

# UITSTRIJKJE? STEEK JE KOP NIET IN HET ZAND

BAARMOEDERHALSKANKER LIGT ALTIJD OP DE LOER

Op je dertigste krijg je de eerste uitnodiging voor het bevolkingsonderzoek baarmoederhalskanker.

Net als bijna de helft van alle dertigers gooide Viva's Jessica van Zanten (35) de envelop in een la. Nu durft ze eindelijk met de billen bloot.

Ik ben heel goed in excuses verzinnen. Toen ik vijf jaar geleden de envelop met daarop de woorden: 'Bevolkingsonderzoek Midden-West. Voor vroege opsporing van kanker' in de bus kreeg, had ik er dan ook vele paraat om niet naar de huisarts te hoeven gaan voor de bewuste test op baarmoederhalskanker. Ik was net verhuisd, mijn relatie was net uit, mijn ouders net gescheiden. Kortom, een roerige periode waarin ik er niet op zat te wachten om met mijn benen wijd in de beugels te gaan. Niet dat ik me daarvoor schaamde of er bang voor was, maar echt prettig vond ik het idee ook niet. En bovendien: ik was kerngezond, dus waar hadden we het over? Ik legde de envelop met de eerste oproep naast me neer. Gevaarlijke kop-in-het-zand-stekerij? "Ja," zegt gynaecoloog Bram ter Harmsel van ziekenhuis Reinier de Graaf Groep. "Vanaf je dertigste krijg je als vrouw elke vijf jaar tot je zestigste een oproep. **In de groep van dertig procent die geen afspraak maakt voor een uitstrijkje, zit de helft van de baarmoederhalskankergevallen, blijkt uit onderzoek.** Niet komen opdagen vergroot dus wel degelijk het risico op de ziekte." In Nederland krijgen per jaar ongeveer zevenhonderd vrouwen baarmoederhalskanker, daarvan overlijden er tweehonderd. Ter Harmsel: "Veel van die vrouwen gaan naar het ziekenhuis als het te laat is. Baarmoederhalskanker is een ziekte die zich langzaam ontwikkelt, dus als je er vroeg bij bent, is een voorstadium goed te behandelen." >

◀ Alexandra de Jong (42) voelde zich, net als ik, op haar dertigste onsterfelijk. “Mij mankeert toch niks, dacht ik, en ik heb al zeker geen kanker. Dat ik niet zo’n zin had in het onderzoek, kwam ook omdat ik me bij mijn huisarts niet helemaal op m’n gemak voelde. Zo praatte ik voor mezelf goed dat ik niet ging.” Een jaar later vond Alexandra’s vriend de oproep op een stapel papier toen ze hun huis opruimden. Hij overtuigde haar ervan alsnog te gaan. “Ik had er helemaal geen zin in, maar mijn vriend zei: ‘Het is echt stom als je niet gaat en al helemaal als achteraf blijkt dat je wel iets hebt. Het uitstrijkje viel uiteindelijk heel erg mee. **‘Het ziet er keurig rustig uit,’ zei de arts nog. Een paar weken later kreeg ik de uitslag: ik had Pap 3b, een voorstadium van baarmoederhalskanker.**” Alexandra moest twee keer een liscenisatie – een ingreep waarbij de gynaecoloog met een metalen lisje het afwijkende weefsel ‘wegschilt’ – laten doen voordat de onrustige cellen weg waren. “Als de cellen na de tweede keer nog niet weg waren geweest, had er een driehoekje uit mijn baarmoeder gesneden moeten worden. In dat geval had ik lang niet zo makkelijk zwanger kunnen raken. Nu heb ik zonder problemen twee kinderen gekregen. Ik ben zo blij dat ik me

heb laten overtuigen door mijn vriend. Ik moet er niet aan denken wat er had kunnen gebeuren. In het ziekenhuis zeiden ze ook tegen me: baarmoederhalskanker is een soort sluipmoordenaar.” Deze sluipmoordenaar wordt veroorzaakt door het humaan papillomavirus, oftewel het HPV-virus. Bepaalde varianten van dit virus, dat seksueel overdraagbaar is, zijn de oorzaak van vrijwel alle gevallen van baarmoederhalskanker. Op zich is het geen ramp als je in aanraking komt met het virus: meestal ruimt het lichaam het zelf weer op, maar bij ongeveer tien procent van de vrouwen ontwikkelt het zich in ruim tien jaar tot baarmoederhalskanker. De Gezondheidsraad denkt dat het aantal sterfgevallen met tien procent kan verminderen als de opsporing wordt verbeterd en de nadruk komt te liggen op het HPV-virus. De raad bracht daarom afgelopen mei advies ter verbetering hierover uit aan de minister van Volksgezondheid, Edith Schippers. Ook Bram ter Harmsel, die al jaren onderzoek doet naar het HPV-virus, wil dat het virus meer aandacht krijgt: “Nu worden uitstrijkjes gecontroleerd op baarmoederhalskanker door de cellen van de baarmoedermond te onderzoeken, wij pleiten

