

BESCHERMEN TEGEN HPV?



**ONTDEK IN DEZE BROCHURE
HOE JE JEZELF KUNT BESCHERMEN
TEGEN HPV-INFECTIES EN
HPV-GERELATEERDE ZIEKTES**

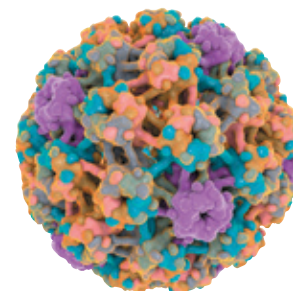
**SAMEN
TEGEN
HPV.**

INHOUDSOPGAVE

1. Wat is HPV?	3
2. Hoe krijg je HPV?	4
Komt HPV veel voor?	4
Wat merk je van een HPV-besmetting?	4
3. Gevolgen van HPV	5
HPV en baarmoederhalskanker	6
Bevolkingsonderzoek baarmoederhalskanker	6
Zelfafnametest	7
HPV en andere vormen van kanker	7
HPV en genitale wratten	7
4. Feiten en cijfers	8
Genitale wratten	8
HPV-gerelateerde kankers	9
5. Kun je HPV voorkomen?	10
Vaccinatie tegen HPV	10
Screening/bevolkingsonderzoek baarmoederhalskanker	10
Condoms	11
Leeftijd en locaties HPV-vaccinatie	11
6. Veelgestelde vragen over HPV en HPV-vaccinatie	12
Bronnen	15

HPV STAAT VOOR HUMAAN PAPILLOMAVIRUS

NL-NON-01737



WAT IS HPV?

HPV is de afkorting van **humaan papillomavirus**.

HPV is een heel besmettelijk virus waar meer dan 100 verschillende typen van bestaan. De meeste van die HPV-typen zijn onschuldig. Toch zijn er ook hoog-risico HPV-typen zoals 16 en 18 die minder onschuldig zijn en zelfs bepaalde vormen van kanker kunnen veroorzaken.¹⁻³

Hoe dat precies zit en en hoe je jezelf tegen HPV kunt beschermen, lees je in deze folder.

De meeste HPV-typen zijn onschuldig, maar een aantal niet

NL-NON-01737

HOE KRIJG JE HPV?

HPV kan de cellen in je baarmoederhals, de cellen rondom de geslachtsorganen of mond- en keelholte besmetten. Je kunt het krijgen door seks met iemand die besmet is. Vaginale, anale en orale seks zijn allemaal manieren waardoor je HPV kunt krijgen of doorgeven. Ook kan het door huid-op-huidcontact worden overgebracht. HPV is heel besmettelijk en kan erg makkelijk van de een op de ander worden overgedragen. Een condoom verkleint de kans dat je HPV krijgt. Toch kun je nog steeds besmet worden als het virus aan je vingers of mond komt.^{1,4-6}

Komt HPV veel voor?

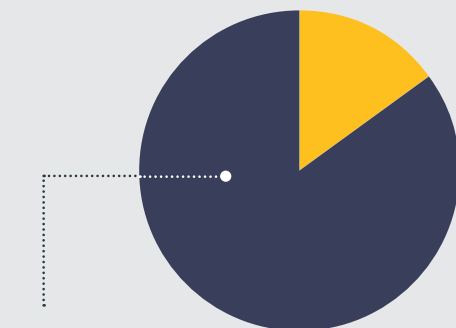
HPV komt heel veel voor. Ongeveer 80% van alle mannen en vrouwen in Nederland die seksueel actief zijn, raakt ooit een keer besmet met HPV.¹

Wat merk je van een HPV-besmetting?

Als je besmet bent met HPV, merk je daar meestal niets van. In de meeste gevallen ruimt het lichaam de HPV-infectie binnen 2 jaar weer zelf op. In sommige gevallen kan het lichaam de HPV-infectie niet opruimen. Het virus blijft dan achter in de cellen en er kunnen afwijkende cellen ontstaan.⁷

HPV is zeer besmettelijk en kan door seks en huid-op-huidcontact worden overgedragen

WELKE KANS HEB JE OM OOI HPV TE KRIJGEN?



