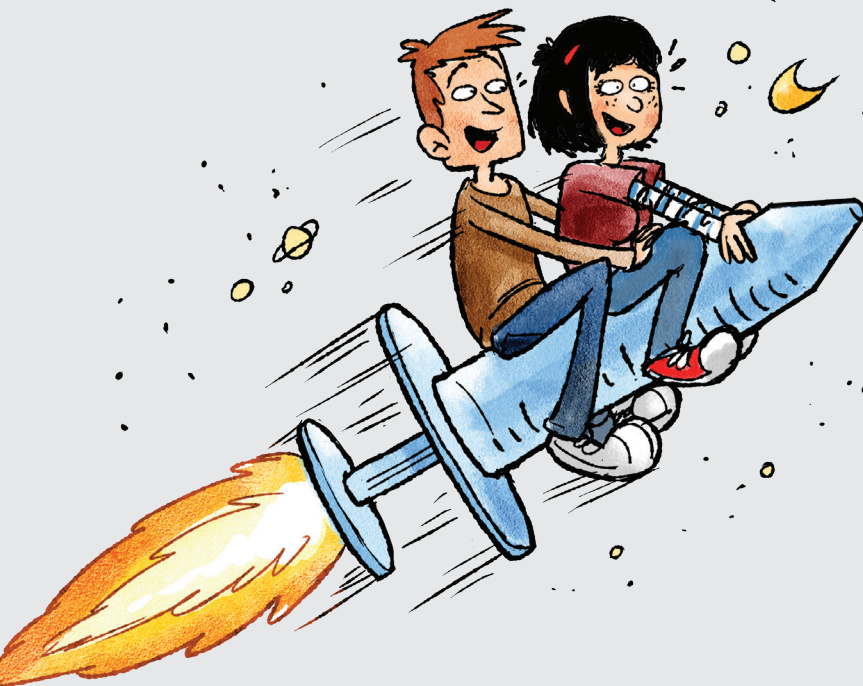


Desa Muck

Ilustriral Matej de Cecco

BLAZNO RESNO O HPV



Blazno resno o HPV

Avtorica:

Desa Muck

Ilustracije:

Matej de Cecco

Urednica:

doc. dr. Urška Ivanuš, dr. med., spec. javnega zdravja

Lektorica:

Barbara Štefančič

Recenzenti:

Denis Baš, dr. med., spec. pediatrije; Miroslava Cajnkar Kac, dr. med., spec. šolske medicine; mag. Amela Duratović Konjević, univ. dipl. kom.; doc. dr. Nina Jančar, dr. med., spec. ginekologije in porodništva; asist. dr. Mojca Juričič, dr. med., spec. šolske medicine in spec. javnega zdravja; prof. dr. Špela Smrkolj, spec. ginekologije in porodništva; Nadja Šinkovec Zorko, dr. med., spec. javnega zdravja; dr. Mitja Vrdelja, univ. dipl. kom.

Idejna zasnova, oblikovanje, prelom:

AV Studio d.o.o.

Izdala in založila:

Zveza slovenskih društev za boj proti raku

Trubarjeva 76 A, 1000 Ljubljana

www.protiraku.si

Brošura je brezplačna.

Natisnila:

Tiskarna Atlantik d.o.o.

Naklada:

30.000 izvodov

Ljubljana, september 2023

www.blaznoresno.si



QR koda
do zvočne knjige



CIP - Kataložni zapis o publikaciji
Narodna in univerzitetna knjižnica, Ljubljana

615.37:578.827

MUCK, Desa

Blazno resno o HPV / Desa Muck ; ilustriral
Matej de Cecco. - Ljubljana : Zveza slovenskih
društev za boj proti raku, 2023

ISBN 978-961-6377-43-0

COBISS.SI-ID 160700419



Vsi, ki držite v rokah tole knjižico, ste zanesljivo dobri starši, sicer tega pisanja ne bi niti vzeli v roke. Vsak od vas želi svojemu otroku le najboljše, najbolj od vsega pa mu želite zdravja. Mnogi med vami že veste, da obstaja človeški oziroma humani papilomavirus (HPV), ki povzroča različne bolezni, tudi raka. Mnogi ste seznanjeni tudi s tem, da obstaja cepljenje proti HPV in ga tudi podpirate. Nekateri pa se zanj ne morete odločiti ali ste celo proti. Nikogar nimamo namena o ničemer prepričevati niti siliti v nekaj, česar ne verjame. Želimo samo, da po tem, kar boste tukaj prebrali, vsaj razmislite o možnosti in prednostih te najučinkovitejše zaščite.

