

MIT KELL TUDNOM A NÉPEGÉSZSÉGÜGYI CÉLÚ SZŰRŐVIZS- GÁLATOKRÓL?

GYAKRAN ISMÉTELT KÉRDÉSEK A
SZERVEZETT SZŰRŐVIZSGÁLATOKRÓL



A kiadvány a
Nemzeti Népegészségügyi Központ
„Komplex népegészségügyi szűrések”
EFOP-1.8.1-VEKOP-15-2016-00001
kiemelt projekt keretében készült.



A projekt a Széchenyi 2020 program keretében valósul meg.



Komplex Népegészségügyi Szűrések
EFOP-1.8.1-VEKOP-15-2016-00001



NEMZETI
NÉPEGÉSZSÉGÜGYI
KÖZPONT

Nemzeti Népegészségügyi Központ

Budapest

2022

Az elmúlt évtizedekben a daganatos megbetegedések száma a világ valamennyi fejlett országában jelentősen emelkedett. A többi fejlett országhoz hasonlóan a legnagyobb népegészségügyi kihívást hazánkban is a krónikus nem-fertőző betegségek jelentik. A rosszindulatú daganatos betegségek Magyarországon is különösen súlyos népegészségügyi problémát jelentenek, az összes haláleset közel egynegyedét okozzák, a szív-érrendszeri halálozást követően a második leggyakoribb haláloknak számítanak, jóllehet az ezen megbetegedések miatt bekövetkező halálozások egyharmada megelőzhető lenne.

A Magyarországon népbetegségnek számító **emlő-, méhnyak- és vastagbél-daganatok** esetében is igaz, hogy gyakran csak előrehaladott állapotban kerülnek felismerésre, habár mielőbbi kiszűrésükre – a Nemzeti Népegészségügyi Központ (továbbiakban: NNK) szervezésében - hatékonyan működő szűrővizsgálati módszerek állnak a lakosság rendelkezésére.

A daganatos megbetegedések korai felismerésének szakmai elősegítése népegészségügyi feladat. **A gyógyszerészeknek a - lakossággal való közvetlen és bizalmi szerepük okán - kiemelt jelentőségük van abban, hogy az életkor alapján átlagos kockázati csoportba tartozók minél nagyobb aránya megismerje a vizsgálatok jelentőségét és olyan formában nyújtsanak hiteles tájékoztatást a pácienseknek, hogy azzal elősegítsék a felajánlott, ingyenes szűrések igénybevételét.**

Ezt a felelősségteljes munkát hivatott segíteni jelen gyűjtemény, amely lakossági szempontból azokat a leggyakoribb kérdéseket tartalmazza, amelyek felmerülhetnek a tájékoztatás során a szervezett népegészségügyi szűrővizsgálatok tekintetében.



VASTAGBÉLSZŰRÉS

A rosszindulatú vastagbél-daganatok lassan alakulnak ki és a kezdeti időszakban többnyire tünetmentesek. A szervezett vastagbél-szűrésen való részvétellel a daganat megelőző állapotot (polipot) felfedezve és eltávolítva a vastagbél-daganat kialakulása megelőzhető. A vastagbél-daganatok jól szűrhetők, korai fázisban felfedezve jól gyógyíthatók.

KIK JOGOSULTAK A SZERVEZETT VASTAGBÉLSZŰRÉSEN VALÓ RÉSZVÉTELRE?

Vastagbél-szűrésre jogosult minden rendezett, érvényes egészségbiztosítási jogviszonnyal rendelkező **50 és 70 életév közötti nő és férfi**, akik az elmúlt 2 évben (pontosan: 22 hónapban) nem voltak vastagbél-tükrözésen, nem volt széklet immunkémiai vizsgálatuk, valamint akiknek nincs igazolt vastag- és végbél-daganata és gyulladásos bélbetegsége.

MIT KELL TENNEM, HA MEGHÍVÓLEVELET KAPTAM?

Amennyiben Ön szűrésre jogosult és háziorvosa csatlakozott a szervezett vastagbél-szűrés programhoz, úgy a meghívót a lakosok bejelentett állandó lakcímére küldi az NNK. A szűrésre történő meghívás nem egyszerre történik, a meghívók kiküldése folyamatos, így könnyen előfordulhat, hogy akár azonos utcában lakók (vagy házaspárok) is különböző időpontban kapnak meghívást. A meghívóban részletesen szerepel a szűrés menete. Minden szűrésre meghívott a háziorvosától kapja meg a székletvér kimutatáshoz szükséges **mintavételi csomagot**, amelyért el kell mennie a háziorvosi rendelőbe, ahol a további teendőkről háziorvosa tájékoztatja.

MI A TEENDŐM, HA A HÁZIORVOSOM NEM VESZ RÉSZT A SZERVEZETT VASTAGBÉLSZŰRÉSI PROGRAMBAN, DE ÉLETKOR ALAPJÁN JOGOSULT VAGYOK A SZŰRÉSRE?

Amennyiben a háziorvosa még nem csatlakozott a szervezett vastagbélászűrési programhoz, de Ön életkora alapján jogosult rá, úgy **az NNK az esélyegyenlőség érdekében lehetőséget biztosít** a részvételre. Ez esetben postai úton meghívólevelet kap, melyben talál egy igénylőlapot és egy ingyenesen feladható válaszborítékot. Az igénylőlapot kitöltve, postai úton tudja jelentkezési szándékát megerősíteni. Az igénylés feldolgozását követően páciens egységcsomagját a lakóhelyére postázva kapja meg. Lehetősége van továbbá részvételi szándékát elektronikus úton is jelezni, a vbjelentkezés.nnk.gov.hu online jelentkezési felületen. Páciens egységcsomagját ez esetben is postai úton kapja meg.

HOGYAN ZAJLIK A VASTAGBÉLSZŰRÉS?

A vastagbélászűrés **két lépésből** áll: először a székletben szabad szemmel nem látható vér kimutatása történik, amihez otthonában kell mintát venni, majd azt az NNK immunkémiai laboratóriumába postai úton, elsőbbségi küldeményként szükséges eljuttatni. Amennyiben vért találnak a mintákban, a második lépés a vérzés helyének tisztázása vastagbélűkrözéssel.