80%

Ongeveer 80% van alle mannen en vrouwen in Nederland die seksueel actief zijn, raakt ooit een keer besmet met HPV.¹

NL-NON-01737

GEVOLGEN VAN HPV

Als je HPV niet kwijtraakt en het virus in je lichaam blijft, kan dat vroeg of laat problemen geven. Wat dat zal zijn, hangt af van het HPV-type. Zo kan iemand met laag-risico HPV-typen genitale wratten krijgen, terwijl hoog-risico HPV-typen bepaalde vormen van kanker kunnen veroorzaken.⁸ De meest voorkomende vorm van kanker door HPV is baarmoederhalskanker.⁴

Daarnaast komen er ook andere vormen voor, waaronder kanker aan de mond- en keelholte, kanker aan de vagina, kanker aan de schaamlippen, anus kanker en peniskanker.³ (zie 'HPV en andere vormen van kanker' op pagina 7).

HPV KAN
GENITALE WRATTEN
EN BEPAALDE
VORMEN
VAN KANKER
VEROORZAKEN



Ca. 80% van de seksueel actieve mannen en vrouwen wordt ooit besmet met HPV

NL-NON-01737

HPV en baarmoederhalskanker

Er zijn zo'n 12 hoog-risico HPV-typen bekend die baarmoederhalskanker (en andere HPV-gerelateerde kankers) kunnen veroorzaken.⁸ Dat gebeurt niet meteen nadat je met HPV besmet bent geraakt, maar gaat geleidelijk. HPV dat niet door het lichaam wordt opgeruimd, kan in de cellen van de baarmoedermond gaan zitten. Daardoor kunnen er afwijkingen in de cellen ontstaan. Je lichaam kan HPV en de licht tot matig afwijkende cellen binnen 2 jaar vaak zelf nog

opruimen. Gebeurt dat niet, dan kunnen deze afwijkende cellen zich ontwikkelen tot voorlopers van kanker. Na ongeveer 15 jaar kan er op deze manier baarmoederhalskanker ontstaan.^{1,9}

Minder dan 1% van de vrouwen met een HPV-infectie krijgt uiteindelijk baarmoederhalskanker.¹ Je kunt de kans hierop aanzienlijk verkleinen met onder andere een HPV-vaccinatie. (zie 'Kan ik HPV voorkomen?' op pag. 10).¹⁰

Bevolkingsonderzoek baarmoederhalskanker

Als je besmet bent met HPV en afwijkende cellen in je baarmoederhals ontstaan, merk je daar meestal niks van.¹

Daarom worden alle vrouwen tussen de 30 en de 60 jaar uitgenodigd om mee te doen aan het bevolkingsonderzoek baarmoederhalskanker. Er wordt dan een uitstrijkje gemaakt van de baarmoederhals (dat wil zeggen dat er

met een spateltje cellen worden verzameld) dat in het laboratorium onderzocht wordt.

Op die manier kunnen voorstadia van baarmoederhalskanker vroeg worden opgespoord en behandeld. Hierdoor kan baarmoederhalskanker worden voorkomen.¹¹

Zelfafnametest

Vind je het vervelend om bij de huisartsenpraktijk een uitstrijkje te laten maken? En is dit voor jou een reden om niet mee te doen met het bevolkingsonderzoek? Vraag dan de zelfafnameset aan. Met de zelfafnameset kun je zelf vaginaal materiaal afnemen. Het laboratorium test dit op HPV.¹³

HPV en andere vormen van kanker

HPV kan (op lange termijn) ook andere kankers veroorzaken. Denk aan kanker aan de anus, keel, mond, penis, vagina en

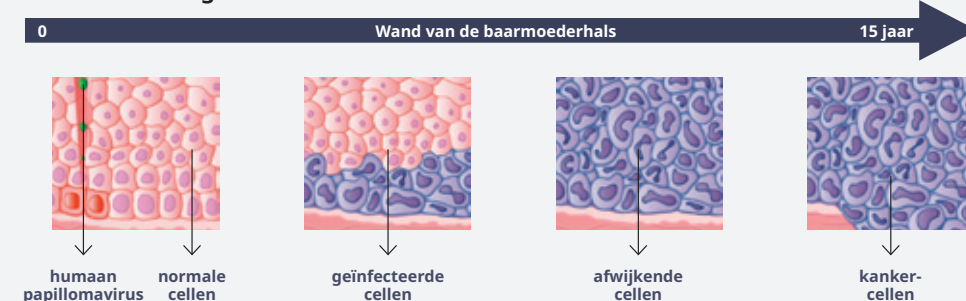
vulva.³ Dit kan klachten geven zoals een branderig gevoel, bloedingen, pijn en afwijkingen.¹

