VPM'yê, bi tenê li Elmanyayê, her sal bi qasî 7 hezar û 850 kes, bi awayeke nû rûbirûyê kanserê dibin.

Yek ji girîngtirîn tedbîrên pêşîlêgirtinê, yên li dijî penceşêrê bi VPM'yê ve pêwendîdar, perpûnlêdan e. Lê belê, li gor lêpirsîneke MSD'yê li Ewropayê, nîşan dide ku haya gelek dê û bavan ji vê yekê nîn e.

Em jî yek ji beşdarê însîyatîfa, "BIRYAR. Dijî Penceşêrê" nin û dixwazin, bi bijîşk, kasaya tendûristîyê û rêxistinên tendûristîyê ra, ji bo perwerdekirina VPM'yê bibin alîkar.

Ji bo vê yekê, ev rêbername, alîkarîyek girîng dike, ji ber ku enfeksîyonên VPM'yê dikare bandorê li her kesî bike – bêyî koka xwe, çand an ziman.
Me hemû agahdarîyên girîng kurt kirin û ew wergerandin zimanên cuda cuda, da ku dêûbav û ciwan, bikaribin di derbarê perpûnlêdanê da biryar bidin.

Ramazan Salman,
Rêvebirê Giştî –
Navenda Tibbê ya Etnikî e. V.

Dr. Ahmed Khalifa,
Mudirê Beşa Bijişkî,
MSD Sharp & Dohme GmbH

Naverok

Bi kurtî tiştên girîng 7

Dê û bavên hêja 8

Ciwanên delal 10

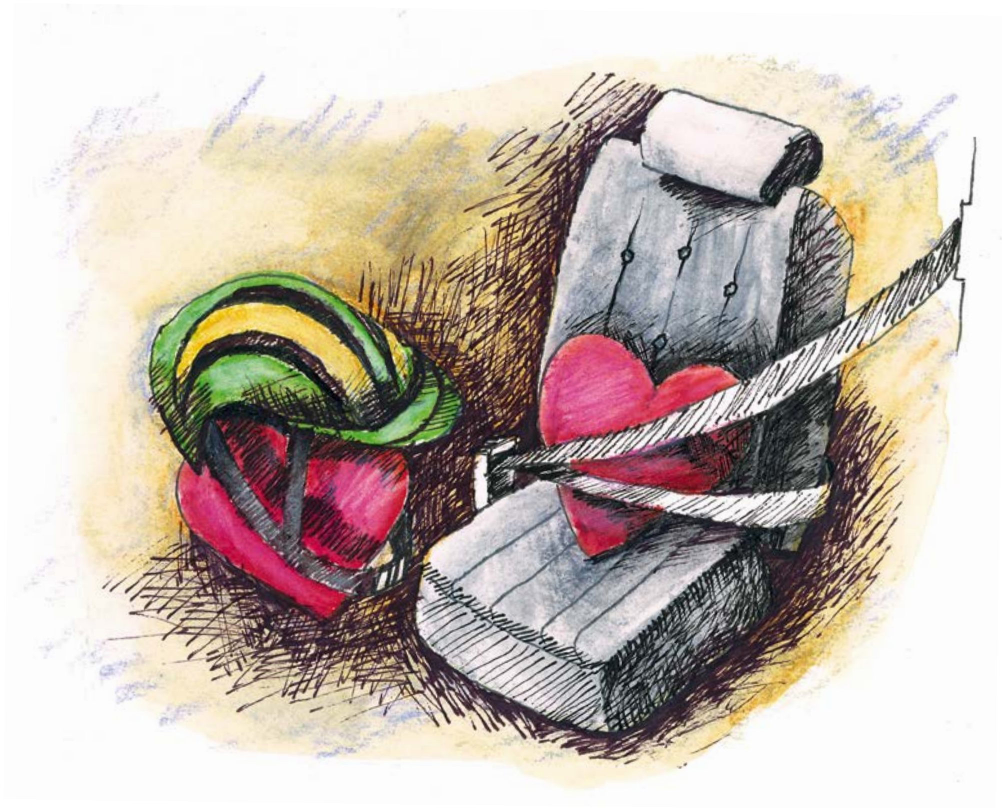
Xort û civanên hêja 12
Ji bo kesên temen mezin, paşvegirtina mesrefan çawa dibe?
Lîsteya kontrolê ya paşvegirtina mesrefan

Di derbarê vîrûsa papilloma mirovî da, divê mirov çi bizanibe 14
Vîrûsa papilloma mirovî çi ye
Mirov çawa bi VPM'yê pêgirtî dibe?
Piştî enfeksîyona VPM'yê, penceşêr (kanser) çawa pêktê?
Enfeksîyona VPM'yê dikare bibe sedema kîjan cûreyên kanserê?
Enfeksîyona VPM'yê dikare bibe sedema kîjan nexweşîyên din?

Di derbarê perpûna VPM'yê da, divê mirov çi bizanibe 16
Dermanê perpûnê çawa dixebite?
Dermanê perpûnê çiqas ewle ye?
Bandorên din yên gengaz
Çima di dema perpûnlêdanê da, temenê mirovan roleke girîng digre?
Perpûnlêdan çawa pêktê?
Perpûnlêdan li ku pêktê?