VAN HATÁRIDEJE A SZŰRÉSBEN VALÓ RÉSZVÉTELNEK?

A szűrésre szóló meghívóban nem szerepel határidő, de javasoljuk, hogy a meghívást követő két héten belül keresse fel a háziorvosát a mintavételi egységcsomag átvétele érdekében. A vizsgálat mielőbbi elvégzése és a mintának a meghívóban jelzett címre történő megküldése az Ön egészségének a védelmére szolgál. Természetesen két hét után is átvehető a háziorvostól a mintavételi csomag és ezt követően is megtörténhet a mintavétel.

A CSALÁDBAN ELŐFORDULT MÁR VASTAGBÉLDAGANATOS MEGBETEGEDÉS. EMIATT RÉSZT VENNÉK EZEN A SZŰRÉSEN, DE MÉG NEM VAGYOK 50 ÉVES. HOGYAN JUTHATOK HOZZÁ MINTAVEVŐ CSOMAGHOZ?

A szervezett vastagbélászűrési programban csak 50-70 éves kor közötti lakosok vehetnek részt, mert életkoruk alapján ők a leginkább veszélyeztetett korcsoport. Tekintettel azonban arra, hogy a daganat családi előfordulása

vagy halmozódása fokozott kockázatot jelenthet, mindenképpen keresse fel háziorvosát, aki szükség esetén megfelelő szakorvoshoz irányítja és megbeszélhetik, hogy szükség van-e pl. székletvér vizsgálatra.

KORÁBBAN BÉLMŰTÉTEN ESTEM ÁT. AZ ÉLETKOROM SZERINT A MEGHÍVANDÓK KÖZÖTT VAGYOK. KAPOK ÉN IS MEGHÍVÓT, VAGY A MŰTÉT MIATT NEM KELL SZŰRÉSRE MENNEM?

A szűrés célja a vastagbél panaszmentes állapotában történő vizsgálata. A műtét utáni részvétel attól függ, hogy milyen alapbetegség miatt kellett műtétet végezni, a bél melyik szakaszát érintette, milyen típusú műtét volt, illetve, hogy rendszeresen kell-e kontrollvizsgálatra járnia. Amennyiben Ön gyógyult, panaszmentes, és műtete miatt már nem jár kontrollvizsgálatokra, javasoljuk, hogy a kapott meghívóval menjen el háziorvosához a páciens egységcsomag átvétele érdekében. Panasz esetén pedig szűréstől függetlenül javasolt háziorvosának vagy kezelőorvosának felkeresése.

HOGYAN TÖRTÉNIK A MINTAVÉTEL?

A páciens egységcsomag tartalmazza az ingyenesen visszaküldhető válaszborítékot, a használati útmutatót, illetve a széklet mintavételhez szükséges eszközt, melynek segítségével a mintavételt otthonában el tudja végezni. Két egymást követő napon történő székletürítés után kell kis mennyiségű székletmintát vennie a szűrési csomagban található eszköz segítségével, majd a tartályokba behelyezni azt.

A már előre megcímzett borítékba az alábbiakat tegye bele:

- **a zárófüles tasakba helyezett, mintát tartalmazó tégelyeket (tartályokat);**
- **a meghívólevélen jelzett, levágott részt a 2 mintavétel dátumával kitöltve.**

A csomagot mihamarabb postán, ablaknál kell feladnia. Az Önhöz legközelebb eső, bármely postafiókban fel tudja adni a mintákat, **postaládába azonban nem dobható be.** A feladás az Ön számára díjmentes, a kézbesítési címet (1097 Budapest, Albert Flórián út 2-6.) a meghívólevélben találja meg. A mintát ne vigye vissza a rendelőbe a háziorvosához, mert a székletvér vizsgálata kifejezetten erre szakosodott laboratóriumban, és nem a háziorvosi rendelőben történik.

MENNYI IDŐ TELHET EL A KÉT MINTAVÉTEL KÖZÖTT?

A két székletminta vétele között néhány nap időtartam elfogadott, ajánlott 1 nap a kettő mintavétel között. Ameddig otthon kell tárolnia a mintákat, legfel-

jebb szobahőmérsékleten tartsa azokat, lehetőleg napfénytől védett, hűvös helyen. Ezt követően a két mintát együtt adja postára. Minél hamarabb a laborba érnek a minták, annál pontosabb az eredmény.

A GYÓGYSZEREIMET HOGYAN VEHETEM BE A SZÉKLETMINTA VÉTELE ELŐTT?

Ugyanúgy, ahogy szokta, semmilyen változtatásra nincs szüksége.

HASMENÉS ALATT LEHET-E MINTÁT ADNI?

Amennyiben Önnek rendszeresen változik a széklethabitus a és gyakran van hasmenése, a szervezett szűréstől függetlenül is mielőbb keresse fel háziorvosát, aki megkezdi az Ön kivizsgálását, szükség esetén gasztroenterológus szakorvoshoz irányítja, aki leleteitől függően lehet, hogy vastagbéltükrözést ajánl majd. Abban az esetben viszont, ha gyomorrontása van, vagy valamilyen tápcsatornai fertőzése zajlik, nem tanácsos levenni a mintát. Ilyenkor ugyanis a fertőzés lefolyása alatt gyakori a nyálkahártya felmaródás, ami kis vérzéssel járhat, így módosíthatja a teszt eredményét (tévesen pozitív lehet). Várja meg a hasmenéses időszak lezajlását és egy hétre a hasmenés teljes megszűntétől vegye le az első mintát.

ARANYEREM VAN. EZ MEGZAVARJA A SZŰRŐTESZTET?

Aranyér esetén jelentősen nagyobb az esély, hogy nemnegatív lesz a széklétvér teszt eredménye. A vér származhat csak az aranyérből, de a felsőbb bélszakaszból való vérzés sem zárható ki. Nemnegatív széklét teszt esetén javasolt gasztroenterológus szakorvos felkeresése. Abban az esetben, ha vastagbéltükrözésre kerül sor, a beavatkozás előtt mindenképpen tájékoztassa erről az egészségügyi személyzetet, ugyanis a tükrözés technikai kivitelezésénél ez fontos befolyásoló tényező.