HPV en genitale wratten

Laag-risico HPV-typen (type 6 en 11) kunnen genitale wratten bij mannen en vrouwen veroorzaken. Genitale wratten zijn een seksueel overdraagbare aandoening (SOA) en ongeveer 90% van de gevallen ontstaat door HPV.⁴ Huisartsen in Nederland stelden in 2021 naar schatting in 46.494 gevallen de diagnose genitale wratten. 58% van de diagnoses betrof mannen.¹⁴

In 2021 werd bij
6.246
personen in Nederland
een voorstadium van
baarmoederhalskanker
gevonden.¹²

De ontwikkeling van baarmoederhalskanker¹



FEITEN EN CIJFERS

Genitale wratten

Je kunt genitale wratten onder andere krijgen van (vaginale, anale of orale) seks met iemand die genitale wratten heeft of besmet is met een HPV-type dat genitale wratten veroorzaakt. Je kunt ook besmet worden door de genitale wratten van iemand anders aan te raken, of bijvoorbeeld dezelfde handdoek te gebruiken.⁵

Genitale wratten komen voor op en rond de penis, vagina of anus. Het zijn er vaak meer bij elkaar, kunnen er als een bloemkool uitzien en zijn rozerood of grijswit.¹⁴ Genitale wratten kunnen klachten zoals jeuk, pijn of een branderig gevoel geven. Ze kunnen vanzelf weer verdwijnen maar dit kan lang duren. Omdat genitale wratten meestal

“Er zijn nog behoorlijk wat misverstanden over HPV, en het zou goed zijn als die uit de weg worden geruimd.”

Coco (35)

door HPV veroorzaakt worden en het virus in je lichaam kan blijven, kunnen ze weer terugkomen. Genitale wratten kunnen worden behandeld met bepaalde crèmes. Als dit niet werkt, kan de arts de wratten aanstippen, wegbranden of wegsnijden. Na behandeling kunnen de wratten soms weer terugkomen. Je kunt dan naar de arts voor een nieuwe behandeling.^{14,18}



NL-NON-01737

HPV-gerelateerde kankers

Er zijn verschillende soorten HPV-gerelateerde kanker die zowel bij mannen als vrouwen kunnen voorkomen.

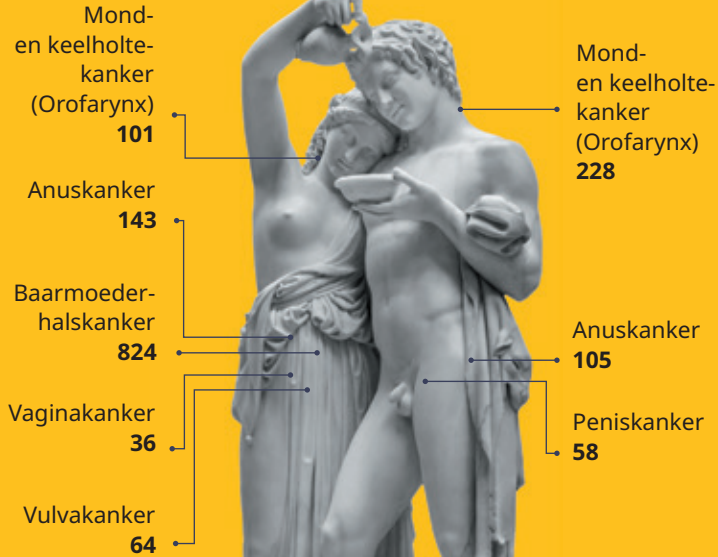
De meest voorkomende vorm van HPV-gerelateerde kanker bij vrouwen is baarmoederhalskanker. De ziekte treft vooral jonge vrouwen: in Nederland is dit de derde meest voorkomende vorm van kanker bij vrouwen tussen de 15 en 44 jaar.

HPV kan echter ook andere vormen van kanker veroorzaken zoals kanker van de keel- en mondholte, de vagina, de anus en de penis.¹⁵

“Als je klachten hebt of een gevoel dat er ‘iets’ is, laat het dan alsjeblieft checken. Dan ben je er zeker op tijd bij.”

Shaun (34)

Geschat aantal per jaar door HPV veroorzaakte kankergevallen in Nederland^{16,17*}



*Berekening o.b.v. gemiddelde 2016-2020

NL-NON-01737

KUN JE HPV VOORKOMEN?

