



Slik kan dere delta i #sjekkdeg-kampanjen

Livmorhalskreft er en kreftform vi langt på vei kan utrydde. Skal vi få til det, må enda flere kvinner mellom 25 og 69 år ta livmorhalsprøve. Vi må spesielt nå de tre av ti som ikke sjekker seg som anbefalt. 190 000 kvinner har ikke sjekket seg på over 10 år.

Spør gjerne kvinnen om hun har tatt livmorhalsprøven, også om hun er hos deg for andre problemstillinger. Tid og trygghet er viktig for å få gjennomført prøven. Snakk om ulike alternativer, som å benytte en annen lege eller ta en HPV-hjemmetest.

Tips for legekantor, helsestasjoner og andre som skal ha sjekketilbud

- Sjekketilbud på helsestasjon eller andre steder bør skje i samarbeid med fastlege. Oppfordre kvinner som har problemer med å ta prøven, til å be om HPV-hjemmetest hos fastlegen. Prøvesvar må følges opp på vanlig måte.
- Ha også en god plan for oppfølging av pasienten ved unormale prøver.
- Sørg for at de som foretar livmorhalsprøven er godt vant med å ta prøven. Poenggivende kurs om hvordan ta gode prøver finnes på Legeforeningens nettside.
- Finn den formen som er mulig hos dere, enten det er drop-in eller timebestilling, dag- eller kveldstid.
- Sjekketilbudet bør rettes mot særlig utsatte grupper, primært dem som aldri har sjekket seg, eller ikke har tatt prøven på minst fem år.
- Sørg for at HPV hjemmetester er tilgjengelig på fastlegekontoret – for noen er det løsningen. Sjekk at testene ikke har gått ut på dato.
- Flere hjemmetester kan bestilles på <https://fhi.andvord.no/livmorhals>

Viktig å få frem i informasjonen om sjekketilbudet

- Når sjekketilbudet skjer, om de må betale egenandel, og at det gjelder livmorhalsprøve, ikke ultralyd.
- At man ikke skal ta prøven ved menstruasjon.
- De som har symptomer som blødninger eller kraftig utflod skal ikke ta livmorhalsprøve, men be fastlegen sin om en utredning.

HPV hjemmetest hos fastleger

Alle fastlegekontor har fått tilsendt HPV-hjemmetester. De fleste tilfeller av livmorhalskreft rammer kvinner som ikke har deltatt som anbefalt i Livmorhalsprogrammet, og de har også mer alvorlig kreft på diagnosetidspunktet. HPV-hjemmetest kan øke deltagelsen.

Testen skal tilbys kvinner som har problemer med gynekologisk undersøkelse:

- aldri tatt livmorhalsprøve eller det er minst 5 år siden sist
- har blitt utsatt for vold eller seksuelt traume
- har ulike fysiske eller psykiske utfordringer
- er omskåret eller har andre utfordringer

Mer informasjon på NEL og hpvhjemmetest.no

Her finnes informasjonsmateriell:

Gjør kampanjen synlig – også for dem som ikke får tatt prøven på sjekkedagen. Informer gjerne på eget venteværelse.

- Last ned eller bestill #sjekkdeg-materiell gratis på kreftforeningen.no/brosjyrer. Noe finnes på flere språk.
- På kampanjesiden kreftforeningen.no/sjekkdeg finnes fakta og ofte stilte spørsmål om livmorhalsprøven.
- Finn nyttig informasjon på Livmorhalsprogrammets side sjekkdeg.no

#sjekkdeg-kampanjen skjer i januar hvert år, men sjekkedager kan arrangeres når det passer dere best. Vi håper at vi sammen kan nå flere av dem som sjelden eller aldri tar livmorhalsprøve.

Tusen takk for viktig innsats!

Kreftforeningen, Kreftregisteret/Livmorhalsprogrammet, Norsk forening for allmennmedisin, Sanitetskvinnene og Gynkreftforeningen står sammen om kampanjen.

SJEKKDEG
KREFTFORENINGEN