POSTÁRA ADTAM A SZÉKLETMINTÁKAT AZ ELŐÍRTAK SZERINT. MIKORRA VÁRHATOK EREDMÉNYT?

Körülbelül **két hét múlva** a háziorvosa elektronikus úton megkapja a beérkezett minták eredményét, így nála tud érdeklődni. Ha rendelkezik Elektronikus Egészségügyi Szolgáltatási Tér (EESZT) hozzáféréssel, úgy lehetősége van az eredményt megtekinteni a www.eeszt.gov.hu weboldalon a minta feladá-

sától számított 2-3 hét elteltével. A háziorvos nem fogja Önt automatikusan keresni sem negatív, sem nemnegatív eredmény esetén. Érdemes már a postára adáskor feljegyezni a naptárába, hogy mikortól esedékes a háziorvosát felkeresni akár telefonon, akár személyesen.

MILYEN EREDMÉNYEI LEHETNEK A SZÉKLETVÉR VIZSGÁLATNAK?

1. A **negatív lelet** azt jelenti, hogy a székletben rejtett vér nem volt kimutatható. Ebben az esetben nincs további tennivalója. 70 éves koráig 2 évente meghívólevelet fog kapni szervezett vastagbélszűrésre.
2. Az értékelhetetlen lelet azt jelenti, hogy az adott minta feldolgozása során valamilyen technikai hiba történt. Amennyiben háziorvosától vette át az egységcsomagot, úgy ő biztosít Önnek újabb 2 mintavévi eszközt a székletminták vételéhez. Ha egyénileg csatlakozott a szervezett szűréshez, úgy az NNK a lakcímére postáz 2 újabb mintavételi eszközt.
3. A **nemnegatív lelet** azt jelenti, hogy a székletben rejtett (szabad szemmel nem látható) vér volt kimutatható, ezért további vizsgálat szükséges a vérzés okának kiderítéséhez. Fontos, hogy nemnegatív lelet esetén akkor is feltétlenül ajánlott elvégeztetni a vastagbélűkrözést, ha Ön semmilyen tünetet nem tapasztal, azaz nincsen panasa. Ha a beküldött székletmintában vért találunk, annak számos oka lehet, nem biztos, hogy daganat okozza. Okozhatja többek között gyomorból, szájjüregből (fogínyvérzés) származó vérzés, aranyeres csomó, jóindulatú polip, vastagbélgyulladás is. A vérzésforrás tisztázására vastagbélűkrözést (kolonoszkópos vizsgálatot) szükséges végezni, mely során a vastagbél belső felszínét vizsgálják.

MI TÖRTÉNIK AKKOR, HA AZ EGYIK MINTA EREDMÉNYE JÓ (NEGATÍV), A MÁSIK PEDIG ROSSZ (NEMNEGATÍV) LESZ?

A szűrési irányelv szerint - annak érdekében, hogy a betegség teljes mértékben kizárható legyen - amennyiben a két minta közül legalább az egyik nemnegatív, szükséges a vastagbélűkrözés. Tehát nincs különbség aközött, hogy mindkét, vagy csak az egyik mintában volt kimutatható rejtett vér. Előfordulhat például, hogy mindkét székletben volt rejtett vér, azonban az egyik esetében a széklet vért nem tartalmazó részéből történt a mintavétel.

HOL VÉGEZNEK SZŰRŐ KOLONOSZKÓPOS VIZSGÁLATOT?

A vastagbéltükrözés beutaló köteles beavatkozás, így a székletvér-vizsgálati eredménnyel a háziorvosát kell felkeresnie. Ő fog időpontot foglalni Önnek és ő fogja elvégezni/elvégeztetni a vastagbéltükrözés előtt szükséges vizsgálatokat. Háziorvosa készíti fel Önt a kolonoszkópiára és írja fel Önnek a bél tisztító készítményt. Az NNK szűrő kolonoszkópos hálózatot hozott létre, ahol a szűrés első lépcsőjében kiemelt páciensek tisztázó (teljes, minőségi) kolonoszkópos vizsgálatát végzik. Ezekben az endoszkópos laboratóriumokban a minőségi feltételeknek megfelelő eszközökkel és nagy gyakorlattal rendelkező szakszeméllyel végzik el a vastagbéltükrözést. A szűrőhálózathoz tartozó endoszkópos laboratóriumok az ország valamennyi településéről fogadnak páciens.

MIBŐL ÁLL A VASTAGBÉLTÜKRÖZÉS ELŐTTI BÉLTISZTÍTÁS?

A bél belső felületének alapos áttekintéséhez fontos a megfelelő béltisztítás. Ehhez szükségesek egyrészt a vizsgálatot megelőző napokban az étkezési előírások betartása, másrészt pedig a béltisztításra alkalmas készítmény előírás szerinti használata, ezen túlmenően pedig az előírt mennyiségű folyadék elfogyasztása. A páciens általános állapotához és betegségeihez igazodó béltisztító készítményt a jelenlegi szabályozások értelmében szakorvos választja ki, és írja fel receptre, melynek gyógyszerárban történő kiváltása a páciens feladata. (Minden béltisztító szer rendelkezik mellékhatással. Ezek leggyakrabban nem előírászerű, vagy tartós használat esetén alakulnak ki. A vastagbéltükrözés előtti béltisztításhoz viszont biztonságosan alkalmazhatóak.)

Az eredményes elvégzett vizsgálat érdekében ezért szükséges a felírt béltisztító készítmény patikában történő kiváltása, valamint a vizsgálat előtti napon a béltisztító szer utasítás szerinti alkalmazása. A kolonoszkópos vizsgálat elvégzése és a béltisztítás között ne teljen el több 6 óránál. A vizsgálat előtti napon könnyű reggeli fogyasztható (lágy tojás, vajás pirítós), azt követően már szilárd étel fogyasztása kerülendő, csak folyadékot fogyasszon (gyümölcsle, tea, kávé, ásványvíz). Kerülni kell a tejet vagy tejtartalmú italokat, üdítőket. A korábban is szedett, és a kezelőorvosával egyeztetett gyógyszerek a vizsgálat előtti napon szedhetők, valamint ekkor kell elkezdni alkalmazni a hashajtáshoz előírt készítményt. Ez jelentős folyadékvesztéssel jár, ezért fontos annak pótlása, ami jelentős mennyiségű folyadékfogyasztás formájában történik (óránként egy pohár, összesen körülbelül 2-3 liter folyadék elfogyasztása). A béltisztítás következménye nagy mennyiségű, sürgető folyadékürítés a bélrendszeren keresztül, ezért mellék helyiség közelében tartózkodjon. Ha a hasmenés végső fázisában már csak áttetsző, tiszta folyadék ürül, akkor az előkészítés megfelelőnek tekinthető.