Ji bo bijîşkan (Doktoran) 20

Çavkaniyên agahdarîyê 22



Bi kurtî tiştên girîng

- Hîn cûreyên kanseran, ku kansera malzarokê û kansera anal jî di nav da têtin jimartin, ji ber hîn enfeksîyona vîrûsa papilloma mirovî (VPM) pêk tên. Li seranserê cîhanê, bi qasî ji 20an yek teşhîsa kansera nû, VPM ye.
- Vîrûsa PM, li çaralîyê cîhanê pir belav bûne û bi têkilîya laşî ya zayendî ve têtin veguhastin.
- **Bi zûtirîn perpûnlêdana VPM'yê, dikare pêşî li hin vîrûsên bi VPM ve pêwendîdar bigire.**
- Divê zarok di zûtirîn dem da bêtin perpûnkirinê. Perpûn, ji bo hemû ciwanan, zayenda wan çi dibe bila bibe, tê pêşnîyarkirin, ku temenên wan di navbera 9 û 14 salî da nin.
- Kesên ku hîn perpûn wernegirtine, dikarin heta temena 17 salîya xwe an paşê jî bêtin perpûn werbigrin.
- Perpûn, bi taybetî li cem hemû bijîşkên giştî, bijîşkê ku pêbawer, bijîşkên zarokan, ciwanan, an jînekologan peyda dibe.
- Kasaya tendûristîyê ya yasayî û her weha kasaya takesî, wekî qaîde, bi awayeke rêkûpêk, heta temen 17 salî û hin caran jî ji wê zêdetir, ji bo perpûnlêdanan pereyan didin.

Li gel hemû cudahîyên çandî, hevparîya me mirovan ev e, ku em di seranserê jîyana xwe da dikevin nav têkilîyên zayendî. Ev dikare bibe sedema enfeksîyona VPM'yê, ku ew jî dibe sedema hin penceşêrên bi VPM'yê ve pêwendîdar.
Naha em dikarin ji bo siberoja tendûrist ya ciwanên xwe, tiştek bikin: Ger em piştrast bikin ku ew bi zûtirîn perpûna VPM'yê digrin, em dikarin wana ji hin penceşêrên bi VPM'yê ra pêwendîdar, biparêzin.

Dê û bavên hêja,

Bêguman tiştekî adî ye, ku metirsîya we li ser tendûristîya zarokên xwe hebin û wana ji xeterîyên ne pêwîst biparêzin.
Ji ber vê yekê ye, ku dibe zarokên we ji mêj ve dijî nexweşîyên cuda yên wekî sorik, binguhk, belalûk û kuxikê hatibin perpûnkirinê.
Di gelek rewşan da, bi gelemperî ev perpûn, di salên pêşîn ên jîyanê, di dema **muayeneyê** da, hatibe cîbicî kirin.

Lê belê, perpûna li dijî enfeksîyona vîrûsa papilloma ya mirovî (VPM), bi tenê di temenên 9 heta 14 salî da tête cîbicî kirin. Zarok, di vî temenî da, kêm caran diçin cem bijîşkan.
Ji ber vê yekê, perpûna VPM'yê bikin beşeke jêneveger ya lênihêrîna tendûristî ji bo zarokên xwe! Pê bawer bibin ku ew, di wextê xwe da perpûn wergirtîye!

Zayenda wan çi dibe bila bibe, ji bo hemû ciwanên ku temenên wan di navbera 9 û 14 salî da nin, perpûna VPM'yê, ji alîyê STIKO ve tê pêşnîyar kirin.
Dema ku ew hatibû destnîşan kirin, wî demî her tişt, li ser parastina dijî vîrûsa malzarokê bû. Ji ber vê yekê, di destpêkê da, bi piranî keç û ciwanên din, ji bo malzaroka xwe ev perpûn werdigirtin.
Îro, dîyar e, ku divê zarok jî bêtin perpûnkirinê – ji bo pêşîlêgirtina hîn kanserên bi VPM'yê pêwendîdar.
Wekî din, ev yek li dijî enfeksîyonê parastineke hevpar diafrîne, ku ev yek paşê dikare di dema têkilîya zayendî da pêk were.
Ji ber vê yekê dudilî nebin û agahdarî ji bijîşkek an jî bijîşkek hûn pê bawer in, werbigrin û ji bo perpûna VPM'yê randevûyekê bistînin.

Muayeneya tendûristîyê ya ciwanan J1, ji bo ciwanên ku temenên wan di navbera 12 û 14 salî da nin, derfetê dide ku berîya temen 15 salîya xwe, bernameya perpûnlêdana VPM'yê temam bikin.

Tenê bipirsin! Hûn dikarin vê broşûrê jî bi xwe ra bibin û bi vî awayî di derbarê perpûnê da, bi bijîşkê xwe ra biaxivin.

Gaveke din …

Temen	Tedawîya tendûristî
0	Tedbîrên zutirîn di dema ducanîyê da (di pirtûka dayîkê da tê dîyarkirin)
0–6	Muayeneyên tespîtkirina zû U1 heta U9 (di pirtûka muayena da hatîye dîyarkirin) û muayeneyên tespîtkirina nexweşîyên diran, dev û çenikê
Ji 6 pê ve	Kontrolên diranan yên bi rêkûpêk (Ji temen 12 salî pê ve, di pirtûka bonusa kasaya tendûristîyê da hatîye dîyarkirin)
9–17	**Perpûna VPM'yê (temen 9 heta 14 salî) an jî telafîya perpûnlêdana VPM'yê (temen 15 heta 17 salî)**
12–14	Tedawîya tendûristî ya cîwanan, J1
20–34	Danasîna salane ya ji bo kansera malzarokê (ceribandina PAP)
Ji 35 pê ve	Her 3 salan carek ceribandina PAP û ceribandina HPV

… ji bo jîyanek tendûrist û serbixwe!