NI TEŽJE NALOGE KOT BITI STARŠ! SAMA GREM RAJŠI V BOCVANO TRENIRAT KROKODILE, DA BI ČUVALI KOZJE MLADIČE, kot da bi še enkrat preživljala vse napore in strese, ki so me doleteli kot mater treh hčera. Priznajmo! Samo silna ljubezen do lastnih otrok včasih pomaga, da preživimo najtežja obdobja. Toda čeprav sem rekla, da bi šla rajši trenirat krokodile – ob vseh čustvih, ki jih še vedno in jih bom do smrti čutila do svojih otrok, pravzaprav vem, da bi šla skozi vse to še enkrat. In še enkrat. In stokrat. Spet bi šla skozi njihove otroške bolezni, ko ti tesnoba in strah odvzameta nekaj let življenja, skozi težave v šoli, prva razočaranja nad svetom, obdobja trme ... da pubertete sploh ne omenjam. Vsi smo potovali skozi občutja nemoči, da ne znamo ali ne zmoremo, in skozi samoizpraševanja o pravilnosti svojih odločitev. Vzgajali smo jih in skrbeli zanje utrujeni, tudi sami bolni, z resnimi problemi v službi ali partnerskem odnosu, kot smo pač vedeli in znali. Sama sem nekatera obdobja kar izbrisala iz spomina, da ne bi imela preveč slabe vesti.



Kot mati sem namreč zaradi pomanjkanja časa, utrujenosti, priznam, da včasih tudi iz udobja, pogosto sprejemala napačne odločitve, in še vedno se moram spoprijemati z njihovimi posledicami.

Moja zelo dobra prijateljica, imenujmo jo Katja, ima hčerko, staro toliko kot moja, recimo ji Pika. Veliko smo se družili, punce so bile kot sestre, ko so bile še majhne ... Pa me nekega dne ta prijateljica pokliče. Pove, da ima njena Pika raka materničnega vratu. Zamrznem.

S prijateljico se takoj dobiva na kavi. Roke se ji tako tresejo, da ji moram jaz stresti sladkor v kavo.

»Veš, kaj me je Pika vprašala, ko je izvedela?« reče in dobi rdeče oči. *»Rekla je, zakaj me nisi cepila proti HPV!? Ja, to me je vprašala...«* Žlička je silovito zašklepetala ob rob skodelice.

Takole je bilo takrat. Z mojo najmlajšo sta bili prva generacija, ki se je že lahko cepila, takrat sicer še samoplačniško. Medlo se spominjam, da mi je tudi naša prinesla iz šole nek pildek z vabilom na cepljenje proti HPV in obrazložitvijo. Samo preletela sem ga.

»Kaj pa je spet to?! Prvič slišim, da se dobi rak od nekakšnega virusa!« sem zagodrnjala ter jo vprašala: *»In? A se boš šla cepit?«*

»Brez veze!« mi reče. *»Sploh ne vem, če se bo šel kdo iz razreda!«*

Ker sem doma gojila pretirano demokratične odnose s hčerami (za kar mi je danes občasno žal), pa tudi zato, ker se mi ni dalo s tem ukvarjati, sem vrgla list v koš in bi tudi takoj pozabila nanj, če



me ne bi že naslednji dan poklicala Katja in mi tudi omenila to nadležno cepljenje.

»*Kaj praviš? Misliš, da je kaj na tem?*« me je vprašala.

»*Ne verjamem! Včasih sploh ni bilo tega ... kaj že ... virusa! HPV?! PHV?! WTF?! Ali nekaj podobnega ...*« odvrnem. »*Naša ne bo šla! Tako ali tako ni obvezno!*«

»*Imaš prav! Potem pa tudi Pika ne bo šla!*« je pritrdila Katja.

In sva še malo pošimfali državo, ki si ves čas nekaj izmišlja, da nam lahko naloži še več dela in finančnih bremen.

Zdaj pa sediva tukaj, v kavarni, blede strmiva druga v drugo in komaj dihava. Preplavi me tak val krivde, da skoraj omedlim. Zakaj nisem? Zakaj nisem?! Zakaj nisem takrat ... Vem, da ona razmišlja isto.

