

Dari laman sesawang *AskAboutHPV.org*

Soalan 1: Apakah HPV?

HPV bermaksud “papillomavirus manusia”. Virus ini adalah sangat biasa. Lapan daripada 10 lelaki dan wanita pada sesuatu masa akan mendapatnya. Ramai orang tidak pernah mengetahui tentang virus ini, tetapi HPV ini tergolong dalam keluarga virus yang besar. Terdapat sekitar 200 jenis HPV. Beberapa jenis HPV disebarkan melalui hubungan seksual dan menjangkiti sel kulit di bahagian alat kelamin dan mulut serta tekak. Kebanyakan virus ini tidak berbahaya. Tetapi ada beberapa HPV yang menyebabkan ketuat dan ada beberapa yang boleh menyebabkan kanser. Lelaki dan wanita boleh mengidap kanser daripada HPV, dan kadarnya bergerak pantas dalam kalangan orang lelaki. Kanser ini termasuk kanser pangkal rahim, dan kanser buah zakar, dubur, faraj, vulva dan tekak.

Soalan 2: Bagaimanakah saya boleh dijangkiti HPV?

Jenis HPV yang boleh menyebabkan kanser di bahagian alat kelamin, bahagian dubur, dan tekak kebanyakannya disebarkan menerusi hubungan seksual. HPV juga boleh merebak dari satu bahagian kulit alat kelamin atau tekak ke satu bahagian lain kulit alat kelamin atau tekak.

Soalan 3: Bagaimana saya boleh mengelak daripada dijangkiti HPV?

HPV adalah virus biasa dan menghindarinya bukanlah mudah. Lebih kurang lapan daripada 10 orang yang aktif secara seksual dijangkiti sekurang-kurangnya satu jangkitan HPV alat kelamin pada suatu peringkat dalam hidup mereka! Tetapi terdapat beberapa perkara yang boleh anda lakukan untuk mengurangkan risiko itu:

- 1) Cara terbaik untuk mengelak HPV adalah dengan mendapatkan vaksinasi pada umur yang disyorkan. Dapatkan vaksinasi untuk menghalang jangkitan HPV jika anda layak untuk vaksin itu, atau sekiranya penyedia jagaan kesihatan anda berpendapat bahawa anda akan mendapat manfaat daripada vaksin itu. Pengambilan vaksin boleh mengelakkan 90% barah pangkal rahim dan dubur, dan kebanyakan barah lain yang diakibatkan oleh HPV.
- 2) Gunakan kondom pada bila-bila masa yang anda boleh. Penggunaan kondom secara konsisten boleh mengurangkan (tetapi tidak menghapuskan) risiko dijangkiti HPV. Fakta ini disebabkan HPV berjangkit melalui sentuhan kulit ke kulit. Kondom hanya melindungi sebahagian kulit di bahagian alat kelamin. Penggunaan kondom dengan lebih konsisten meningkatkan tahap perlindungan. Penggunaan kondom 100% masa mengurangkan 70% risiko penyebaran HPV. Pengurangan penggunaan kondom secara konsisten bermaksud pengurangan perlindungan.

- 3) Semakin kurang pasangan seksual anda dan pasangan anda, lebih rendah risiko anda dijangkiti HPV.

Soalan 4: Bagaimanakah boleh saya mengelak daripada mendapat barah yang berkait dengan HPV?