Belê, lê …

Dibe hûn bi bifikirin, ku perpûna VPM'yê bibe sedem ku zarokê we pir bi zûtirîn tekilîya zayendî bike. Lê belê, lêkolînên zanistî nîşan didin, ku ciwanên bi VPM ve hatibin perpûnkirinê, ne zûtirîn têkilîya zayendî dikin û ne jî ji mirovên ne perpûnkirî zêdetir hevjînên wan hene.
Di heman demê da pêdiwî nîn e, ku hûn behsa zayendîtîyê bikin, dema ku bi zarokê xwe ra li ser perpûnlêdana VPM'yê diaxivin.
Perpûna VPM derfetek baş e ji bo axaftina li ser pirsgirêka zayendî. Bi wî awayî hûn dikarin nîşan bidin, ku ne tenê tendûristî lê di heman demê da pêşketina zayendî ya rehet a zarokê we, ji bo we girîng e. Ev dikare bawerîya hevûdu xurt bike. Wekî din, lêkolîn nîşan didin ku ciwanên ku li ser zayendîtîyê baştir tên agahdarkirin, ewqas dereng xwe amade dikin ku zayendîya xwe bi xwe kifş bikin.

Ciwanên delal,

Hûn difikirin ku kanser tenê pirsgirêkek mezinan e? Ew bi piranî rast e: Cûreyên kanserê yên ku ji hêla vîrûsên HP'yê ve têne rêva birin, bi salan an jî bi dehan salan piştî enfeksîyonê xuya dibin.

Vîrûsên PM ewqas belav bûne, ku piranîya mirovên li çaralîyê cîhanê, dê di dawîyê da bi nexweşîyê bikevin.
Vîrûs bi awayeke rasterast, bi rêya çerm û bi girêza çerm ra, ango bi têkilîya fizîkî ya nêzîk ku têkilîya zayendî jî di nav da, tête veguhastin. Kondom jî nikarin bi awayekî ewle pêşî li enfeksîyonê werbigirin. Lê belê, ew hîn girîng in, ku nexweşîyên din ên ji têkilîya zayendî ve tên veguhastin, dikarin li dijî enfeksîyonê biparêzin.

Tu kes nikare pêşbînî bike, ku wê paşê enfeksîyona VPM'yê rê li ber penceşêrê veke. Lê hûn dikarin bi perpûnê, pêşî li hin nexweşîyên bi tekîlîya HPV'ê ra werbigirin.

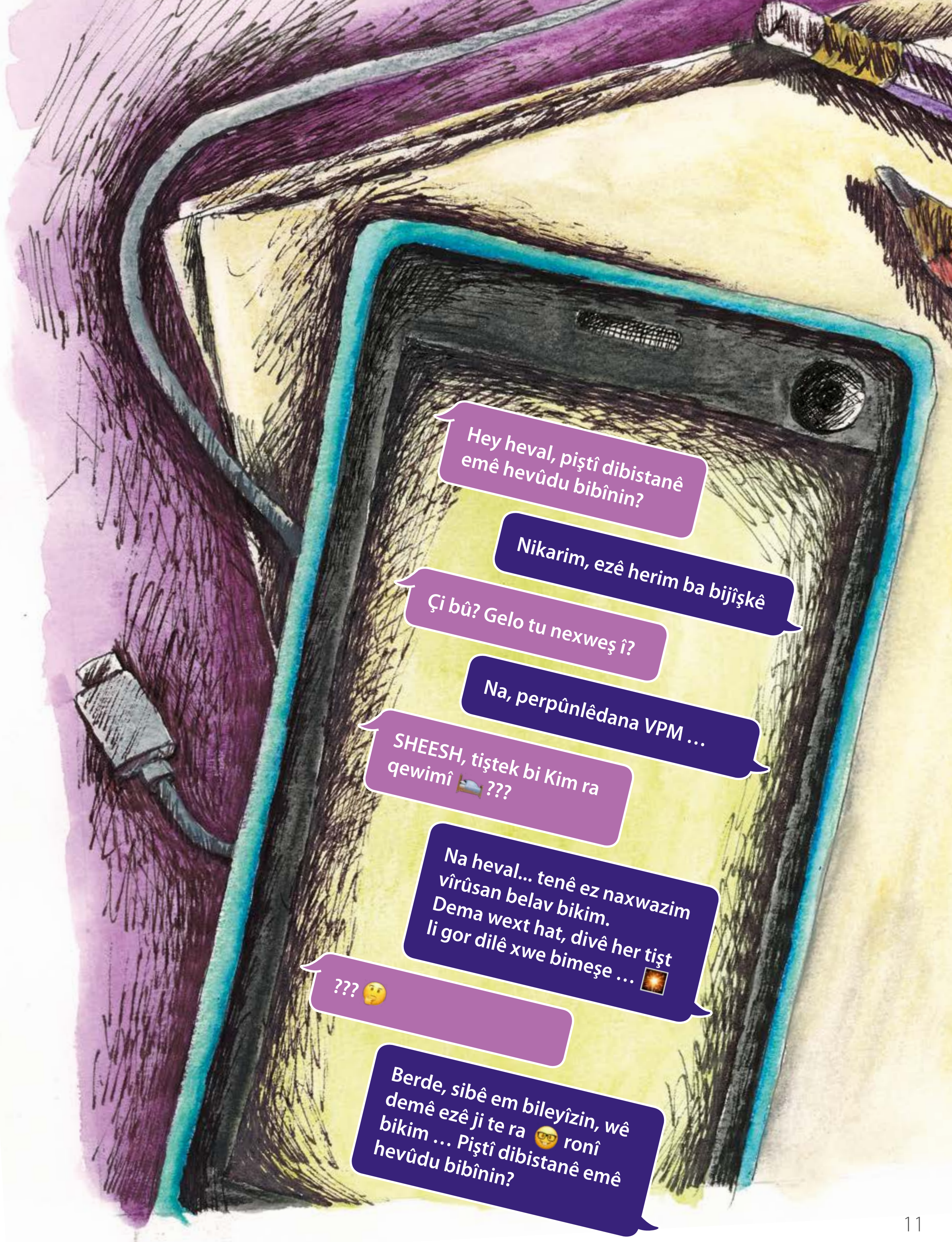
Mirov dikare perpûna VPM'yê, bişibîne bi kember girêdana li otomobîlê: Maqûl e ku mirov her gav xwe bi kember girêbide. Mirov qet nizane, ku wê kingê û li ku derê rewşek xeternak derkeve holê, her çend hûn bi awayeke baldarî otomobîlê bajon jî.