HPV komt heel veel voor en is erg besmettelijk. HPV-vaccinatie kan je helpen beschermen tegen bepaalde vormen van kanker die door HPV worden veroorzaakt.¹⁰

Vaccinatie tegen HPV

In Nederland is HPV-vaccinatie opgenomen in het Rijksvaccinatieprogramma. Voorheen kregen alleen meisjes in het jaar dat ze 13 werden een oproep voor vaccinatie. Ook jongens kunnen HPV krijgen én overdragen. Daarom is besloten dat vanaf 2022 jongens en meisjes in het jaar dat ze 10 worden een oproep krijgen voor gratis HPV-vaccinatie.



Stoppen met roken

Roken beschadigt o.a. je cellen waardoor je immuunsysteem minder goed werkt. Hierdoor kan je lichaam het virus minder goed opruimen. Stoppen met roken verkleint daarom de kans op een HPV-infectie.¹

De HPV-vaccinatie die in 2022 is opgenomen in het Rijksvaccinatieprogramma bestaat uit twee inentingen waar een half jaar tussen zit.¹⁹

Screening/bevolkingsonderzoek baarmoederhalskanker

Alle vrouwen tussen de 30 en de 60 jaar worden uitgenodigd om mee te doen aan het bevolkingsonderzoek baarmoederhalskanker. Met dit programma kunnen voorstadia van deze kankersoort vroeg worden ontdekt. Hierdoor is de kwaadaardigheid meestal nog niet vergevorderd en kan behandeling in een vroeger stadium ingezet worden waardoor deze effectiever is.¹¹

NL-NON-01737

HPV kan verschillende soorten kanker en genitale wratten veroorzaken

Condoms

Door tijdens seks een condoom te gebruiken verklein je de kans op genitale wratten. Toch beschermt een condoom je niet voor de volle 100%. Het virus kan al overgedragen worden als je in contact komt met de huid rondom de geslachtsdelen van iemand die het virus bij zich draagt. Raak de wratjes dus zeker niet aan. Ook kun je besmet worden met HPV door dezelfde handdoek te gebruiken als iemand met genitale wratten. Je kunt genitale wratten ook voorkomen door je te laten vaccineren.^{2,7}

Leeftijd en locaties HPV-vaccinatie

Jongeren tot en met 26 jaar die de vaccinatie nog niet hebben gehad, konden in 2022 en 2023 een HPV-vaccinatie kosteloos ontvangen via het Rijksvaccinatieprogramma.

Ben je geboren in 1996 t/m 2003 en heb je de 1^e prik gehaald in 2023? Dan kan je tot 1 juni 2024 je vaccinatieserie gratis afmaken.

Andere leeftijd? Iedereen kan zich buiten dit programma op eigen kosten alsnog laten vaccineren tegen HPV. Dit kan op meerdere locaties. Je kan hiervoor terecht bij je huisarts en de GGD, maar ook bij een privékliniek of een vaccinatiecentrum.²⁰

HPV-vaccinatie kan helpen beschermen tegen HPV-infectie



NL-NON-01737

VEELGESTELDE VRAGEN OVER HPV EN HPV-VACCINATIE

Kun je besmet raken met HPV als je maar één keer in je leven seks hebt gehad?

Ja, dat kan. HPV is ontzettend besmettelijk. Je hebt 50% kans op HPV-besmetting als je 1x seks zonder condoom hebt gehad met iemand die HPV heeft.⁷

Kun je HPV krijgen als je niet 'all the way' gaat met seks?

Ja, dat kan. Het HPV virus is ontzettend besmettelijk. Het kan door lichaamscontact voor en tijdens de seks worden overgebracht. Je kunt het virus ook oplopen of verspreiden via je handen.^{3,7}

Heeft vaccineren op latere leeftijd nog nut?

Ook op latere leeftijd, wanneer je seksueel actief bent of al een HPV-infectie hebt gehad, kan vaccinatie je beschermen tegen HPV. Het is namelijk onwaarschijnlijk dat alle HPV-typen al een keer opgelopen zijn. Daarnaast kan het vaccin tegelijkertijd bescherming bieden tegen de andere HPV-typen in het vaccin. Vaccinatie kan een bestaande HPV-infectie niet behandelen, het is bedoeld om aandoeningen te voorkomen.^{20, 21}

Kun je seks hebben als je genitale wratten hebt gekregen?