»*Ampak saj takrat nismo še nič vedeli o tem ... vse skupaj je izgledalo pretiravanje, muha enodnevnica ... Kaj ni dovolj, če hodiš redno h ginekologu?! ... Midve tudi obiskujeva presejalni program ZORA,*« sem hitela, a sem vedela, da so to samo izgovori. Precej bedni. Kajti Pika je **IMELA ČISTO ZARES RAKA, IN NE LE ZANEMARJENE LUKNJICE V ZOBU**. Vedela sem ... nisem se dovolj potrudila, da bi izvedela več podatkov o tem virusu! Pravzaprav ... v tistem trenutku še vedno nisem vedela nič.

»*A si slišala, da je spolno prenosljiv?*« me vpraša. To pomeni, da ... Ojoj?! Prav nič prijetno ni lastnih otrok povezovati s seksom.

»*Pa ve, kje ga je dobila? Čakaj ... ima fanta? Mislim ... a imajo fantje tudi lahko ta ... virus?*« vprašam in že vem, da sem ustrelila kozla. Kje bi ga sicer lahko dobila?! »*Mogoče si je od kake okužene kolegice sposodila kopalke?*« se skušam popraviti.



In ja, tudi fantje so prenašalci, pa ne samo to, tudi oni prav tako lahko zbolijo za rakom!



**»Ni važno, od koga in kako je dobila!
In ja, tudi FANTJE SO PRENAŠALCI,
PA NE SAMO TO, TUDI ONI
PRAV TAKO LAHKO ZBOLIJO ZA
RAKOM!«**

**»Kako, saj nimajo materničnega
vratu?!«**

**»Dobijo ga lahko na penisu, v
zadnjiku, ustni votlini ... Ni, da ni!«**

**»Pa ne samo to. Pri moških ga težje
in kasneje odkrijejo, ker nimajo
presejalnega programa,« pove.**

Kmalu zatem me kot po naključju (ki najbrž to ni) pokličejo iz društva za boj proti raku. Začnemo se pogovarjati, da bi koristila kaka brošurica, s katero bi pomagala razsvetliti vas, STARŠE UČENCEV VIŠJIH RAZREDOV OSNOVNIH ŠOL, ŠE POSEBEJ TISTI IZ 6. RAZREDA, da bi se bolje seznanili s prednostmi cepljenja proti HPV. Sprva sem se morala prebiti skozi gore informacij, da bi razsvetlila najprej sebe in ne bi klatila neumnosti in polresnic. Zdaj, ko mi je problematika bolj jasna, želim deliti z vami to, kar sem izvedela od strokovnjakov. S tem vam lahko prihranimo veliko časa. NAJPOMEMBNEJŠE PA JE, da ne boste nekoč, ko vas bo vaš že odrasel in hudo bolan otrok vprašal, zakaj ga niste pripravili do tega, da bi se šel pravočasno cepit, morali odgovoriti tako, kot sva midve s prijateljico: **»Nič nisem vedel o tem!«**

KAJ JE POMEMBNO VEDETI, da se boste lažje odločili?!

KAJ SPLOH JE VIRUS?

Na srečo NI TREBA BITI DOKTOR ZNANOSTI, da razumeš, kako virus deluje. Virus je pač virus. In vsi virusi imajo nekaj skupnega. Na svetu so bili davno pred nami, sploh so po vsej verjetnosti prva živa bitja na svetu. Zadnje teorije vedno bolj potrjujejo možnost, da so prav oni ustvarili življenje na našem planetu, da bi lahko sami preživel. Ne morejo se namreč samostojno razmnoževati. Torej so nemara ustvarili tudi nas. Zelo zelo poenostavljeno, seveda. Ker nas tako dobro poznajo, so najučinkovitejši sovražnik. Takih, človeku nevarnih virusov je trenutno znanih okrog pet tisoč. Ko je izbruhnila korona, me je nekaj časa preganjal občutek, da niso zgolj prva, temveč tudi zadnja oblika življenja na zemlji.

KAJ SMO DOSLEJ DOSEGLI S CEPLJENJEM? ali NAJKRAJŠA MOŽNA ZGODOVINA CEPLJENJA

Najprej se je pojavilo cepljenje proti črnim kozam na Kitajskem in v Indiji v 16. stoletju, lahko pa že prej, celo pred našim štetjem. Preko Turčije je prišlo v Anglijo, kjer so ga izpopolnili. To je pri znanstvenikih vzpodbudilo razmišljanje, da bi lahko preprečili mnogo nalezljivih, smrtnih bolezni in

takih s hudimi posledicami, če bi v naš organizem vnašali oslABLJENE ali s fizikalno-kemičnimi postopki onemogočene mrtve povzročitelje bolezni. Te so pridobivali večinoma iz organizmov živali z isto ali podobno boleznijo. Danes so cepiva večinoma sintetična in izdelana v laboratorijih.