Perpûn dikare herî bi bandor be, ger berî têkilîya yekem bi vîrusê ra bête birêvebirin, ango berî têkîlîya zayendî ya yekem bête kirin. Wekî din, li cem ciwanan, pergala parastinê parastineke bihêztir ya perpûnê ava dike.

Ji ber ku VPM jî bi têkilîya zayendî ra pêwendîdar e, dibe ku hûn ji ber vê yekê hinekî fedî bikin û nexwazin ku li ser vê babetê ji kesên din tinazên nerehet bibihîsin. Lê ev nayê vê wateyê, ku ger hûn niha perpûn werbigrin, hûn li ser têkilîyên zayendî difikirin an jî paşê ji wan yek dixwazin.
Girêdana kemberê li otomobîlê, li ser vê yekê tu tiştekî nabêjî, ka tu kingê û bi ku ve diçî!

Tu dikarî perpûna VPM'yê, li cem her Doktorek ku hûn pê bawer in, werbigrî. **Muayeneya tendûristîya ciwanan J1,** derfeteke baş e. Ev, ji bo ciwanên ku temenên wan di navbera 12 û 14 salî da nin, muayeneyek e.

Tu dikarî ji bo muayeneya J1'ê, bi tenê, bi hevalekî an jî hevaleka xwe ra biçî. Tu dikarî muayenexaneya doktoran ji xwe hilbijêrî. Ji bo doktorên zarokan û ciwanan pêkanînên taybet hene. Lê tu dikarî biçî muayenexaneyê doktorê malbatê jî. Divê hûn ji bo muayeneyê, karta xwe ya tendûristîyê û karta perpûnlêdanê bi xwe ra bînin.



Xort û civanên hêja,

Dibe ku we di jîyana xwe da gelek perpûnan wergirtibe. Bi taybetî gelek perpûn, di dema zarokatî û ciwanîyê da têne kirin. Pir perpûn hîn di dema zaroktî an jî civanîyê da tête kirin. Mirov dikare hin perpûnan jî, di jîyana pêşêroj da jî werbigre. Ji ber vê yeke, di her temenî da girîng e ku hûn li ser rewşa perpûnlêdana xwe agahdarî werbigrin û eger gengaz be, perpûnên ku pêknehatibin, paşê werbigrin. Bi bijîşkê xwe ra randevûyan pêk bînin û pasaporta perpûnlêdanê bi xwe ra bîbin.

Dibe ku we ji mêj ve bihîstibe, divê baştir e ku li def zarok û ciwanan, perpûnên li dijî enfeksîyonên pîpilloma mirovî (HPV) bête kirin.

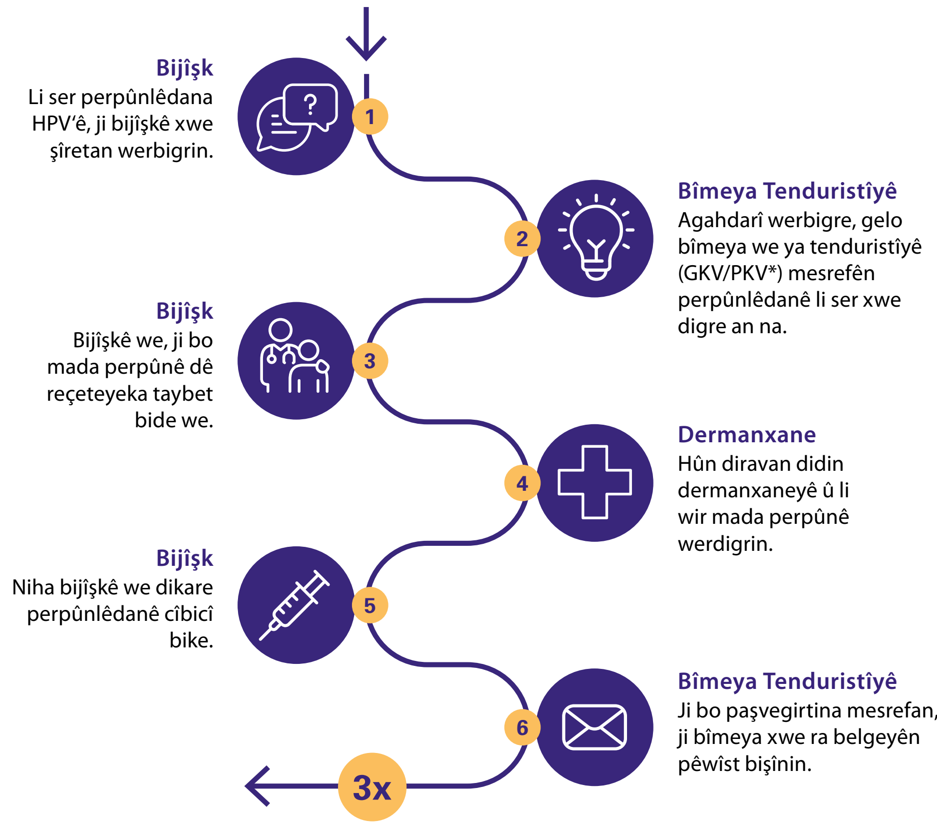
Komîsyona Perpûnlêdanê ya Berdewamî (STIKO) ji bo hemû kesên, ku temenên wan di navbera 9 û 14 salî da nin, perpûnlêdana HPV'ê pêşnîyar dike. Ger di vê heyamê da perpûnlêdan nehatibe kirin, divê di temen 17 salî da bête kirin. Perpûnlêdan dikare herî bibandor be, ger ew berî enfeksîyonek gengaz pêk bê. Bi ser da jî, kesê perpûnlêdanê werdigre, çiqas ciwantir be, sîstema parastinê ewqas baştir bersîva perpûnê dide.