MIT KELL TUDNI A VASTAGBÉLTÜKRÖZÉS RŐL?

A vastagbéltükrözés béltisztítást követően elvégzett műszeres vizsgálat, amelynek során a vastagbél belső felszínét lehet vizsgálni és a bél falán található egyes daganatmegelőző elváltozásokat (pl. polipokat) rögtön el is lehet távolítani. A vastagbelet belülről levegővel vagy szén-dioxiddal fújják fel a megfelelő láthatóság érdekében. A vizsgálat során előfordulhat hasi kellemetlen érzés, görcs vagy puffadás. Lehetősége van arra, hogy bódításban végezzék el a vizsgálatot, amely így kevésbé kellemetlen. A vastagbéltükrözés általában nem több, mint 35-40 perc, amelyből a **konkrét vizsgálat 15-20 perc**.

KELL FIZETNEM A SZŰRÉSÉRT?

A szervezett **szűrés térítésmentes mindenkinek**, aki érvényes társadalombiztosítással rendelkezik. A székletvér mintavételi csomag, a laboratóriumi teszt, a vastagbéltükrözés, az esetleges bódítás, valamint a szövettani vizsgálat egyaránt térítésmentes. A vastagbéltükrözést megelőző **béltisztításhoz szükséges készítmények a jelenlegi szabályozások értelmében nem ingyenesek**. Ez utóbbiak beszerzésében és alkalmazásában a háziorvosa nyújt segítséget. A székletvér kimutatása, illetve a vastagbéltükrözés magánrendelés keretében is elérhető, azonban ezek a rendelések nem részei az országos vastagbél-szűrő programnak, így nem ingyenesek, továbbá nem biztos, hogy a vizsgálat adatai bejelentésre kerülnek, így Ön akkor is kaphat meghívót, ha már volt ilyen jellegű vizsgálaton két éven belül. A magánrendelésen való részvételt a páciensek saját maguk szervezik meg.

SZÉKLETVÉR VIZSGÁLATTAL KAPCSOLATOS TEENDŐK HÁZIORVOSI KÖZREMŰKÖDÉS ESETÉN



1.) Személyre szóló meghívó kézhezvétele



2.) Mintavételi csomag átvétele a háziorvosnál

A meghívó kézhezvételét követően lehetőleg 2 héten belül.



3.) Első mintavétel otthon

Kérjük, olvassa el a használati útmutatót.



4.) Második mintavétel otthon

Kérjük, ügyeljen rá, hogy a második mintavétel az első mintavételt követő legközelebbi székletürítés alkalmával történjen meg.



5.) Minták mihamarabbi postára adása

Sziveskedjen kitölteni és levágni a meghívólevél alján található részt, majd azt a mintavételi tartályokkal együtt a postán feladni az erre a célra szolgáló borítékban.



6.) Eredmény átvétele

Körülbelül 2 hét után érdeklődjön a háziorvosánál.

SZÉKLETVÉR VIZSGÁLATTAL KAPCSOLATOS TEENDŐK EGYÉNI JELENTKEZÉS ESETÉN



1.) Személyre szóló meghívó/vagy egyéni jelentkezés a honlapunk jelentkezési felületén:

vbjelentkezés.nnk.gov.hu



2.) Igénylőlap postai feladása

(online jelentkezés esetén nincs további teendő)



3.) Első mintavétel otthon

Kérjük, olvassa el a használati útmutatót.



4.) Második mintavétel

Kérjük, ügyeljen rá, hogy a második mintavétel az első mintavételt követő legközelebbi székletürítés alkalmával történjen meg.



5.) Minták postára adása

Sziveskedjen kitölteni és levágni a meghívólevél alján található részt, majd azt a mintavételi tartályokkal együtt a postán feladni az erre a célra szolgáló borítékban.



6.) Eredmény átvétele EESZT-n keresztül/ nemnegatív eredmény esetén postai úton.



EMLŐSZŰRÉS

Az emlőrák kezdetben tünetmentes, nem okoz panaszokat, később szokatlan csomó képződik az emlőben. A gyulladás esélyei annál jobbak, minél korábban ismerik fel és kezdik el kezelni a daganatot. Az emlőszűrés célja a korai, még nem tapintható csomók kimutatása mammográfiás vizsgálattal. Az emlőrák jól szűrhető daganat.

KIK JOGOSULTAK A SZERVEZETT EMLŐSZŰRÉSBEN VALÓ RÉSZVÉTELRE?

Szűrésre jogosult minden rendezett, érvényes egészségbiztosítási jogviszonnyal rendelkező **45-65 év közötti nő**, aki az elmúlt 2 évben (pontosan 22 hónapban) nem járt emlőszűrésen, vagy diagnosztikus emlővizsgálaton és akinek nincs igazolt emlődaganata vagy nem áll fenn egyéb kizáró tényező esetében. A szűrésre jogosultak két évente személyre szóló meghívólevelet kapnak mammográfiás szűrővizsgálatra. A meghívólevélben szerepel a szűrés pontos helye és ideje. Lehetősége van a levélben megadott telefonszámon másik, az Ön számára megfelelő időpontot egyeztetni.

HOL VÉGEZNEK SZERVEZETT EMLŐSZŰRÉST?

Emlőszűrést Komplex Mammográfiás Központok (KMK)/Mammográfiás Szűrő Állomások (MSZÁ) végezhetnek, amelyek országos lefedettségűek. A vizsgálatra vigye magával a meghívólevelet, társadalombiztosítási (TAJ) kártyáját, illetve a korábbi mammográfiás felvételeit és emlővizsgálati leleteit is, ha vannak. Az utazás költségeit visszaigényelheti, ha másik településre kell utaznia. Ennek érdekében, a szűrésen való megjelenéskor jelezze a szolgáltatónak, hogy igénye van az utazási költség térítésre, mert erre utólagosan nem kerülhet sor. A kérelem benyújtható a következő elérési úton:

www.magyarorszag.hu- egészségügy- egészségbiztosítás pénzbeli ellátási menüpontban, a szűrést követő 6 hónapon belül.