Naslednje revolucionarno cepivo je bilo proti tedaj neobvladljivi steklini, nato proti davici, ki je še po drugi svetovni vojni tudi pri nas pokončala veliko število otrok, proti tuberkulozi, ki je bila neusmiljena do vsakogar, ki jo je dobil, itd. Cepljenje je doslej rešilo milijardo in pol življenj ter povsem izkoreninilo črne koze. To je mogoče doseči le z dobro precepljenostjo prebivalstva. Nekatera cepljenja so obvezna in se nimaš okrog tega kaj izmišljevati, ker so stranski učinki neznatni, hitro izzvenijo in so neprimerljivi s težkimi posledicami za ljudi, če se ne bi cepili.



KAKO SE VEDE VIRUS, KO NALETI NA CEPIVO?

To je videti približno takole: hudobni virus se v želji po preživetju ves srečen pretihotapi v naš organizem (po zraku, s pomočjo telesnih tekočin, s piki žuželk, dotiki itd.). Nalezljivost je eden od najbolj domiselnih trikov, ki jih obvlada. Ko se lopov znajde v naši krvi ali sluznici, zavoha, da so v telesu ostanki njegove žlahte, in si reče: »No, tu nimam več kaj početi! Ta plaža je že zasedena.« Nejevoljno vzdihne in se odpravi iskat novo žrtev. V glavnem gre seveda za to, da ga cepljen organizem uniči.

ZAKAJ SMO TOREJ PROTI CEPLJENJU NA SPLOŠNO?

Zanimivo je, da so vsi argumenti enaki že dvesto let, vse od prvih cepljenj proti črnim kozam. Verjetno sicer zdaj ne mislimo več, da se bomo spremenili v krave, kot so mislili tedaj. Cepivo je bilo namreč izdelano iz virusa kravje bolezn, podobne našim črnim kozam (vacca – krava; vakcina – cepivo). Zato pa nekateri še vedno verjamejo, da bomo po cepljenju prej ali slej vsi pomrli, kar načeloma drži, saj doslej še nisem srečala nesmrtnega človeka, razen če to zares dobro skriva. Skozi vso zgodovino cepljenja se je razvilo nešteto teorij o škodljivosti in nevarnosti cepiv. Nekatere se zdijo logične in jih je obvezno treba preveriti, sploh če smo sumničave sorte. Obstajajo pa tudi take teorije, ki presegajo vse razumne meje. Od tega, da so jih prinesli vesoljci, ki nas želijo iztrebiti, pa do tega, da gre za politično zaroto in nam s cepivi vgradijo čipe, s katerimi nas spremenijo v žive antene, da nas lahko nadzorujejo.

Take teorije so se veselo razpasle med pandemijo korone, saj je pri njihovem širjenju pridno sodeloval internet z nikoli dokazanimi teorijami zarote, podkrepjenimi s fotomontažami ter prirejenimi posnetki. Širili so jih tudi razni samooklicani »strokovnjaki« in celo nekaj zdravnikov iz sicer popolnoma drugih medicinskih vej, ki nimajo zveze z imunologijo, ter celo kak znanstvenik, ki se je kasneje opravičil. Slovenija je med tistimi državami na svetu, ki imajo najvišji odstotek takih prebivalcev, ki doživijo živčni zlom, če jim omeniš cepljenje. Če bi bilo tako pred osemdesetimi leti, bi doslej Slovenci že izumrli. Po svoje seveda razumem. Država in tudi življenje samo s svojimi zahtevami pritiskata na nas z vseh strani in nas stiskata v kot. Ko nato naletimo na možnost upora in lastne izbire, to udejanjimo. Čisto refleksno. Včasih sploh ne razmislimo. Ne moremo. Preveč smo že jezni na ves svet in priznajmo – mnogi ukrepi med pandemijo so bili res taki, kot bi jih sprejemali Butalci na svojih vaških shodih. Zato: **VSAK SE IMA PRAVICO ODLOČATI SAMO O SVOJEM ZDRAVJU, KOT MISLI, DA JE ZANJ NAJBOLJE!**

ZELO VPRAŠLJIVO PA JE, ČE SMEMO BREZ POPOLNIH IN OBJEKTIVNIH INFORMACIJ ODLOČATI O ZDRAVJU SVOJIH OTROK. Ali jim imamo pravico uničiti prihodnost ali celo skrajšati življenje s tem, da se zanašamo zgolj na govornice in internetne teorije zarot? Po epidemiji korone je namreč cepljenje otrok proti virusu HPV, ki je že lepo napredovalo, začelo drastično upadati.