Hema hema her kes di jîyana xwe da enfeksîyona HPV'ê werdigrin. Enfeksîyon dikare her dem di jiyanê da derkeve holê. Ji ber vê yekê jî, ji bo mirovên temen ji 18 salî mezintir, perpûnlêdana HPV'ê hîn jî dikare bikêr be û di heman demê da dikare astek parastinê li hember nexweşîyên duwemîn jî pêk bîne. Wek mînak: Hîn nexweşîyên pençeşêr. Ger hûn difikirin ka kîjan perpûna HPV'ê ji we re watedar e, pêşî bi bijîşkekî ra biaxivin. Ewê dê bi we ra biaxivin ka kîjan perpûn wê bi çi awayî kêrî we bê.

Berî ku hûn perpûnê werbigrin, divê hûn ji kasaya tendûristîya xwe bipirsin ka gelo ewê mesrefên perpûnlêdanê li ser xwe bigrin an na. Bîmeya tenduristîyê yên yasayî, divê her dem mesrefên keç û civanên heta temen 17 salî bidin. Gelek bîmeya tenduristîyê yên yasayî û takesî, ji bo kesên temen mezin jî, mesrefên perpûnlêdanên HPV'ê bi dilxwazî li ser xwe digrin. Heger bîmeya we ya tenduristîyê mesrefan li ser xwe werbigre, divê hûn pêşî heqê perpûnê bi xwe bidîn û paşê ji pereyê ji bîmeyê xwe paşvebigrin.

Girîng e ku tevî perpûnlêdana HPV'ê hemû muayeneyên pêşîlêgirtinê berdewam bikin. Perpûnlêdana HPV'ê di temen mezinan da tedbîrek girîng a pêşîlêgirtinê ye, daku meriv bikaribe li ser bingehek takesî, pêşî li hin nexweşîyên têkildar ên HPV'ê bigire.

Ji bo kesên temen mezin, paşvegirtina mesrefan çawa dibe?



Ji bo parastineka rêkûpêk ya perpûnê, ji temen 15 salî pêve, 3 perpûn pêwîst in. (Gavên 3 heta 6)

Lîsteya kontrolê ya paşvegirtina mesrefan

- fatûreya dermankirinê ji aliyê bijîşk ve
- meqbûza dermanxaneyê ji bo kirîna mada perpûnê
- reçete ji bo mada perpûnê
- agahdarîyên banka we

* GKV = Bîmeya Tenduristîyê ya Yasayî (BTY)
PKV = Bîmeya Tenduristîyê ya Takesî (BTK)

Di derbarê vîrûsa papilloma mirovî (VPM) da, divê mirov çi bizanibe

Vîrûsa papilloma mirovî çi ne?

Vîrûs, perçeyên piçûk in ku ji alîye mîkroskop ve tên naskirin ku bi piranî ji materyalê genetîkî û hindek proteyînan pêk tên. Vîrûs, hîn şaneyên di nav tevnên laş dagir dikin. Şane, paşê ji bo vîrûsên nû, blokên avahîyê hildiberîne. Ji şaneyê perçeyên nû derdikevin û paşê dikarin şaneyên din vehewînin.
Vîrûsên papilloma mirovî, şaneyên çerm û girêza çerm vedihewînin. Girêza çerm, zêm û bê mû ye, wek mînak di dev, poz, qûn û beşên organên zayendî da.

Mirov çawa bi VPM'yê pêgirtî dibe?

Vîrûsa papilloma mirovî, di nav gel da pir belav in. Ew rasterast bi çerm an girêza çerm ve têne veguhastin.
Bi gelemperî bi têkilîya laşî ya zayendî ve mirov pêdigre. Vîrûsa bi têne, wek mînak, bi berdewamî maçkirina ji lêvan, zayenda bi devkî an jî têkilîya zayendî ve tête veguhestin. Kondom, dikare bi tenê parastineke sînordar cîbicî bike.
Pir kêm be jî, enfeksîyon dikare di dema zayînê da jî çêbibe.

Piştî enfeksîyona VPM'yê, kanser çawa pêktê?

Heya nuha, zanyaran dora 200 cureyên cuda yên vîrûsa papilloma mirovî dîtine, ku hin ji wan dikarin di çerm û şaneyên girêza çerm yên li devera genîtal da, bicî bibin.
Bi gelemperî, mirov bi enfeksîyona VPM'yê nahese. Ji bo wan tedawîyek bi bandor tune. Lê belê, bi gelemperî ew bêyî semptoman, bi tenê serê xwe, xwe baş dike. Lê belê, car caran ew demeke dirêjtir dimîne û paşê dikare bibe hîn cûreyên kanserê.

Cûreyên VPM'yê yên ku dibin sedema kanserê, jê ra **cûreyên xeternak** tê gotin. Ger enfeksîyonek ji duwanzdeh mehan dirêjtir bi wan ra bimîne, dibe ku tevna girêza çerm bête guhartin. Guhertinên bêtir xeternak, wekî **pêş kanser** tête hesibandin. Ew dikarin, di navbeyna sê heta şeş salan piştî enfeksîyonê, xwe pêşve bibin.
Ger birînên berîya kanserê neyên tedawî kirin, bûyerên piştî 10 – 30 salan, ji sedî 50 penceşêr pêktê.

Enfeksîyona VPM'yê dikare bibe sedema kîjan cûreyên kanserê?