HOGYAN ZAJLIK AZ EMLŐSZŰRÉS?

Adatfelvétel, kikérdezés, tájékoztatás

A meghívott hölgyet a szűrőállomáson adminisztrátor fogadja, aki a személyi adatokon kívül néhány kérdést tesz fel, például:

- Voltak-e vagy vannak-e emlőpanaszai?
- Volt-e a családjában valakinek (édesanyjának, nővérének, nagynénjének) emlőbetegsége?
- Részt vett-e már mammográfiás szűrővizsgálaton?
- Tudja-e, hogyan zajlik a szűrővizsgálat?

Ezen túlmenően részletes tájékoztatást ad arról, hogyan zajlik a szűrővizsgálat, mire kell felkészülnie, valamint válaszol az esetlegesen felmerülő kérdésekre.

A SZŰRŐVIZSGÁLAT

A szűrés fizikális vizsgálatból (tapintással megvizsgálják az emlőket) és mammográfiából áll. A mammográfia az emlők kétirányú röntgenvizsgálata lágy röntgensugárzással, mely alacsony sugárterhelést jelent. A szűrés nem fájdalmas, az öltözőben töltött idővel, az adminisztrációval és a vizsgálattal együtt, **legfeljebb 20 percet vesz igénybe.** A vizsgálóhelyiségben a vizsgálandó hölgynek derékon felül szükséges levetkőznie. Először a mammográfiát végző, szakképzett szakasszisztens tapintásos emlővizsgálatot végez. Ezután a vizsgálandó hölgy a mammográfiás készülék elé áll. A vizsgáló először az egyik oldali emlőt a készülék plexiüvegből készült emlőtartó lapjára helyezi, majd egy másik plexiüveglapot helyez fölé. A két lap segítségével a mellét kissé összenyomja, és 2 irányból röntgenfelvételt készít, majd ugyanezt az eljárást elvégzi a másik emlővel. Az emlők ellapítása kissé kellemetlen lehet, de nem fájdalmas. Azért van rá szükség, hogy a röntgenfelvételen az emlőkről egyenletesen éles, tiszta kép készülhessen. Mindez legfeljebb 2-3 percet vesz igénybe. A mammográfiás felvételt az úgynevezett "négy szem elv" alapján egymástól függetlenül 2 radiológus értékeli.

MILYEN EREDMÉNYE LEHET AZ EMLŐSZŰRÉSNEK?

- **Negatív eredmény:** a mammográfiás felvételt értékelő orvosok nem találtak elváltozást az emlőiben. Ilyenkor nincs további teendő. 65 éves koráig – amennyiben szűrésre jogosult lesz, úgy - 2 évente fog meghívólevelet kapni a szervezett emlőszűrésre. A szűrővizsgálat negatív eredményéről az Elektronikus Egészségügyi Szolgáltatási Térben (EESZT) tájékozódhat. Ha időközben az emlőiben bármi szokatlant vagy rendelleneset észlel, haladéktalanul forduljon orvoshoz. A tapasztalatok azt bizonyítják, hogy minden 100 mammográfiás szűrővizsgálatból 90 negatív eredménnyel végződik, azaz a röntgenfelvételeken az életkornak megfelelő emlőszerkezet ábrázolódik ki és semmiféle kóros eltérés nem látható.
- **Nemnegatív eredmény:** ebben az esetben Önt visszahívja az emlőszűrő központ és további vizsgálatot végeznek (pl. ultrahang, biopszia) az elváltozás pontos tisztázására. Az egészsége érdekében feltétlenül jelenjen meg a vizsgálaton, amennyiben visszahívják a szűrést követően! A rákgyanú tisztázása általában néhány napot vesz igénybe. A nemnegatív mammográfiás lelet nem jelent pozitív eredményt. Az emlő apró rendellenességeit is precízen észlelő mammográfiás készülék minden 100 vizsgálatból 10 esetben valamilyen elváltozást szűr ki. A kiszűrt rendellenességeknek mintegy 50%-ánál a további vizsgálatok minimális elváltozást és nem rosszindulatú daganatot állapítanak meg. Az elvégzett 100 szűrővizsgálatból 3-4 olyan eset fordul elő, amely további orvosi kezelést igényel.
- A kiegészítő vizsgálatok célja, hogy a szűrővizsgálat által felvetett rendellenességet, a rosszindulatú emlőbetegség gyanúját megerősítsék vagy kizárják. A kivizsgálás több lépésből áll:
 - ultrahangos vizsgálat;
 - aspirációs citológiai vizsgálat: vékony (0,7 mm-es külső átmérőjű) injekciós tűvel megszűrják a tisztázandó csomót és az így kapott sejteket mikroszkóp alatt megvizsgálják.

Ezekkel a vizsgálatokkal már az esetek többségében megállapítható, hogy a talált csomó rosszindulatú-e. A végleges tisztázáshoz azonban szükséges a talált csomó sebészi kimetszése, amelyből szövettani vizsgálat készül. Hangsúlyozni kell, hogy az emlőrák diagnózisához szövettani vizsgálat szükséges.

Fontos tudni, hogy abban az esetben is visszahívják az emlőszűrőközpontba, ha technikai hiba miatt nem értékelhető a röntgenfelvétel.

MI TÖRTÉNIK, HA A KIVIZSGÁLÁS EMLŐRÁKOT IGAZOL?

A korszerű kezelés komplex, azaz háromféle kezelési mód kombinációjából áll: sebészeti beavatkozás, sugárkezelés és gyógyszeres kezelés (kemoterápia). A kezelés mikéntjét az emlődaganat nagysága, szövettani szerkezete és a környéki nyirokcsomók állapota alapján határozzák meg.