Genitale wratten zijn besmettelijk, maar niet gevaarlijk. Je kunt ze doorgeven via seksueel contact. Het is daarom aan te raden om een condoom te gebruiken. Condooms verkleinen de kans op het doorgeven van genitale wratten, maar ze beschermen niet voor de volle 100%. Je kunt genitale wratten ook via je vingers krijgen of doorgeven.¹⁸

Is HPV-infectie altijd de oorzaak van baarmoederhalskanker?

In meer dan 99% van de gevallen wordt baarmoederhalskanker door een infectie met HPV veroorzaakt.²²

NL-NON-01737

Kun je HPV krijgen als je spullen zoals een handdoek deelt?

Ja, dat kan. HPV is heel erg besmettelijk en wordt dus makkelijk overgedragen, ook via gebruik van dezelfde spullen die met je huid, geslachtsdelen of slijmvliezen in aanraking komen.⁵

Wat kost HPV-vaccinatie?

Alle jongens en meisjes krijgen in het jaar dat ze 10 worden een oproep voor HPV-vaccinatie. Zij vallen binnen het Rijksvaccinatieprogramma van 2022 en voor hen is HPV-vaccinatie gratis.¹⁹ Val je buiten deze leeftijdsgroep en wil je je laten vaccineren, dan kan dit in rekening worden gebracht door je huisarts of de GGD die de vaccinatie geeft.

De kosten kunnen variëren afhankelijk van de aanbieder. Je zou kunnen checken of je ziektekostenverzekering dit misschien vergoedt.³

Hoeveel inentingen krijg je als je je laat vaccineren tegen HPV?

Iedereen die zich binnen het Rijksvaccinatieprogramma laat vaccineren krijgt twee vaccinaties.²

Heeft HPV-vaccinatie bijwerkingen?

Zoals elk geneesmiddel kan ook een vaccin bijwerkingen hebben, al krijgt niet iedereen daarmee te maken. Je kunt op de prikplek last krijgen van pijn, jeuk, rode huid of zwelling. Ook

kun je klachten krijgen zoals hoofdpijn, koorts, duizeligheid, vermoeidheid of misselijkheid. Deze bijwerkingen zijn meestal mild en gaan vanzelf over.²⁰

Wat is de effectiviteit van HPV-vaccinaties?

HPV-vaccinaties zijn 90-100% effectief tegen een infectie met de HPV-typen die in een vaccin zitten. Alle beschikbare vaccins beschermen tegen de meest voorkomende hoog-risico HPV-typen die kanker kunnen veroorzaken. Sommige vaccins beschermen ook tegen laag risico HPV-typen die o.a. genitale wratten kunnen veroorzaken.²⁴



NL-NON-01737

HPV-vaccinatie kan helpen beschermen tegen HPV-infectie en bepaalde door HPV veroorzaakte vormen van kanker

In HPV-vaccinatie zit toch virus? Krijg je er dan niet juist HPV van?

In een HPV-vaccin zitten onschadelijk gemaakte deeltjes van HPV-typen. Dat is nodig, omdat je lichaam door deze onschadelijke stukjes juist antistoffen gaat maken tegen ‘echte’ HPV-typen. Van HPV-vaccinatie word je dus niet ziek; het kan juist beschermen tegen HPV.²³

Wanneer mag je niet tegen HPV gevaccineerd worden?

Als je koorts hebt (38,5°C of meer), je jezelf te ziek voelt om naar buiten te gaan, zwanger bent of door ziekte of medicijnen een ernstige stoornis van je afweersysteem hebt, kun je op dat moment beter geen HPV-vaccinatie halen.²³

Is er al ervaring met HPV-vaccinatie in andere landen?

Ook in andere landen is er veel ervaring met vaccineren tegen HPV. In 2019 was HPV-vaccinatie in 100 landen opgenomen in het nationale vaccinatieprogramma. In steeds meer landen worden ook jongens gevaccineerd vanuit het vaccinatieprogramma, zoals nu al het geval is in Engeland, Ierland, Noorwegen, Oostenrijk, Australië en Canada.²³



**JE KUNT DIT - EN ANDERE VRAGEN HIEROVER -
NATUURLIJK ALTIJD OVERLEGGEN MET JE ARTS!**



NL-NON-01737

BRONNEN (geraadpleegd tussen 24 maart 2021 en 19 januari 2024)