Li cîhanê, **kansera malzarokê** çaremîn kansera herî berbelav e. Hîn cûreyên VPM'yê, hema hema ji sedî 100, dibin sedema kansere. Ji sedî 90 yê hemû bûyerên kansera anal, vîrûs e. Wekî din, tumorên penceşêrê yên bi VPM'yê ra pêwendîdar jî dikarin di quz ("vajîna") û li vulva ("lêvên der yên vulva" jî di nav da) pêşve bibin.

Di kansera malzarokê da, tumor ji guhartinên tevnên li beşa derveyê malzarokê, ku ber bi vajînayê dirêj dibe, derdikevin. Ji ber vê yekê pir girîng e, ku mirov bi awayeke rêkûpêk, biçe ji bo muayeneya **zûtirîn tespîtkirina** kanserê (PAP-perçek). Li şaneyên girêza çerm ya malzarokê, ji bo tespîtkirina guhertinan, lêkolîn tête kirin.

Enfeksîyona VPM'yê dikare bibe sedema kîjan nexweşîyên din?

Hin cûreyên VPM'yê jî dikarin bibin sedema **kûnerên zayendî.** Ew bi gelemperî mezinbûna çermê baş in, ku piştî enfeksîyona bi VPM'yê dikare li devera genîtal çêbibe. Ew bi gelemperî tenê bi çend mîlîmetre dirêj in û di destpêkê da wekî nodûlên takesî xuya dikin.
Dûv ra, ew dikarin belav bibin û tûmorên piçûk çêbikin. Car caran dibin sedema xûrandinê û şewatê.
Her çend kûnerên zayendî bi piranî bêzerar in jî, ew bi gelemperî wekî nerehetî tête hîs kirin. Ew dikarin ji alîyê bijîşkan ve bên tedawîkirin an jî bi awayekî, bêtin emelîyat kirin.

Di derbarê perpûnlêdana VPM'yê da, divê mirov çi bizanibe

Têgihîştina ku hin kanserê dikarin ji enfeksîyona VPM'yê pêk werin, pêşketinek zanistî ya girîng bû. Ji bo vê têgihîştina zanistî, lêkolîner Harald zur Hausen, di sala 2008an da Xelata Nobelê ya Tibê wergirt. Bi pêşvexistina mada perpûna VPM'yê, niha cara yekemîn perpûna li dijî hin cûreyên kanserê heye.

Ji ber vê yekê perpûna VPM'yê di pêşîlêgirtina kanserê da pêşketinek girîng e, ji ber ku ew dikare pêşî li penceşêra malzarokê, penceşêra vulvarê û kanserê anal û her weha pêşgirên wan bigire. Lêkolînên zanistî nîşan didin, ku di nav kesên perpûnkirî da rêjeya enfeksîyonên VPM'yê yên bi cûreyên xeternak ên bilind û guhartinên tewnan ên li herêma zayendî, bi awayekî berbiçav kêm bûye.

Mada perpûnê çawa dixebitin?

Di nav mada perpûna VPM'yê da, perçeyên wekî vîrûsê hene. Ev made, xwedî hin taybetmendîyên VPM'yê ye. Bi pergala parêzvanîyê ve tên naskirin. Parçeyên perpûnê bi xwe nikarin zêde bibin û ji ber vê yekê nikarin bibin sedema nexweşîyê. Lê belê, pergala parêzvanîyê, bi hilberîna antîkoran hîn jî li hemberê wan bersivê dide. Dema ku vîrûsê PM yên rastîn dikevin nav laş, ew ji bo parêzîyê amade ne. Bi antîkoran ra, pergala parêzîyê dikare pêşî li enfeksîyonê bigire.

Madeyên perpûnê ya heyî, cûreyên xeternak ên herî girîng hedef digrin. Perpûna VPM'yê, li gor bikaranîna mada perpûnê, dikare li dijî hin pêşgirên kanserê yên bi VPM'yê ve pêwendîdar û karsînoma (kansera) Cervîks (devê malzarokê), vulva, vajîna û anûsê, her weha li dijî kûnerên zayendî biparêze.

Perpûna VPM'yê bi bandor e!

Li Înglîstanê, di nav jinên ciwan yên temenên wan navbera 16 – 18'an da nin, ji sedî 80ê kêmtir enfeksîyonên bi cûreyên xeternak hene.

Li Danîmarkayê, li cem mirovên temen ji 23 salî biçûktir, rêjeya pêşkansera malzarokê, ji sedî 40 kêm bûn.

Li Swêdê, bi perpûnlêdana berîya temen 17 salî, ji sedî 88ê xetera kansera malzaroka kêm bû.

Li Awûstralyayê, perpûnlêdana keç û jinan, ji sedî 90ê kûnerên zayendî kêm kirîye.

Mada perpûnê çiqas ewle ye?

Perpûnlêdanên HPV'yên ku niha li sûkê ne, bi gelemperî baş tên tehemûlkirin. Profîla ewlehîyê ya perpûnlêdanên HPVyê, ji alîyê Enstîtuya Neteweyî û Enstîtuya Paul Ehrlichê (PEI) û sazîyên tendûrîstîyê yên navnetewî ve têne şopandin.

STIKO (Komîteya Daîmî ya Perpûnê), bi baldarî avantaj û dezawantajên perpûnlêdanê dinirxîne û pêşniyarên perpûnlêdanê dike.
Ji ber ku wek her destwerdana din ya bijîşkî, pêlêdan dikare bandorên neyînî yên nexwestî derxe holê. Da ku STIKO perpûnê pêşnîyar bike, divê bandorên muhtemel ewqas sivik an kêm bin, ku feydeyên tendûrîstîyê bi girîngî zêde bibin.

Bandorên din yên gengaz

Di prensîbê da, bi her perpûna ku tête kirin, bandorên din dikarin derkevin hole; mînak, wekî enjeksîyon. Ew bi gelemperî nerm û demkurt in:

- Di cihê enjeksîyonê da sorbûn, werimandin an jî êş.
- Sergêjî, pirsgirêkên gera xwînê (bi gelemperî ji ber tirsa derzîlêdanê an stresê)
- Bilindbûna germahîya laş, gêjbûn, serêş, mandîbûn.