A sebészeti kezelés korábban egyet jelentett az egész emlő eltávolításával. A szűrővizsgálatok elterjedésének köszönhetően ez ma már nem így van. A szűréssel felfedezett emlőrák többsége kisméretű és olyan korai stádiumban felfedezett, hogy még a legközelebbi nyirokcsomókba sem terjedt át. Ekkor a daganatos csomót tartalmazó emlő részleges, esetlegesen az azonos oldali hónalji nyirokcsomók eltávolítására kerül sor. A sebészi kezelést a daganat helyének besugárzásával, szükség esetén további gyógyszeres kezeléssel teszik teljessé. Ilyen módon a korai emlőrák jó eredménnyel gyógyíthatók.

HOGYAN VÉGEZZEM AZ ÖNVIZSGÁLATOT?

Az emlők önvizsgálata a **mammográfiás szűrővizsgálat kiváltására, helyettesítésére nem alkalmas**. Azonban lényeges, hogy a nők ismerjék saját emlőiknek alakját, tapintatát, ciklikus és korral járó változásait. Ha a megszokottól eltérőt észlel, forduljon orvoshoz. Különösen ajánlott azok számára a rendszeres önvizsgálat, akiknek családjában már előfordult emlő- vagy egyéb nőgyógyászati daganat. Ők fokozott kockázati csoportba tartoznak.

Már 20 éves kortól ajánlott a rendszeres, havi önvizsgálat. Az önvizsgálatnál nagyon fontos a rendszeresség és a módszeresség. Célszerű mindig ugyanazon a napon végezni a vizsgálatot, így könnyebben észrevehetők az esetleges eltérések és van viszonyítási alap. Javasolt a vizsgálatot a menstruációs ciklus végét követően elvégezni, mert ilyenkor a mell kevésbé érzékeny, duzzadt.

AZ EMLŐK ÖNVIZSGÁLATÁNAK LÉPÉSEI:

1. Álljon szembe a tükörrel leeresztett karral és válla! Figyelje meg a mellek alakját! Vizsgálja meg, hogy látható-e valamilyen bőrelváltozás, elszíneződés, duzzanat, vagy szokatlan alakváltozás (például a bimbók behúzódnása). A megfigyeléseket ismételje meg úgy, hogy mindkét karját a feje fölé emeli!
2. Tapintsa át melleit úgy, hogy az egyiket, majd a másikat két tenyere közé veszi, és tenyerét függőleges, majd vízszintes irányban csúsztatva mozgatja! Jobb kezének összezárt ujjával enyhe nyomással, körkörös mozgással kívülről befelé csigavonalban haladva tapintsa át egyik, majd másik mellét!
3. Kényelmesen hanyatt fekve, egyik kezét a feje alá, egy kispárnát pedig a válla alá helyezve ugyancsak körkörös mozgással tapintsa át egyik, majd másik mellét; ujjai hegyével tapintsa át a hónalját is! Majd karját a teste mellé helyezve ismételje meg a tapintást egyik, majd a másik oldalon!
4. Enyhén nyomja meg a mellbimbóit! Figyelje meg, ürül-e belőle váladék?

Ha a mellében szokatlan csomót vagy a bőr megvastagodását észleli, illetve, ha a bimbó váladékozik, haladéktalanul forduljon orvoshoz!



MÉHNYAKSZŰRÉS

A méhnyakszűrés célja a méhnyakrák megelőzése, korai felismerése, a tüneteket és panaszokat még nem okozó méhnyakrák, illetve rákmegelőző állapot felismerése a későbbi, súlyosabb következmények megelőzése érdekében. Szűrés alkalmával a méh alsó részének, a méhnyaknak az állapotát ellenőrzik. Kenetvizsgálatnak is hívják, mivel a méhnyak felületéről egy kis adag sejtmintát vesznek és a sejtekben történő elváltozásokat keresik. A szűrés azért fontos, mert már nagy részben kimutatható a rák előtti állapot is. A legtöbb elváltozás nem vezet rosszindulatú elváltozáshoz, azonban néhány esetben előfordulhat rákos megbetegedés, ha az elváltozást nem kezelik. A méhnyakrák keletkezését fokozódó súlyosságú hámelváltozások előzik meg, amelyek vagy maguktól, vagy kezelésre meggyógyulhatnak. Ilyen módon a méhnyakrák megelőzhető betegség.

KIK JOGOSULTAK A SZERVEZETT MÉHNYAKSZŰRÉSEN VALÓ RÉSZVÉTELRE?

Azon **25 és 65 év közötti nők**, akik a NEAK (Nemzeti Egészségbiztosítási Alapkezelő nyilvántartása alapján) 3 évnél (pontosan 34 hónapja) régebben nem voltak méhnyakszűrésen, diagnosztikai nőgyógyászati citológiai vizsgálaton, nincs igazolt méhnyakdaganat, illetve egyéb kizáró tényező nem áll fenn esetében, postai úton meghívót kapnak. A szűrést az orvos nőgyógyászati szakrendelésen vagy a védőnő végezheti a lakhely szerinti védőnői tanácsadóban. Ha azt szeretné, hogy védőnő végezze el a szűrést, keresse fel a lakhelye szerinti védőnői tanácsadót.

KI ÉS HOL VÉGZI A VIZSGÁLATOT?

A szűrést az orvos nőgyógyászati szakrendelésen vagy a védőnő a lakhely szerinti védőnői tanácsadóban végezheti, ahol telefonon előzetesen időpontot tudnak egyeztetni. Szakorvosi ellátás keretében az utazás költségeit visszaigényelheti, ha másik településre kell utaznia szűrővizsgálatra. Ennek érdekében, a szűrésen való megjelenéskor jelezze a szolgáltatónak, hogy igénye van az utazási költségtérítésre, mert erre utólagosan nem kerülhet sor. A kérelem benyújtható a következő elérési úton: www.magyarorszag.hu-egeszsegugy-egeszsegbiztositas-penzbeli-ellatasi-menupontban, a szűrést követő 6 hónapon belül.

HOGYAN ZAJLIK A MÉHNYAKSZŰRÉS?

A szűrővizsgálati módszer egyszerű és fájdalomtalan vizsgálati módszer, amelyet tünet- és panaszmentes személyeken alkalmaznak abból a célból, hogy a rosszindulatú elváltozás fennállását nagy valószínűséggel kizárhassák, vagy éppen ellenkezőleg, tisztázzák annak fennállását.