DE OPROEP-WEIGERAAR:

## ‘MIJ MANKEERT TOCH NIKS, DACHT IK. EN IK HEB AL ZEKER GEEN KANKER’

ervoor te testen op HPV. Deze test is veel gevoeliger en daardoor kunnen we er meer besmette vrouwen in een vroeger stadium uitpikken.”

Als het advies van de Gezondheidsraad wordt overgenomen, wordt Nederland het eerste Westerse land dat overstapt op een HPV-test voor baarmoederhalskankerscreening. Dit kan overigens nog wel twee jaar duren. **Ook zullen er over een paar jaar waarschijnlijk HPV-thuistesten worden gestuurd naar alle vrouwen die niet komen opdagen voor het onderzoek.** Ter Harmsel: “Het is een borsteltje dat je inbrengt in je vagina en een paar keer ronddraait. Dat borsteltje stuur je vervolgens op naar het lab. Als daaruit blijkt dat het virus aanwezig is, moet je alsnog naar de huisarts. Als je het niet hebt, kun je je alsnog laten vaccineren. Overigens kun je deze test nu al online bestellen bij stichting Humacare.” En de grens van dertig naar beneden brengen, waar sommigen voor pleiten, kan dat nog meer gevallen opsporen? Ter Harmsel: “Vooral jongeren die veel wisselende, onveilige contacten hebben, komen in aanraking met HPV. Van de 20- tot 24-jarigen heeft bijvoorbeeld 25 procent het virus. De meesten raken dat ook gewoon weer kwijt. Als je jonger dan dertig gaat testen, zorgt dat voor veel onrust. Daarom ben ik er geen voorstander van de leeftijds grens te verlagen.”

Er zijn ook momenten waarop je niet kunt testen: als je zwanger bent bijvoorbeeld. Ter Harmsel: “Onder invloed van de zwanterhormonen veranderen de cellen van de baarmoeder-

mond en kan de uitslag al snel afwijkend zijn en niet betrouwbaar.” Marianne van der Steen (44) liet zich op haar dertigste netjes testen, maar raakte daarna drie keer achter elkaar zwanger, waarna ze even geen zin meer had in uitstrijkjes. Totdat ze op haar zesentwintigste tussen haar menstruatie door ging vloeien. “Ik liet voor de zekerheid een uitstrijkje maken. De volgende dag belde de huisarts. ‘Het is niet goed. Je hebt Pap 4.’ Ik ben zelf verpleegkundige en had voor de zekerheid al een afspraak gemaakt bij de gynaecoloog. Daar bleek, na nog een onderzoek, dat ik Pap 5 had: in mijn geval baarmoederhalskanker. Vooraf denk je dat je gaat huilen als je zulk nieuws krijgt, maar ik werd juist heel rationeel en wilde stap voor stap weten wat me te wachten stond.”

Er werd een stukje uit Mariannes baarmoedermond gehaald. Na drie maanden moest ze nog een keer onder het mes. En toen het nog niet goed was, moest haar baarmoedermond worden verwijderd. “Ik had bij die operatie een andere arts dan die keren ervoor. Toen ik half uit mijn narcose was, zei ze: ‘Ik kan niets meer voor je doen.’ Weer werd ik heel praktisch. **Ik dacht: mijn jongste is twee, die herinnert zich me later niet, dus ik moet een moeder voor mijn kinderen regelen en een vrouw voor mijn man.**” Na drie dagen werd Marianne door het ziekenhuis gebeld: ze hadden een fout gemaakt. “De arts die me had geopereerd, had niet goed op mijn status gekeken. Ik had een soort brandwonden in mijn baarmoedermond van de vorige operaties. Zij dacht waarschijnlijk dat ze een slagveld aan kanker zag en heeft de operatie direct gestaakt. Ik kreeg duizendmaal excuus aangeboden, behalve van haar.” Na de derde operatie werd uit voorzorg Mariannes baarmoeder verwijderd en was ze kanker-vrij. Twee maanden daarna kwam pas de klap: “Mijn nuchterheid had me erdoorheen geholpen, maar nu kwam mijn gevoel naar boven. Ik was het vertrouwen in mijn lijf even kwijt.” Marianne had tijd nodig om alles te verwerken. Nu ziet ze het positiever in. “Doordat mijn baarmoeder verwijderd is, word ik nooit meer ongesteld. Bovendien zijn uitstrijkjes niet meer nodig bij mij, want er zit niks meer. Ik heb natuurlijk makkelijk praten, want ik heb al drie kinderen. Mijn baarmoeder was overigens schoon, maar als dat niet zo was geweest, had ik waarschijnlijk aan de chemo gemoeten en hadden mijn eierstokken verwijderd moeten worden, waardoor ik direct in de overgang was gekomen. Ik ben blij dat dat me bespaard is gebleven. Als ik vrouwen een advies mag geven, zou ik zeggen: laat gewoon dat uitstrijkje doen, zo erg is het niet.” Alexandra de Jong is het roerend met haar eens: “Tegen alle dertigers in mijn omgeving die twifelen, zeg ik: niet nadenken, ga gewoon. Waarom zou je je leven op het spel zetten?”