Pri hčerki moje prijateljice Katje so raka materničnega vratu odkrili, še preden bi se usodno razširil, in ji ga izrezali. Toda nočne more v njihovi družini še ni konec. Zdaj trepetamo, ali bo sploh lahko zanosila, in če bo, ali bo tudi donosila in ali morda njen otrok zaradi bolj komplicirane nosečnosti ne bo imel posledic. Ko sem pred tridesetimi leti napisala priročnik **BLAZNO RESNO O SEKSU**, sem to naredila zato, ker takrat o tem ni bilo na voljo dovolj informacij. Danes je težava drugače, saj je v poplavi informacij največji problem **KOMU VERJETI**.



ZATO VAS PROSIMO, NIKAR NE ŽRTVUJTE SVOJIH OTROK NA OLTARJU LASTNIH PREPRIČANJ ALI NEVEDNOSTI!

KAKŠEN JE VIRUS HPV IN KAKO DELUJE

Obstaja okoli dvesto genskih različic virusa HPV, ki povzročajo mnogo vrst različnih bolezni kože in sluznice. Manj nevarni povzročajo različne okužbe spolovil in zadnjika. Na primer genitalne bradavice. Teh vam ne bom opisovala, pa ne zato, ker nimam dovolj besednega zaklada, temveč zato, ker nočem niti pomisliti nanje. Še zdaj me preganjajo slike z interneta, še posebej tistih, ki so se že zelo razživele. Lahko si jih poiščete sami, če

vas zanima. Okužbe se pojavljajo **PRI OBEH SPOLIH!** Hvala bogu – ozdravljivo, toda ker so precej radožive sorte, se znajo dolgo upirati in se trmasto boriti za preživetje.

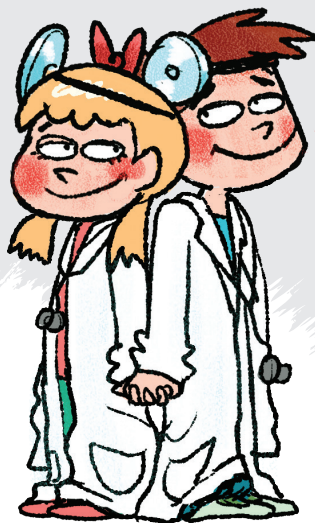
Nevarnejši genotipi virusa HPV pa povzročajo predrakave spremembe in posledično raka. Kot že rečeno na materničnem vratu, lahko pa tudi v nožnici, na zunanjem spolovilu ženske ter **PRI OBEH SPOLIH** v zadnjiku in ustnem delu žrela. Pri fantih se lahko pojavi še rak penisa. Od okužbe z nevarnejšimi genotipi pa do pojava bolezni lahko preteče več let. Celo deset do trideset! V raziskavi pri ženskah v Sloveniji, starih od 20 do 64 let, so odkrili da jih je okrog dve tretjini že bilo okuženih z vsaj enim izmed 15 genotipov HPV.

Torej je za vse vas, vzvišene nad brezvestnimi nemarneži, ki se vdajajo seksu pred poroko ali celo prešuštvujejo, čas za neprijetno novico: HPV dobi skoraj vsak, ki je spolno aktiven tudi na najbolj nedolžne načine.

Dobiš ga namreč lahko ne le z vaginalnimi, analnimi in oralnimi spolnimi odnosi, dovolj je lahko že crkljanje in stiki s kožo genitalnega področja. Lahko se prenese celo med porodom z matere na novorojenčka. Sama sem ga imela zagotovo celo mladost, a sem jo dobro odnesla na virusni loteriji, kajti ta zlodej največkrat izzveni, ne da bi povzročil škodo, že v dveh letih. Ampak, kot rečeno, nimajo vsi te sreče.



**2/3 žensk je že bilo
okuženih z vsaj enim
genotipom HPV**



KAKŠNO JE CEPIVO PROTI HPV IN KAKO DELUJE

Najnovejše cepivo proti HPV, ki je v uporabi tudi pri nas, je devetvalentno. To pomeni, da varuje pred devetimi genotipi HPV. Z njim lahko preprečimo večino genitalnih bradavic, za 90 % zmanjšamo možnost predrakavih sprememb in raka materničnega vratu, varuje pa tudi pred drugimi vrstami raka, ki jih povzročajo najnevarnejši genotipi HPV. Če se cepimo pred prvim spolnim stikom, imamo več kot 95 % možnosti, da se zaščitimo pred vsemi genotipi HPV, ki so vključeni v cepivo. Če se cepimo kasneje, obstaja možnost, da smo že okuženi, in zaščita ni več tako učinkovita.