A méhnyakszűrés bizonyítottan hatásos módszere a citológiai vizsgálat: azaz a nőgyógyász, vagy a védőnő a hüvely felől a feltárt méhszájat megtekinti, és kenetet vesz a méhnyak nyálkahártyájáról. Egyedül ez a módszer alkalmas arra, hogy a méhnyak egészéről tájékoztatást adjon. Az eljárás nemcsak a daganatsejtek kimutatására, hanem más betegségek – gyulladás vagy fertőzés – észlelésére is alkalmas. Ugyanakkor nem százszázalékos biztonságú: előfordulhatnak tévesen negatív esetek, amikor nem sikerül kimutatni rákos sejteket. Ezért fontos a rendszeres időközönként megismételt vizsgálat, mivel azzal csökkenteni lehet a diagnózis tévedésének kockázatát is. Az egész folyamat **mintegy 10 percet vesz igénybe**.

A páciens nőgyógyászati vizsgálóágyra fekszik, majd egy arra szolgáló eszköznek (kolposzkóp) a hüvelybe vezetésével a vizsgáló szemmel láthatóvá teszi a hüvely falát és a hüvely boltozatát, így vizsgálhatóvá válik a méhnyak vizsgálat szempontjából fontos része, a hüvelyboltozatba domborodó részének külső felszíne is. A kenetvevő eszköz segítségével sejtmintát, azaz hámsejteket tartalmazó kenetet vesznek a méhnyak hüvelyi felszínéről (porció) és a nyakcsatornából. A kenetet úgy veszik, hogy abban mind a méhnyak felszínét és a külső méhszájat borító, mind a nyakcsatornát bélelő hámsejtek képviselve legyenek. Menstruáló vagy heveny fertőzés jelét mutató hölgytől nem lehet kenetet venni. A tárgylemezre kent kenetet fixálják és laboratóriumba juttatják, a kenetet festés után mikroszkóppal vizsgálják.

Az eredmény megérkezése után a páciens megkapja a leletet és tájékoztatást kap a további teendőkről.

MIKOR OPTIMÁLIS A RÁKSZŰRÉS?

A rákszűrést ajánlott a menstruációs ciklus közepén elvégezni (általában menstruációt követő 10. – 22. nap), nem ajánlott a szűrést a menstruációs ciklus alatt elvégeztetni. Ez azért is fontos, mert a menstruáció előtti és utáni 3-4 napon előfordulhatnak a mintában olyan sejtek, amelyek megzavarják a vizsgálat eredményét.

MILYEN EREDMÉNYE LEHET A MÉHNYAKSZŰRÉSNEK?

- **Negatív:** ha a citológiai lelet negatív, azt jelenti, hogy nem található semmilyen olyan elváltozás, ami további nőgyógyász szakorvosi vizsgálatot igényel. Ez esetben a méhnyakszűrést 3 év múlva kell megismételni.
- **Nemnegatív:** ha a citológiai lelet nemnegatív, akkor további tisztázó nőgyógyászati, klinikai diagnosztikus vizsgálatokra van szükség. A szűrés nem diagnosztikus módszer! A nemnegatív lelet nem azt jelenti, hogy rosszindulatú elváltozás áll fenn, hanem azt jelzi, hogy további nőgyógyász szakorvosi vizsgálatra van szükség a rosszindulatú elváltozás megállapítása, vagy kizárása céljából. Az idejében felismert rák is - megfelelő kezeléssel - gyógyítható. Amennyiben rákmegelőző állapot áll fenn, akkor járó-betegellátásban kezelhető.

MI OKOZZA A MÉHNYAKRÁKOT?

A méhnyakrákot gyakran a humán papillómavírus okozza (**HPV**). A HPV-fertőzés szexuális érintkezés útján terjed, és nem csak a nőknél, hanem a férfiaknál is gyakori, többnyire kezelés nélkül is gyógyul. Néha azonban a fertőzött sejtek sokáig fennmaradnak, és elindítják a rákhoz vezető folyamatot. A méhnyakrák kialakulásában a humán papillómavírus (HPV) magas kockázatú törzseinek van döntő szerepük: az esetek 80-90 százalékában a fertőzés kimutatható. A méhnyakrákos nők nem mindegyike HPV-fertőzött, a betegség kialakulásában más okok is szerepet játszhatnak.

MI AZ A HPV?

A HPV a humán papillómavírus nevének rövidítése. Több mint száz típusa van, és ismereteink szerint ezek közül legalább 13 okozhat méhnyakrákot. A HPV bőrkontaktus útján könnyen terjed szexuális tevékenység során. A gumióvszer nem véd meg teljesen a HPV fertőzéstől, csökkenti az esélyét annak, hogy a HPV-t elkapja, de nem zárja ki teljesen a kockázatát. A szexuális együttlét mellett a HPV bőrről bőrre is terjedhet. Valójában bárhol átadható a fertőzés - akár kézzel is. Nincs tökéletes védekezés a HPV ellen, kivéve, ha semmilyen nemi életet nem él. Nagyobb kockázatnak vannak kitéve azok, akik védekezés nélkül létesítenek szexuális kapcsolatot, illetve akik gyakran cserélgetik a partnereiket. A HPV-fertőzés általában tünetmentes, átmeneti jellegű, és az esetek legnagyobb részében egyáltalán nem okoz megbetegedést. A vírus legtöbbször 1-2 év alatt magától eltűnik a szervezetből. A nők igen nagy százaléka esik át HPV-fertőzésen, de többségüknél mégsem alakul ki kóros elváltozás, illetve méhnyakrák. Fontos tudni, hogy a HPV vírusra a fertőződés után nem emlékszik az immunrendszer, így ugyanazt a HPV típust többször is el lehet kapni, akár ugyanattól a partnertől is.

HOGYAN OKOZ A HPV DAGANATOT?