Geschrokken van de cijfers en de verhalen ben ik na vijf jaar uitstellen vorige maand dan eindelijk gegaan. **Gek, waar je je van tevoren allemaal druk over maakt: moet ik me scheren down onder of het juist laten groeien? Wat als het er nou raar uitziet daar beneden? Of als het stinkt?** Fris gewassen en geschoren lag ik dus uiteindelijk in de beugels. De eendenbek die verwarmd was onder de warme kraan, voelde even ongemakke-



DE GYNAECOLOOG:

## ‘VAN DE 20- TOT 24-JARIGEN HEEFT 25% HET HPV-VIRUS’

lijk toen ie werd ingebracht, maar toen de assistente met een borsteltje wat cellen van mijn baarmoederhals weghaalde, voelde ik niks. Binnen vijf minuten was het gepiept. “Het ligt er goed voor,” zei de assistente nog. “Ehm, wat ligt er goed voor?” “Je baarmoeder!” Ik voelde een soort trots naar boven borrelen voor mijn baarmoeder. En – heel gek misschien – voor het eerst drong de betekenis van het woord ook echt tot me door: BAARMOEDER. Dat ‘ding’ zit er niet zomaar, het is voor veel vrouwen hun kostbaarste bezit. Een beetje *tender, love and care* zijn dan ook wel op hun plaats. Wat nou gezeur over een uitstrijkje? Vorige week kreeg ik de uitslag: Pap 1. Kortom, zo gezond als een vis. Diepe zucht. ●

KIJK VOOR MEER INFORMATIE OP HUMACARE.NL EN BEVOLKINGSONDERZOEKNAARBAARMOEDERHALSKANKER.NL

### DE CIJFERS

- Jaarlijks krijgen zo’n 700 Nederlandse vrouwen baarmoederhalskanker
- Elk jaar overlijden 200 vrouwen eraan
- 15% van de vrouwen met baarmoederhalskanker is jonger dan 35
- Na de eerste oproep komt 52% van de vrouwen opdagen
- 70% van de risicogroep reageert uiteindelijk op de oproep
- 80% van de Nederlandse vrouwen komt in aanraking met het HPV-virus
- Bij 10% ontwikkelt het virus zicht tot baarmoederhalskanker
- Het virus is seksueel overdraagbaar
- Condooms helpen besmetting grotendeels te voorkomen
- HPV kan ook worden overgedragen met je vingers of met zoenen
- 4% van vrouwen die maagd zijn, raakt toch besmet met HPV

### PAP WAT?

- Je laat een uitstrijkje maken en krijgt deze uitslag. Wat betekent:**
- Pap 0** Het uitstrijkje was niet goed te beoordelen en moet opnieuw gedaan worden.
  - Pap 1** Je bent gezond.
  - Pap 2** Sommige cellen zijn afwijkend, na een halfjaar moet je nog een keer op controle.
  - Pap 3a** Lichtafwijkende cellen, de helft van de vrouwen heeft hiervoor geen behandeling nodig en de meesten een lichte behandeling.
  - Pap 3b** Meer afwijkende cellen dan Pap 3a, meer vrouwen krijgen een lichte behandeling.
  - Pap 4** Meer afwijkende cellen, negentig procent van de vrouwen krijgt een lichte behandeling.
  - Pap 5** Cellen zijn sterk afwijkend en er kan sprake zijn van baarmoederhalskanker. Behandeling door operatie en/of bestraling.