NEŽELENI UČINKI

So redki, blagi in večinoma ne povzročajo resnih težav.



ZAKAJ JE RAVNO ZDAJ PRAVI ČAS

Recimo, da vas prešine, ko razmišljate o cepljenju svojega dvanajstletnika oziroma dvanajstletnice proti spolno prenosljivemu virusu: **»Zakaj že zdaj?! Saj je še otrok!«**

Pokukate v hčerkino sobo, ošinete njene razstavljene mavrične ponije, pretvarja se sicer, da je roza barva bedna, čeprav je bila še včeraj vsa v roza, zagotovo pa še vedno obožuje risanke. Ona in spolnost?! Kje pa! In naš fant? Še vedno se skrivaj igra z akcijskimi junaki in niti puh mu še ni začel poganjati. Še včeraj je podil avtomobilčke po dnevni, okej, zdaj igra računalniške igrice, ampak zagotovo ga seks niti malo ne zanima, razen če gre za pupke ali pajke.

Oddahnemo si: še vsaj nekaj let smo lahko mirni glede ogabnega spolno prenosljivega virusa! Z nekaj sreče bo naša mularija počakala s seksom, dokler ne bodo imeli svojega stanovanja in bo čas za vnuke. Toda ... ali ste prepričani, da vam otroci čisto vse povedo? Če razmišljajo o seksu ali brskajo po internetu v zvezi z njim ali se pogovarjajo o njem s prijatelji, ste vi čisto zadnji na svetu, ki bi mu to povedali.



Pomislite, ali je kdo od vas pri teh letih pritekel domov in že pred vrati kričal: **»Mama, oče, danes sem se prvič poljubil! Poljubila!« ali celo: »Danes sem izgubil/a nedolžnost!«**

In potem ste odprli šampanjec, povabili še sosede in cela vas je imela piknik.

Časi so se od takrat, ko smo bili mi stari dvanajst let, seveda spremenili. Danes ženske začnejo spolne odnose prej, kot smo začele me, rojevajo pa mnogo kasneje. Naši starši se o tem niso pogovarjali z nami, ta tema je bila mučna, celo sramotna. Pri dvanajstih sem še verjela, da otroci rastejo na grmu, imenovanem dojenčkovec. Toda najkasneje pri trinajstih nas je začel nasprotni spol iznenada silno zanimati in zaredil se je tudi že kak šolski parček. Na šolskih izletih so se v raznih popularnih igrah zgodili prvi poljubi in s tem prvi prenosi tekočin in virusov.

»Ja, okej,« boste rekli. **»Mogoče že malo poleg svojega telesa raziskujejo še kakšno drugo telo ali pa ga bodo kmalu. Toda to še ne bo pravi seks!«**

No, tega ne veste. Pa boste rekli: **»Saj je poučen o varnem seksu. Bo že prišel do kondomov!«** Mhm. Virus preži tudi v ustih in predelih okoli genitalij in morda še kje. In če svojega otroka ne boste celega prevlekli s kondomom, od temena do podplatov, ta ne bo dosti pomagal.

Pri zaščiti pred virusom kondom sicer zmanjša nevarnost okužb in kajpada pomaga tudi to, da smo zvesti in ne menjavamo partnerjev. Toda koliko vpliva bomo imeli v resnici na spolno življenje svojega najstnika, ki nam o tem ne bo povedal nič?! Zagotovo ne veliko.

NAJPOMEMBNEJŠI RAZLOG ZA TAKO ZGODNJE CEPLJENJE JE TUDI IN PREDVSEM TA, DA IMA CEPIVO V ZGODNJI PUBERTETI NAJVEČJI UČINEK IN NUDI NAJVEČJO ZAŠČITO.

Po petnajstem letu, ko se bodo o cepljenju lahko odločali čisto sami, bo že potreben kak odmerek več, in aja, da ne pozabim ... ne nazadnje, po 26. letu tudi za tiste, ki so bili vključeni v program cepljenja, le-to ne bo več zastoj.