- 1) Ambil tindakan untuk mengelak diri daripada dijangkiti HPV, lihat soalan 3
- 2) Dapatkan saringan kanser pangkal rahim. HPV boleh menyebabkan perubahan yang boleh menjadi kanser dalam satu tempoh masa. Peringat awal perubahan ini dinamakan “pra-kanser”. Saringan pangkal rahim dapat membantu dalam mengesan pra-kanser dalam pangkal rahim, dan rawatan untuk pra-kanser ini boleh mengurangkan risiko kanser anda. Saringan pangkal rahim memberi perlindungan penting terhadap kanser pangkal rahim sama ada anda telah mendapat imunisasi atau tidak. Berbincang dengan penyedia jagaan kesihatan anda tentang polisi saringan pangkal rahim di tempat anda.
- 3) Walaupun saringan kanser pangkal Rahim boleh mengurangkan risiko dari satu jenis barah, tiada program saringan rutin bagi lima kanser lain yang disebabkan oleh HPV. Bagaimanapun, jika anda mengesyaki anda mengidap kanser dubur, mulut/tekak, buah zakar, vulva, atau faraj, terdapat beberapa langkah boleh anda ambil. Bincangkan dengan penyedia jagaan kesihatan anda jika anda merasakan anda mungkin berisiko dijangkiti HPV di bahagian-bahagian tubuh anda atau jika anda bimbang tentang kesakitan, pendarahan, ketumbuhan baharu atau perubahan lain di kawasan ini.

Mendapatkan pemeriksaan teliti pada mulut atau tekak oleh profesional pergigian boleh membantu untuk mengesan kanser atau pra-kanser mulut atau tekak. Tambahan pula, di beberapa lokasi, terdapat penyedia yang membuat saringan untuk kanser dan pra-kanser dubur. Tanya penyedia jagaan kesihatan anda untuk mengetahui sama ada terdapat program saringan kanser atau pra-kanser dubur di Kawasan anda. Senarai separa boleh didapati [di sini](#)

- 4) Elakkan daripada merokok. Merokok membantu HPV berterusan lebih lama dalam badan anda, yang meningkatkan risiko anda mengidap kanser berkait dengan HPV. Jika anda bukan perokok, jangan sekali-kali mula. Jika anda sudah merokok, kurangkan atau lebih baik berhenti sepenuhnya.

Soalan 5: Bagaimanakah saya boleh mengelak jangkitan HPV kepada pasangan saya?

Mungkin mustahil untuk mengelak penyebaran HPV sepenuhnya, dan melihat betapa mudah virus ini didapati, pasangan anda mungkin sudahpun dijangkiti. Banyak tindakan yang boleh anda lakukan untuk mengurangkan risiko HPV anda sendiri, dan kanser berkait HPV (lihat Soalan 3 dan Soalan 4) boleh mengurangkan risiko menyebarkan HPV kepada pasangan seksual.

Soalan 6: Bagaimanakah saya boleh diuji untuk HPV?

Pemeriksaan HPV boleh dijalankan sebagai sebahagian program saringan rutin kanser pangkal rahim di klinik jagaan kesihatan anda. Tiada pemeriksaan rutin HPV untuk buah zakar, dubur atau mulut/tekak, dan tidak ada ujian darah untuk HPV.

Soalan 7: Bolehkan HPV disembuhkan?

Kebiasaannya, sistem imun akan mengawal HPV dengan sendirinya dalam tempoh setahun atau dua tanpa sebarang rawatan. Kadang-kala, sistem imun gagal untuk mengawal HPV dan ini boleh mengakibatkan perubahan sel menjadi kanser. Walaupun tidak ada “penawar” untuk HPV, vaksinasi boleh mengelakkan jangkitan HPV, dan saringan pangkal rahim boleh mengurangkan risiko kanser pangkal rahim.

Q8: Jika saya dijangkiti HPV, bolehkah saya mendapat kanser?

Hanya sebilangan kecil orang yang dijangkiti HPV akan mendapat kanser. Dijangkiti HPV tidak bermakna anda akan mendapat kanser, dan kebanyakan jangkitan HPV tidak menimbulkan masalah. Bagaimanapun, amatlah penting untuk mengurangkan risiko anda mendapat kanser yang berkaitan HPV. Vaksinasi boleh menghalang kebanyakan kanser yang disebabkan oleh HPV. Mendapatkan vaksin yang mengurangkan risiko anda dijangkiti adalah penting jika anda layak, atau jika penyedia jagaan kesihatan berpendapat anda mungkin akan mendapat manfaat daripadanya.