1. RIVM. HPV (humaan papillomavirus). Beschikbaar via <https://www.rivm.nl/bevolkingsonderzoek-baarmoederhalskanker/baarmoederhalskanker-hpv>
2. RIVM. HPV-vaccinatie buiten het Rijksvaccinatieprogramma. Beschikbaar via <https://www.rivm.nl/hpv-humaan-papillomavirus/hpv-vaccinatie>
3. RIVM. HPV-kanker en vaccineren. Beschikbaar via <https://rijksvaccinatieprogramma.nl/infectieziekten/HPV-kanker>
4. RIVM. HPV. Beschikbaar via <https://www.rivm.nl/hpv-humaan-papillomavirus/hpv>
5. Soa Aids Nederland. HPV. Beschikbaar via <https://www.soa aids.nl/nl/alle-soas/hpv/>
6. Soa Aids Nederland. Condooms. Beschikbaar via <https://www.soa aids.nl/nl/voorkom-soas/condooms>
7. RIVM. HPV en veelgestelde vragen. Beschikbaar via <https://www.rivm.nl/bevolkingsonderzoek-baarmoederhalskanker/baarmoederhalskanker-hpv/hpv>
8. NHG. Beschikbaar via <https://www.nhg.org/praktijkvoering/bevolkingsonderzoeken/bevolkingsonderzoek-baarmoederhalskanker/preventie-van-baarmoederhalskanker-in-nederland/>
9. RIVM. Veelgestelde vragen over baarmoederhalskanker. Beschikbaar via <https://www.rivm.nl/bevolkingsonderzoek-baarmoederhalskanker/baarmoederhalskanker-hpv/baarmoederhalskanker>
10. RIVM. Bereidheid HPV. Beschikbaar via <https://www.rivm.nl/vaccinonderzoek/bereidheidhpv>
11. RIVM. Baarmoederhalskanker. Beschikbaar via <https://www.rivm.nl/en/node/55251>
12. RIVM. Monitor Bevolkingsonderzoek Baarmoederhalskanker 2021. Beschikbaar via <https://www.rivm.nl/documenten/monitor-bevolkingsonderzoek-baarmoederhalskanker-2021>
13. RIVM. Zelfafnameset. Beschikbaar via <https://www.rivm.nl/bevolkingsonderzoek-baarmoederhalskanker/zelfafnameset>
14. RIVM. Genitale wratten. Beschikbaar via <https://www.rivm.nl/onderwerpen/genitale-wratten>
15. ICO/IARC Information Centre on HPV and Cancer. Human Papillomavirus and Related Cancers, Fact Sheet 2023 (2023-03-10)
16. RIVM. Feiten en cijfers. Beschikbaar via <https://www.rivm.nl/hpv-humaan-papillomavirus/feiten-en-cijfers>
17. IKNL. Cijfers op maat. Beschikbaar via <https://iknl.nl/nkr/cijfers-op-maat>
18. Soa Aids Nederland. 12x de waarheid over genitale wratten. Beschikbaar via <https://www.soa aids.nl/nl/alle-soas/genitale-wratten/12-x-waarheid-over-genitale-wratten>
19. RIVM. Brochure Bescherming tegen HPV voor jongens en meisjes. Beschikbaar via <https://rijksvaccinatieprogramma.nl/documenten/brochure-bescherming-tegen-hpv-voor-jongens-en-meisjes>
20. RIVM. Vaccineren tegen HPV-kanker. Beschikbaar via <https://rijksvaccinatieprogramma.nl/vaccinaties/hpv>
21. LCI. HPV-vaccinatie. Beschikbaar via <https://lci.rivm.nl/richtlijnen/hpv-vaccinatie>
22. RIVM. Humorale immunrespons na HPV-infectie en -vaccinatie. Beschikbaar via <https://www.rivm.nl/humorale-immunrespons-na-hpv-infectie-en-vaccinatie>
23. RIVM. Vragen en antwoorden HPV-vaccinatie. Beschikbaar via <https://www.rivm.nl/hpv-humaan-papillomavirus/vaccinatie-hpv/vragen-en-antwoorden>
24. RIVM. Bijsluiters HPV-vaccins. Beschikbaar via <https://www.rivm.nl/hpv-humaan-papillomavirus/vaccinatie-hpv/bijsluiters-hpv-vaccins>

NL-NON-01737

SamentegenHPV.nl

Wil je meer weten over HPV,
bescherming tegen HPV
en waar je terecht kunt?
Scan deze QR-code en bezoek
de website voor meer informatie.