Otroci torej danes pri dvanajstih letih vedo o spolnosti dosti več, kot smo vedeli mi, in tudi zahtevajo, da se z njimi o tem odkrito in starosti primerno pogovarjamo že v predšolskem obdobju. To pa ne pomeni, da bi lahko cepljenje vplivalo na prezgodnje spolne odnose ter jih pospešilo, še posebej zato ne, ker je povezano z vzgojo o **VARNI SPOLNOSTI**. Na prezgodnje odnose vplivajo drugi dejavniki v okolju, pa seveda hormoni. Saj veste, eni dozoriijo prej, drugi kasneje. Prav tako cepljenje ne vpliva na rodnost, kar je spet ena od bedastih izmišljotin, ki utegne priti do vas. Na forumih sem namreč zasledila nadvse bistrourmne trditve, da so ženske po cepljenju neplodne. Ker viri niso navedeni, so to zagotovo odkrili tisti znanstveniki, ki živijo v tunelih pod površjem Lune, namesto kože imajo zeljne liste, njihovi možgani tehtajo osemdeset kilogramov ter se ukvarjajo zgolj s škodljivimi posledicami vsakršnega cepljenja. Hvala bogu na našem planetu doslej ni bilo dokazanega niti enega povezanega primera.

KAJ PA ZDAJ

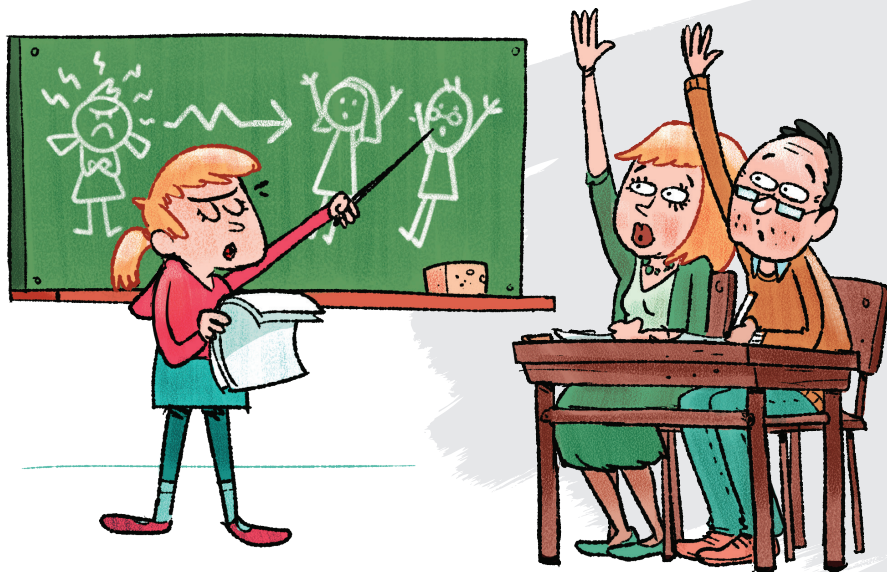
Vse, ki nameravate cepiti svoje otroke proti HPV, pa tudi vas, ki se še niste odločili, in prav tako tiste, ki boste do smrti proti vsem oblikam cepljenja, zagotovo pesti vprašanje: *»Če bom jaz za cepljenje, kako pa bom prepričal svojega otroka, če je on proti!?!«*

Skušajte se spomniti, kakšni bi bili vaši razlogi proti cepljenju v tistih letih. Zagotovo vas je bilo strah injekcije ali pa vam je bila misel nanjo vsaj neprijetna. Poznam odrasle junakinje, predvsem pa junake, ki se onesvestijo že ob pogledu na iglo. Dvanajstletniku seveda ne morete natveziti, da bo samo priletela čebelica in bo dobil pikico, zagotovo pa je že pripravljen na zrel pogovor o injekciji.

Naslednji razlog, zaradi katerega **BO NAJSTNIK PROTI, PA JE, DA SO PROTI TUDI NJEGOVI SOŠOLCI IN PRIJATELJI**. Ta razlog je zelo močan. Pri tem boste potrebovali pomoč šole, ki bo za učence organizirala predavanje o cepljenju in škodi, ki jo povzroča virus, ter osveščeno

pedagoško osebje. Če je razredničarka vašega otroka anticepilsko nastrojena, ne računajte nanjo. Dobro se je povezati tudi z isto mislečimi starši sošolcev in prijateljev. Zagotovo pa je dober znak, da je vaš otrok z virusom že seznanjen ter da se z vrstniki in prijatelji pogovarja o cepljenju, četudi so ti proti.