Vaksin ini paling berkesan jika diberi sebelum seseorang itu mempunyai sebarang hubungan seksual. Tambahan lagi, saringan pangkal rahim memberi perlindungan penting daripada kanser pangkal rahim sama ada anda telah mengambil vaksin atau tidak. Lihat soalan empat untuk langkah-langkah yang boleh anda ambil jika anda bimbang tentang kanser yang berkait HPV.

Memandangkan tidak ada program saringan rutin yang diluluskan kerajaan untuk kanser dubur, buah zakar atau mulut/ tekak yang berkait dengan HPV, adalah penting untuk anda mendapat nasihat perubatan bagi apa-apa perubahan di bahagian badan anda itu, seperti ketumbuhan baharu, sakit atau pendarahan. Dalam beberapa lokasi, terdapat penyedia yang menjalankan saringan untuk kanser dan pra-kanser dubur. Tanya penyedia jagaan kesihatan anda untuk mengetahui sama ada terdapat program saringan kanser atau pra-kanser dubur di kawasan anda.

Soalan 9: Saya telah mengambil vaksin HPV – masih perlukah saya menjalani saringan?

Vaksin mengurangkan risiko anda mengidap kanser berkait HPV anda sebanyak 90%. Tetapi walaupun anda telah mengambil vaksin HPV, anda masih perlu menjalani saringan pangkal rahim. Hal ini kerana vaksin tidak akan melindungi anda daripada jenis HPV yang anda mungkin telah dapat sebelum disuntik vaksin. Selain itu, anda masih boleh dijangkiti selepas vaksinasi dengan jenis HPV yang lebih jarang tersebar yang boleh menyebabkan kanser yang tidak dilindungi oleh vaksin.

Soalan 10: Adakah ketuat disebabkan oleh HPV?

Ya. HPV boleh menyebabkan ketuat pada kulit di bahagian lain badan, termasuk tangan dan kaki, bahagian dubur, dan bahagian alat kelamin. Jenis HPV yang menyebabkan ketuat pada bahagian alat kelamin adalah berbeza dari jenis yang menyebabkan ketuat pada tangan dan kaki. Jenis HPV yang menyebabkan ketuat alat kelamin lazimnya diperolehi daripada hubungan seksual. Anda tidak boleh mendapat jangkitan HPV alat kelamin atau ketuat dengan bersalaman atau memeluk seseorang. Jenis HPV yang menyebabkan ketuat alat kelamin selalunya tidak mengakibatkan kanser, dan berbeza dengan jenis HPV yang menyebabkan pra-kanser atau kanser.

Soalan 11: Jika saya bersentuh dengan orang yang mempunyai ketuat, adakah saya akan mendapat ketuat?

Ketuat memang mempunyai jumlah HPV yang besar yang boleh berjangkit. Maka, terdapat peluang besar anda boleh mendapat ketuat jika anda telah melakukan hubungan seksual dengan seseorang yang mempunyai ketuat alat kelamin. Beberapa vaksin HPV yang tersedia pada masa ini memberi perlindungan daripada jenis HPV yang menyebabkan ketuat alat kelamin. Bincang dengan penyedia jagaan kesihatan anda tentang saringan atau vaksinasi HPV.

Soalan 12: Jika saya bersentuh dengan seseorang yang mempunyai ketuat, bolehkan saya mendapat kanser yang berkait dengan HPV?

Ketuat dan kanser diakibatkan oleh jenis HPV yang berlainan. Sememangnya seseorang boleh dijangkiti melalui HPV yang menyebabkan ketuat dan jenis HPV yang boleh membawa kesan yang lebih serius seperti kanser. Maka, walaupun ketuat secara amnya tidak mengakibatkan kanser, anda masih berisiko mendapatnya. Anda bolehlah berbincang dengan penyedia jagaan kesihatan anda tentang vaksinasi atau menjalani saringan untuk pra-kanser.