Çima di dema perpûnlêdanê da, temenê mirovan roleke girîng digre?

Komîteya Daîmî ya Perpûnê (STIKO) ji bo ciwanên ji hemû zayendan, yên ku temenên wan ji 9 heta 14 salî nin, perpûna VPM'yê pêşnîyar dike, da ku berîya pêkhatina enfeksîyoneke gengaz ya bi VPM'yê ra pêwendîdar. Li gel vê jî, ew kes çiqas ciwan bin, pergala parêzîyê dikare li hember perpûnê baştir bersîv bide.

Lê belê, ciwanên ji hemû zayendan dikarin û divê piştî ku cara yekem têkilîya zayendî pêk tînin, li dijî VPM'yê bêtin perpûn kirin, ger ev yek hîn nehatibe cîbicî kirin.

Lê belê mirovên ku têkilîya wan ya zayendî hebin, ango dibe ku bi hîn vîrûsên PM ra rûbirû bûne, perpûn dîsa jî dikare li hember cureyên din yên VPM'yê parêzîyê pêşkêş bike.

Perpûn çiqas zûtir pêkbê, ewqas baştir e.

Lê belê, perpûna VPM'yê, nikare li dijî hemû cûreyên VPM'yê, ku dibe sedema pençeşêrê an zirarê dide kûnerên zayendî, biparêze. Ji ber vê yekê jî, ji bo zûtirîn tespîtkirina kanserê, girîng e ku bi awayeke daîmî, beşdarî muayeneyên kanserê bibin.

Perpûnlêdan çawa pêktê?

Perpûna VPM'yê, ji bo ciwanên ku temenê wan di navbera 9 û 14 salî da nin, ji du dozên perpûnê pêk tên. Bi kêmanî, di navberên pênc heyvan da, li jora milê tête enjekte kirin.

Lê belê, di hin rewşan da, sê dozên perpûnê pêwîst in. Wek mînak, ger perpûn piştî 15 salîyê ya jidayikbûna dest pêbike an jî di navbera doza yekem û duwemîn da, divê ji pênc heyvan kêmtir bibe.

Kesên ku berîya rojbûna 15 salîya xwe perpûn negirtibin, ger gengaz be, divê heta temen 18 salîya xwe perpûnlêdanê cîbicî bikin. Ya herî baş ew e, ku berîya pêwendîyên zayendî, perpûn bête cîbicî kirin.

Perpûnlêdan li ku pêktê?

Bi gelemperî, perpûnlêdana VPM'yê, li cem bijîşkên giştî, bijîşkên zarokan, jineolokog û urologan têtê çêkirin. Lê belê, bi bingehîn di gelek muayenexaneyên bijîşkan da jî têtê kirin.

Kasaya tendûristîyê yên zagonî û her weha yên takekesî, lêçûnên ciwanên ku temenên wan di navbera 9 û 17 salî da nin, vedihewîne. Hîn kasayên tendûristîyê jî, ji bo kesên temen ji 18 salî mezintir, pereyên perpûnê didin.

Di heman demê da, perpûn, wekî beşek ji muayeneya tendûristîya ciwanan J1, yên ku temenên wan di navbera 12 û 14 salî da nin, pêktê.

Wek mînak, muayeneya J1, di muayenexaneyên bijîşkên zarok û ciwanan an jî li cem bijîşkên gelemperî da têtê kirin. Şirîkeyên bîmeya tendûristîyê ya zagonî jî mesrefan digirin ser xwe.

Ciwan dikarin bi tena serê xwe an jî bi kesekî li gor dilê xwe ra biçin randevûya muayeneyê. Pêwîst e, ku hûn karta xwe ya tendûristîyê û karta perpûnê (ger hebe) bi xwe re bînin.

Ji bo bijîşkan (doktoran)

Komîteya Daîmî ya Perpûnê (STIKO), nuha perpûna VPM'yê ji bo ciwanên hemû zayendan, yên ku temenên wan ji 9 salî heta 14 salî nin, pêşnîyar dike. Perpûn dikare heta temen 18 salî bête kirin.

Lê dîsa jî, li Almanyayê rêjeya kesên ku rêze perpûna VPM'yê bi rêkûpêk wergirtine, hîn jî pir kêm e. Li gor RKI, di sala 2019an da kesên temen 15 salî, ji wan, ji sedî 47,2ê wekî mê û tenê ji sedî 5,2ê wekî nêr hatine hesibandin. Di nav ciwanên temen 18 salî da, ji sedî 52 (wek mê) û ji sedî 2,5 jî (wek nêr) hatine hesibandin.

Lê belê ya ku tê xwestin, rêjeya wegirtina perpûnê, ji bo ciwanên ji hemû zayendan, herî kêm ji sedî 70 be. Mînak, li Danîmarka ev rêje, bêyî bernameya perpûnlêdana dibistanê jî, hatîye cîbicî kirin.

Tê hêvîkirin, ku di pêşerojê da ciwan û dêûbavên wan, zêdetir daxwaza perpûna VPM'yê bikin.