Zadnji in morda celo najmočnejši razlog pa je slovenska trma, in če je človek še v puberteti, je uporništvu njegovo naravno stanje duha in telesa. In prav je tako, saj začenja ubirati svojo življenjsko pot. **NAROBE PA JE, KADAR SI Z UPORNIŠTVOM ŠKODUJE**, predvsem kadar **ŠKODUJE SVOJEMU ZDRAVJU**. V otrocih uporniških slovenskih staršev že to, da jim nekdo



skuša vsiliti svoje prepričanje, sproži obrambno držo in negativen odnos. Potem imate kot sogovornik skoraj ničelne možnosti, da si premisli. Spet malo razmišljajte o sebi v puberteti, pa tudi o sebi, kakršni ste zdaj. Namesto siljenja in ukazovanja, kar lahko razumejo kot vašo nemoč in neznanje, bi bilo bolje ponuditi pogovor. S tem jim boste dali vedeti, da upoštevate njihovo mnenje in jih resno jemljete. Vprašajte! Kaj že vedo o virusu in

cepljenju? Kaj menijo o tem? Zakaj? Kakšni so njihovi argumenti proti? Ko povejo vse, kar jim o tej temi leži na duši, jih vprašajte, če zdaj lahko vi poveste svoje mnenje. Bodite kratki, ne pasti v neskončno predavanje in vsevedno držo. Ne ukazujte brez argumentov (ker sem jaz tako rekel), ker jih to prisili v laganje, ne izsiljujte (žalostna bom in druge mame me bodo zaničevale). Umirjeno predstavite dejstva, ne več kot v treh minutah, nato vprašajte, **ČE PO TEM, KAR STE MU POVEDALI, RAZMIŠLJA KAKO DRUGAČE**. Tudi če ne, mu s takim načinom niste vzbudili odpora in bo verjetno vsaj tuhtal o tem. Zelo bodo pomagale tudi resnične zgodbe ljudi, ki se niso cepili, pa so hudo zboleli. Kot je recimo zgodba moje prijateljice in njene hčerke, in nikar ne pozabimo, lahko bi bil tudi sin! Mene se je na primer zelo dotaknilo, ko sem na nekem predavanju slišala reči izkušeno zdravnico: »*Nikoli ne bom pozabila, kako težko mi je bilo, ko sem pred*



***Bodite kratki, ne
pasti v neskončno
predavanje in
vsevedno držo.***



avnimi leti hodila lajšat bolečine zelo mladi pacientki, ki je umirala za posledicami raka materničnega vratu. Takrat o HPV in cepivu nismo vedeli še nič. In ko se je cepivo končno pojavilo, sem si prisegla, da na mojem območju zaradi virusa HPV ne bo umrl več nihče!« Izpolnila je svojo obljubo. Tako se je zavzela, da je danes na območju, kjer deluje, precepljenost med najvišjimi v Sloveniji.

Kakorkoli, na koncu so vaši otroci mladoletni in **še vedno ste vi tisti, ki odločate o njihovem zdravju**. Ne moremo preložiti odgovornosti na svoje otroke, ki so sicer bistri, a brez življenjskih izkušenj, ker prav tako, kot ima cepivo večji učinek pri mlajših od petnajst let, tako jih bodo imele tudi vaše razlage in pojasnila.

PA VSO SREČO VAM IN VAŠIM POTOMCEM!





»Knjižica kar sama vabi k branju, saj blazno resne informacije o HPV podaja na zabaven in razumljiv način. Cepljenje proti HPV resnično rešuje življenja.«

doc. dr. Urška Ivanuš, dr. med., spec. javnega zdravja, predsednica Zveze slovenskih društev za boj proti raku in vodja Državnega programa ZORA, Onkološki inštitut Ljubljana

»S to brošuro pomanjkanje informacij ne more več biti izgovor, da svojih otrok ne zaščitimo pred okužbo s HPV. Ker na svetu niso samo zviti gležnji, otroški prehladi ali obtolčena kolena.«

Tadeja Kahrmanovič, mama

»Vrhunsko napisano. Znanstvena dejstva o resnih posledicah zelo nevarnega virusa HPV so predstavljena navihano in zanimivo.«

Denis Baš, dr. med., spec. pediatrije, predsednik Sekcije za primarno pediatrijo pri Slovenskem zdravniškem društvu

»Kot hipohonder sem zagotovo prebolel vse bolezni tega sveta, tudi raka na materničnem vratu. Zato podpiram cepljenje proti virusu HPV, saj zaupam in verjamem znanosti, medicini ... skratka ljudem, ki se na to res spoznajo.«

Tilen Artač, humorist in glasbenik



ZVEZA SLOVENSКИH DRUŠTEV
ZA BOJ PROTI RAKU

www.blaznoresno.si