Soalan 13: Saya pernah mengidap ketuat di alat kelamin tetapi sekarang sudah sembuh. Adakah ini bermakna saya sudah bebas daripada HPV?

Keadaan anda ini bermakna ada tidak mempunyai jangkitan jenis HPV yang aktif yang menyebabkan ketuat alat kelamin dan berkemungkinan tidak akan menjangkiti pasangan seksual anda. Bagaimanapun, jika anda pernah terdedah kepada jenis HPV yang menyebabkan ketuat alat kelamin, anda juga boleh terdedah kepada jenis HPV yang menyebabkan pra-kanser atau kanser. Anda bolehlah berbincang dengan penyedia jagaan kesihatan anda tentang saringan atau vaksinasi HPV.

Soalan 14: Saya seorang remaja lelaki – perlukah saya tahu tentang HPV?

Ya – anda berisiko HPV dan kanser yang diakibatkannya. HPV boleh menyebabkan ketuat alat kelamin dan kanser dubur, buah zakar dan mulut/tekak dalam kalangan lelaki. Anda boleh juga menyebarkan HPV kepada pasangan seksual anda. Semua vaksin yang tersedia pada masa ini menghalang jangkitan jenis HPV yang menyebabkan kebanyakan kanser yang berkait dengan HPV, dan beberapa vaksin juga melindungi seseorang daripada jenis HPV yang menyebabkan ketuat alat kelamin. Langkah paling penting boleh anda ambil untuk mengelak HPV adalah dengan mendapatkan vaksinasi **sebelum** mengadakan hubungan seks.

Soalan 15: Umur saya lebih daripada 26 tahun - perlukah saya mendapatkan vaksinasi?

Sesetengah orang berumur lebih daripada 26 tahun boleh mendapat manfaat daripada vaksinasi HPV. Sama ada anda perlu mengambil atau tidak perlu mengambil vaksinasi akan bergantung pada beberapa faktor dan dasar vaksinasi tempatan – bincang dengan penyedia jagaan kesihatan anda.

Soalan 16: Saya tidak pernah melakukan hubungan seks – perlukah saya melakukan saringan untuk HPV?

Jika anda tidak pernah melakukan hubungan seks dalam apa-apa bentuk, risiko anda untuk dijangkiti HPV alat kelamin atau dubur adalah rendah, tetapi vaksinasi dan saringan adalah langkah perlindungan yang wajar untuk masa hadapan. Vaksin ini amat berkesan jika diambil sebelum anda melakukan hubungan seks. Bincang dengan penyedia jagaan kesihatan anda.

Soalan 17: Saya telah menjalani saringan dan tidak mempunyai HPV - adakah ini bermakna saya tidak berisiko untuk mendapat kanser yang berkait dengan HPV?

Keadaan anda ini bermakna risiko anda untuk mendapat kanser berkait HPV pada masa hadapan adalah rendah. Bagaimanapun, anda bolehlah meneruskan saringan kanser yang disyorkan dan patuh kepada dasar saringan negara anda. Bincang dengan penyedia jagaan kesihatan anda.

Soalan 18: Adakah kondom dapat menghalang HPV?

Penggunaan kondom secara konsisten boleh mengurangkan (tetapi tidak menghapuskan) risiko jangkitan HPV. Hal ini kerana HPV berjangkit dari sentuhan kulit ke kulit. Kondom hanya melindungi sebahagian daripada kulit pada kawasan alat kelamin

. Penggunaan kondom lebih konsisten mengurangkan risiko penyebaran HPV sebanyak 70%. Kurang konsisten bermakna kurang perlindungan.

Soalan 19: Pasangan saya memberitahu bahawa dia dijangkiti HPV. Adakah ini bermakna saya juga dijangkiti?