A vírus bejut a méhnyak felszíni sejtrétegébe, ahol ritkán akár évekig is megmaradhat anélkül, hogy bármilyen problémát okozna. Ezt követően azonban előfordulhat, hogy különösebb közvetlen kiváltó ok nélkül elkezd a sejtekben kóros átalakulásokat előidézni. Ezt nevezzük rákmegelőző állapotnak. A méhnyakszűrés nemcsak a daganatot, hanem a rákmegelőző állapotot is fel tudja ismerni. Ha ez időben megtörténik, akkor az elváltozást sikeresen lehet gyógyítani. Ha ez elmarad, akkor a kóros elváltozásból rosszindulatú daganat alakulhat ki, ami súlyos betegséghez vezethet. A rákmegelőző állapotból a rosszindulatú daganat kialakulásáig akár **5-10 év is eltelhet**, amely idő alatt a kóros elváltozás még időben felfedezhető.

HUMÁN PAPILLOMAVÍRUS CSAK MÉHNYAKRÁKOT OKOZ?

A HPV-fertőzések legnagyobb része nem okoz tüneteket, és magától elmúlik. A HPV-fertőzések döntő része spontán megszűnik, a legtöbb ember nem is tudja, hogy fertőzött volt. Néhányuknál viszont a vírusok fennmaradnak, és egy részük esetében szemölcsöt, illetve rákmegelőző állapotot jelentő hámfelfmaródást okoznak. Ez a bőrállapot növeli az esélyét a nőknél a méhnyak, szeméremajkak, hüvely daganatos megbetegedésének kialakulásá-

ban, férfiaknál a pénisz, végbélnyílás, szájüregi, garat és gégerákos megbetegedések kialakulásában.

MELYEK A MÉHNYAKRÁK KIALAKULÁSÁNAK KOCKÁZATI TÉNYEZŐI?

A HPV nemcsak a méhnyak és a végbélnyílás rákja esetében számít szignifikáns kockázati tényezőnek, hanem a fej-nyaki régió laphámrákjában is. A méhnyakráknak kockázati faktora a dohányzás, de csak a HPV-vel összefüggésben. Ennek oka, hogy a dohányzás segíti a vírus bejutását a sejtekbe, mert rontja azok mikrocirkulációját és így a HPV elleni ellenanyagok eljutását a sejtekhez. További kockázati tényező: a rossz szociális helyzet, a legyengült immunrendszer, alkoholfogyasztás, fiatal korban megkezdett szexuális élet, gyakori partnercsere, a szülések száma, ha valakinek egyéb, szexuális úton terjedő betegsége van (például klamídia, herpesz), a magasabb életkor.

KI TEKINTHETŐ VESZÉLYEZTETETTEK A MÉHNYAKRÁK KELETKEZÉSE SZEMPONTJÁBÓL?

Minden szexuálisan aktív nő veszélyeztetettnek tekinthető, mert nagy valószínűséggel fertőződik HPV-vel. A méhnyakrák leggyakrabban a 40-es és 50-es korosztály esetében jelentkezik. A legnagyobb kockázatnak vannak kitéve azok a nők, akik soha nem vettek részt szűrővizsgálaton, korán kezdik a szexuális életet, több szexuális partnerrel közösjenek vagy olyanokkal, akiknek több szexuális partnerük van, illetve akik dohányoznak. A HIV-fertőzöttek is fokozott kockázatúak.

HORMONÁLIS FOGAMZÁSGÁTLÓT SZEDEK. VESZÉLYEZTETETTEK SZÁMÍTOK?

Ha hosszú időn keresztül élnek fogamzásgátlóval, mérsékelten veszélyeztetettek lehetnek. Ezért ebben az esetben különösen fontos, hogy a szűrővizsgálaton rendszeresen részt vegyenek.

A MÉHNYAKRÁKNAK EGYÉRTELMŰ ÉS ÉSZREVEHETŐ TŰNETEI VANNAK?

A korai stádiumban a daganat csak ritkán okoz panaszokat, de a szűrővizsgálat során már ilyenkor is láthatók kóros elváltozások, melyek további

vizsgálatokra hívják fel a vizsgáló orvos figyelmét. A méhnyakrák a legtöbb nő esetében hosszú időn át, nagyrészt tünetmentesen növekszik a szervezetben. Amikor a tünetek észlelhetők, már egy kialakult betegséget jeleznek. A méhnyakrák leggyakoribb tünete a bővebb hüvelyi folyás, valamint a szexuális együttlét után jelentkező vérzés, alhasi fájdalom. A daganat növekedésével párhuzamosan, már spontán vérzés is kialakulhat. Előrehaladott állapotban szinte állandó jelleggel lép fel bűzös, gennyes, véres folyás, vizeletürítési zavar, deréktáji fájdalom, csípőlapátba sugárzó fájdalom.

A HPV ELLENI VÉDŐOLTÁS SZEXUÁLISAN AKTÍV NŐKNÉL IS HASZNOS LEHET?

A szexuálisan aktív nők szintén megkaphatják a vakcinát, viszont a kialakuló védelmet korlátozhatja az éppen zajló HPV-fertőzés. Védelem csak a HPV-vakcina azon típusa ellen szerezhető, amellyel a nő az adott időpontban nem fertőződött. A HPV oltóanyagok a méhnyakrák elsődleges megelőzésére szolgálnak: vagyis a jelenlévő HPV-fertőzést nem szüntetik meg, de egy új fertőzés megelőzésére még a szexuálisan aktív életkorban is képesek. Az oltás hatására az immunrendszer képes lesz arra, hogy a valódi vírus megjelenése esetén gyorsabban termeljen ellenanyagot ellene, ezáltal a szervezet képes lesz kivédeni a fertőzést. A vakcina típusok kimutatása (kizárása vagy megerősítése) HPV-vizsgálattal lehetséges, mely a legtöbb szakorvosnál kérhető.

A HPV OLTÁS UTÁN NEM KELL TÖBBÉ RENDSZERES NŐGYÓGYÁSZATI RÁKSZŰRÉSRE JÁRNI?

A rendszeres méhnyakszűrés és az oltás együtt jelenti a legjobb módját a méhnyakrák elleni védekezésnek. Sem az oltás, sem a méhnyakszűrés önmagában nem elegendő a megelőzéshez. Oltás után is szükséges a rendszeres méhnyakszűrés, mert a szűrésen már nagy részben kimutatható a rák előtti állapot is!

Tájékoztató információs kiadványok és a szűréseket végzők elérhetőségei
megtekinthetők az alábbi linkre kattintva:



szures.nnk.gov.hu
nnk.gov.hu



szures@nnk.gov.hu