"Lê, danûstendina min bi her kesî ra, wek hev e…"

Da ku mirovên di duwerojên xwe da, xwedî çandeke pir cuda nin, ji karûbarê tendûristîyê sûdek wekhev werbigirin, danûstendinek bi awayeke hesas pir girîng e. Divê rêzdarî li wan bête nîşandan, ku ewana bi şîretên bijîşkan bawer bikin. Ew tedawîya wekhev, ji bo hemû nexweşan jî zêdetir e.
Babet, astengên din ên ku gelek mirovên bi bîyografîya koçberîyê ra rû bi rû ne, bi hevra alîkarîyê, derbas bikin.
Xebata çandî ya hestîyar tê wateyê:

- Lez mekin
- Hay jê hebin, ku şopa çandî, klîşe û pêşhûkim, çawa li ser helwesta takesî û li ser rewşa çanda navnetewî bandorê dikin.
- Dilgermî nîşan bidin, guhdar bikin, pirs bikin û li ser çarçoveya çandî agahdarîyan werbigirin.
- Xizmetên tercûmanîya ziman an jî karmendên zimanzan, bikar bînin.
- Zimanekî hêsan bikar bînin: hevokên kurt, peyvên teknîkî biguherînin an ragihînin, ji kurtenivîsan dûr bisekinin, mînakên têkildarî ya jîyana rojane bikar bînin.

Da ku rêjeya perpûnê zêde bibe, pêdivîya ma, bi hevkarîya bijîşkan ra girêdayî ye.

- Ji kerema xwe bi awayekî çalak serî li perpûnlêdanê bidin û wê pêşnîyar bikin.
- Agahdarîyên derewîn serrast bikin, lê metirsîyên muhtemel ciddî bigirin û ji alîyê çandî ve li ser babetê hesas bibin.
- Ji kerema xwe bersîveke erênî bidin lêpirsînan û bidest xistina perpûnê asan bikin.

Ev rêbername, bi alîkarîya dêûbav û nexweşan, ji bo we û bi zimanên cuda hatîye amade kirinê û salnameya perpûnlêdanê ya STIKO jî li ber destan e.

Hûn dikarin rêbernameyê bi zimanên cuda li vir bibînin:
www.hpv-impfung-mehrsprachig.de

Salnameya perpûnlêdanê ya STIKO dikare li vir bête dîtin:
www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Impfkalender/Impfkalender_node.html

Çavkaniyên agahdarîyê

Di derbarê perpûna VPM'yê da, li ser înternetê, car caran bi zimanê we yê dayîkê jî, gelek çavkanîyên pêbawer hen in. Wekî din, hûn dikarin ji kasaya tendûristîyê bipirsin an jî di derbarê perpûnlêdanê da, bi bijîşkê pê bawer ra biaxivin.

Berufsverband der Frauenärzte e. V. (BVF)
Komeleya Pîşeyî ya Bijîşkên Jinan (BVF)
www.frauenaerzte-im-netz.de

Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte e. V. (BVKJ)
Komeleya Pîşeyî ya Bijîşkên Zarok û Ciwanan (BVKJ)
www.kinderaerzte-im-netz.de/startseite

Berufsverband Deutscher Urologen e. V. (BDU)
Komeleya Pîşeyî ya Urologan (BDU)
https://urologie-gestalten.de/patienteninformationen/#hpv

Bundesministerium für Gesundheit (BMG)
Wezareta Tendûristîyê ya Amanya Federal (BMG)
www.bundesgesundheitsministerium.de/themen/praevention/frueherkennung-vorsorge/frueherkennung-von-gebaermutterhalskrebs.html

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)
Navenda Perwerdehîya Tendûristî ya Federal (BZgA)
www.liebesleben.de/fachkraefte/praevention-aerztliche-praxis/materialien-hpv/eltern
www.impfen-info.de

Deutsche Krebsgesellschaft e. V. (DKG)
Civata Penceşêrê ya Alman (DKG)
www.krebsgesellschaft.de/onko-internetportal/basis-informationen-krebs/krebsarten/andere-krebsarten/gebaermutterhalskrebs/vorbeugung.html

Deutsches Krebsforschungszentrum (dkfz.)
Navenda ji bo lêkolînên Penceşêrê ya Alman (dkfz)
www.dkfz.de/de/aktuelles/hpv-impfung-schuetzt-vor-krebs.html

Robert Koch-Institut (RKI)
Înstituta Robert Koch (RKI)
www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/Materialien_HPV-Impfung_Tab.html
www.rki.de/SharedDocs/FAQ/Impfen/HPV/FAQ-Liste_HPV_Impfen.html

Impfkalender der Ständigen Impfkommission (STIKO)
Salnameya Vakslêdanê – Komîta Herdem ya Vakslêdanê (STIKO)
www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Impfkalender/Impfkalender_node.html

Weltgesundheitsorganisation (WHO)
Rêxistina Tendûristîyê ya Cîhanê (WHO/RCT)
www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/cervical-cancer

Bayerisches Staatsministerium für Gesundheit und Pflege (StMGP)
Wezareta Tendûristî û Lênihêrînê ya Bayernê (StMGP)
www.stmgp.bayern.de/vorsorge

Ji bo ciwanan perpûna VPM'yê

Ji ber enfeksîyona VPM'yê, bi tenê li Elmanyayê, her sal bi qasî 7 hezar û 850 kes, bi awayeke nû rûbirûyê kanserê dibin. Yek ji girîngtirîn tedbîrên pêşîlêgirtinê, yên li dijî kanserê bi VPM'yê ve pêwendîdar, perpûnlêdan e.
Me hemû agahdarîyên girîng kurt kirin û ew wergerandin zimanên cuda cuda, da ku dêûbav û ciwan, bikaribin di derbarê perpûnlêdanê da biryar bidin.

Mijarên rêbernameyê ev in:

- Di derbarê vîrûsa papilloma mirovî da, divê mirov çi bizanibe
- Di derbarê perpûna VPM'yê da, divê mirov çi bizanibe
- Çima di dema perpûnlêdanê da, temenê mirovan roleke girîng digre?

Rêbernameya "Perpûnkirina VPM ji bo ciwanan" dikare ji malpera me bête daxistin an wekî pirtûkek çapkirî bête daxwaz kirin:
www.hpv-impfung-mehrsprachig.de

Ev rêbername ji aliye:

DE-NON-60688