Tidak semestinya, tetapi jangkitan HPV lazimnya memberi kesan kepada kedua-dua pasangan dalam tempoh beberapa bulan. HPV secara amnya tidak dapat dilihat dan selalunya tidak menyebabkan apa-apa simptom. Anda dan pasangan anda mungkin dijangkiti HPV tanpa menyedarinya. Dalam beberapa kes, saringan rutin kanser pangkal rahim boleh melibatkan ujian untuk HPV. Jumlah lelaki dan wanita yang mempunyai HPV adalah sama nisbahnya. Tidak ada ujian yang telah diluluskan bagi jangkitan HPV untuk lelaki.

Soalan 20: Saya mengambil pil pencegah kehamilan – adakah ini meningkatkan risiko saya?

Penggunaan pil pencegah kehamilan bagi tempoh yang lama telah didapati akan meningkatkan sedikit risiko kanser pangkal rahim, tetapi hanya jika anda mendapat jangkitan HPV. Kebanyakan bukti untuk hal ini datangnya dari versi kajian pil yang telah lama dibuat. Pil tersedia pada masa ini mempunyai tahap estrogen yang lebih rendah dan risikonya jika ada, pada masa ini tidak ketara. Mempunyai HPV adalah faktor risiko utama untuk kanser pangkal rahim, dan pencegahan terbaik anda ialah vaksinasi bagi mengelak jangkitan HPV dan saringan pra-kanser pangkal rahim. Jangan berhenti mengambil pil sebelum anda berbincang dengan penyedia jagaan kesihatan anda. Bincang dengan penyedia jagaan kesihatan dan jika anda mempunyai sebarang pertanyaan.

Bagi Ibu bapa (Sila ambil maklum bahawa soalan-soalan ini adalah tambahan kepada soalan yang berkaitan secara am yang boleh didapati dalam bahagian Golongan Muda dan Orang Dewasa)

Soalan 21: Adakah vaksin HPV selamat untuk anak saya?

Ya. Semua vaksin yang diluluskan kerajaan telah diuji secara teliti dan bebas. Semua bukti saintifik menunjukkan bahawa vaksin HPV ini amat selamat. Pertubuhan Kesihatan Sedunia (World Health Organization atau “WHO”) dan hampir semua negara di dunia kini mengesyorkan vaksinasi HPV. Dengan ratusan jutaan dos telah diedarkan, tiada kesan sampingan yang signifikan dikenal pasti selain tindak balas sementara di tempat yang disuntik.

Soalan 22: Saya mempunyai anak lelaki – perlukah dia mengambil vaksin untuk HPV?

Ya — tanpa mengira faktor seks atau jantina, kita semua berisiko untuk jangkitan HPV – HPV dipindahkan secara seksual. HPV boleh menyebabkan ketuat alat kelamin dan kanser dubur, buah zakar, dan mulut/tekak. HPV juga mudah berjangkit kepada pasangan seksual. Vaksinasi adalah cara paling berkesan untuk melindungi anak anda daripada ketuat alat kelamin dan kanser berkaitan dengan HPV. Vaksinasi adalah cara paling berkesan apabila diberi sebelum bermulanya aktiviti seksual. Jika anda boleh, pastikan anak anda menerima suntikan vaksin!

Soalan 24: Saya mempunyai anak perempuan – perlukah dia mengambil vaksin untuk HPV?

Ya — tanpa mengira seks atau jantina, kita semua berisiko untuk jangkitan HPV – HPV dipindahkan secara seksual. HPV boleh menyebabkan ketua alat kelamin dan kanser pangkal rahim, vulva, faraj, dubur, dan mulut atau tekak. HPV juga mudah berjangkit kepada pasangan seksual. Vaksinasi adalah cara paling berkesan untuk melindungi anak anda daripada ketuat alat kelamin dan kanser berkaitan dengan HPV. Vaksinasi adalah cara paling berkesan apabila diberi sebelum bermulanya aktiviti seksual. Jika anda boleh, pastikan anak anda menerima suntikan vaksin!

Soalan 25: Saya mempunyai anak lelaki, bolehkan dia membuat saringan untuk kanser dubur, buah zakar, dan mulut?

Risiko berkait dengan HPV sangat rendah untuk mereka di bawah umur 30 tahun. Pada masa ini, tidak ada program saringan rutin untuk lima daripada enam kanser yang berpunca dari HPV. Mendapatkan pemeriksaan yang teliti untuk mulut atau tekak oleh pakar pergigian boleh membantu mengesan kanser atau pra-kanser mulut/tekak. Selain itu, di beberapa lokasi, terdapat penyedia yang membuat saringan untuk kanser dan prakanser dubur. Sebahagian daripada senarai itu ada [di sini](#).

Soalan 26: Perlukah anak perempuan saya membuat saringan?

Kebanyakan negara mempunyai garis panduan tentang kanser pangkal rahim dan garis panduan ini perlu diikuti. Perempuan yang telah divaksin mempunyai risiko yang lebih rendah untuk kanser atau pra-kanser pangkal rahim berbanding perempuan yang tidak divaksin. Vaksinasi untuk anak perempuan anda boleh mengurangkan jumlah saringan dan rawatan perubatan yang berpotensi untuk anak perempuan anda dan mana-mana wanita muda yang anda ambil berat yang mungkin memerlukannya. Walaupun anak perempuan anda telah divaksin, dia masih perlu membuat saringan pangkal rahim, berdasarkan dasar saringan kanser pangkal rahim di tempat anda.

Soalan 27: Bagaimanakah HPV bertukar menjadi kanser?

Sebaik sahaja dijangkiti, sistem imun dalam badan kebanyakan orang boleh mengawal HPV. Jika badan gagal mengawal virus itu, jangkitan berpanjangan boleh mengakibatkan perubahan pra-kanser. Jika dibiarkan tanpa mendapatkan rawatan, beberapa perubahan

ini akan bertukar menjadi kanser dalam satu jangka masa. Saringan dan menerima rawatan pra-kanser dapat mengurangkan dengan banyaknya risiko menjadi kanser.

Soalan 28: Jika saya dijangkiti HPV semasa hamil, adakah ini akan memberi kesan kepada bayi dalam kandungan saya?

HPV tidak mudah merebak daripada ibu kepada bayi dalam kandungan. Dalam keadaan yang luar biasa, bayi yang dilahirkan oleh ibu yang mempunyai ketuat alat kelamin pada masa bersalin boleh dijangkiti virus apabila dilahirkan melalui saluran peranakan. Bayi ini kemudiannya mungkin ditumbuhi ketuat dalam larinks yang mungkin memerlukan rawatan pembedahan. Vaksinasi untuk jenis HPV yang mengakibatkan ketuat alat kelamin banyak mengurangkan risiko jangkitan HPV daripada ibu kepada bayinya.

Soalan 29: Saya hidup dengan HIV – masih bolehkah saya mendapat vaksin HPV?

Ya. Orang yang mengidap HIV (PLWH) akan respon kepada vaksin sama seperti orang yang tidak mengidap HIV. Vaksinasi untuk kumpulan PLWH dan orang lain yang sistem imunnya tertindas sangat disyorkan sehingga umur 26 tahun kerana risiko yang bertambah untuk kanser yang diakibatkan oleh HPV. Beberapa PLWH boleh mendapat manfaat daripada vaksinasi selepas umur 26 tahun, dan anda boleh berbincang dengan penyedia jagaan kesihatan anda.

Untuk Orang Dewasa: Semua Soalan Lazim dalam bahagian ini dimasukkan sama ada dalam soalan am bagi golongan muda atau soalan am bagi ibu bapa.

Update: March 2021

Public Website: AskAboutHPV.org

Website: [International Papillomavirus Society \(IPVS\)](http://InternationalPapillomavirusSociety(IPVS))

Email: hpvday@kenes.com