

Primární prevence a screening kolorektálního karcinomu, karcinomu prsu a karcinomu děložního čípku

Screeningové programy

V České republice jsou realizovány 3 organizované plošné screeningové programy, a to:

- screening karcinomu kolorekta
- screening karcinomu hrdla děložního
- screening karcinomu prsu

Karcinom tlustého střeva a konečníku (kolorektální karcinom)

V České republice je zhoubný nádor tlustého střeva či konečníku druhým nejčastějším nádorovým onemocněním u mužů i u žen. Mezi osoby se zvýšeným rizikem patří osoby s pozitivní genetickou zátěží, s osobní nebo rodinnou anamnézou pro kolorektální karcinom, s polypózou tlustého střeva, s colitis ulcerosa či osoby s nálezem adenomatózních nebo vilózních polypů na střevní sliznici. Kolorektální karcinom patří mezi preventabilní nádory, účinná prevence vyžaduje dodržování zásad zdravého životního stylu, zejména jídelníčku. Mezi rizikové faktory životního stylu patří zejména strava s vysokým obsahem energie a nasycených tuků, vysoký příjem alkoholu, hlavně piva, kouření, nízká fyzická aktivita spojená se sedavým zaměstnáním.

Role zdravotníků v primární prevenci kolorektálního karcinomu:

- zjistí a zaznamenej do dokumentace rodinnou a osobní anamnézu pacienta ve vztahu k onkologickému onemocnění trávicího traktu, zejména kolorekta
- informuj pacienta o ochranném působení zdravé stravy a dostatku pohybové aktivity v prevenci nádoru kolorekta

Doporučení pro pacienta:

- dbát na nízký obsah nasycených tuků v potravě
- omezovat konzumaci červeného masa a uzenin
- omezovat pečení, smažení a grilování, kdy vznikají karcinogenní látky
- dodržovat omezenou konzumaci alkoholických nápojů, především piva
- nekouřit
- mít zajištěný dostatečný příjem zdrojů vlákniny (ovoce, zelenina, obilniny, luštěniny, brambory)
- dodržovat přiměřenou pravidelnou pohybovou aktivitu

Role zdravotníků v sekundární prevenci kolorektálního karcinomu – screeningu:

- na základě odběru anamnézy a dostupných informací orientačně vyhodnot' případnou vyšší míru rizika vzniku nádorového onemocnění kolorekta u pacienta

Informace pro pacienta:

- na screeningové vyšetření karcinomu kolorekta prostřednictvím testu na okultní krvácení má právo každý asymptomatický muž či žena starší 50 let
- lidé ve věku 50-54 let by si měli 1x ročně udělat test okultního krvácení
- zajištění provedení testu lze požádat praktického lékaře nebo gynekologa
- lidé starší 55 let mohou buď pokračovat v pravidelných testech okultního krvácení do stolice 1x za 2 roky či se mohou rozhodnout pro primární screeningovou kolonoskopii, kterou postačí provést 1x za 5-10 let dle výše rizika s ohledem na rodinnou a osobní anamnézu
- pozitivní výsledek testu může signalizovat nejen nádorové onemocnění, ale i přítomnost polypů, Crohnovu nemoc či divertikulitidu

vysvětlí pacientovi, že

- bude-li test pozitivní, bude pacient poslán na screeningové kolonoskopické vyšetření
- screeningová kolonoskopie je spolehlivější vyšetření než test okultního krvácení, a že je vhodná u pacientů středního a vyššího věku dle výše rizika 1x za 5-10 let

Doporučení pro pacienta:

- pravidelně provádět test na okultní krvácení od 50 let věku, v případě zvýšeného rizika i dříve
- absolvovat primární screeningovou kolonoskopii od 55 let výše 1x za 5-10 let dle výše rizika
- možnost získat podrobnější informace o zdravotnických zařízeních akreditovaných pro provádění screeningové kolonoskopie na webu http://www.mzcr.cz/Odbornik/obsah/screeningove-programy-mz-cr_2166_3.html nebo na webu <http://www.kolorektum.cz>

Karcinom děložního čípku

Cervikální karcinom je po nádoru prsu druhým nejčastějším nádorem u žen v celosvětovém měřítku, vyvíjí se postupně od povrchových vrstev epitelu a v počáteční fázi, kdy cytologické známky neoplazie vykazují jen povrchové buňky epitelu, lze objevit počínající karcinom v rámci screeningů. V prekancerózní fázi lze onemocnění relativně snadno léčit a v tom spočívá význam screeningových vyšetření epitelálních stěrů. Incidence je v české populaci dlouhodobě setrvale vysoká, vrchol výskytu nádorů je u žen mezi 45. a 55. rokem života.

Role zdravotníků v primární prevenci karcinomu děložního čípku:

- zjistí a zaznamenej do dokumentace rodinnou a osobní anamnézu pacientky ve vztahu k onkologickému onemocnění děložního čípku

Doporučení pro pacientku:

- na dodržování zdravého životního stylu, zejména nekuřáctví

- na rizikové faktory vzniku nádoru děložního čípku, zejména riziko na nezbytnost častého střídání a vyššího počtu sexuálních partnerů, riziko infekce pohlavními chorobami
- na možnost očkování proti lidskému papilloma viru u žen mladších věkových kategorií
- očkování proti lidským papilomavirovým nákazám (aktuálně bez specifikace vakcinačních nebo nevakcinačních HPV genotypů) je výrobcem určeno ženám ve věku od 9 let pro prevenci premaligních cervikálních genitálních lézí a cervikálního karcinomu

Vakcína	Věk	Počet dávek	Schéma	Interval posilující (booster) dávky
Cervarix	10-25 let/ženy	3	0-1-6 měsíců	10-15 ?
Silgard	9-45 let/ženy (muži)	3	0-2-6 měsíců	
? – nebylo dosud stanoveno; dnes lze předpokládat minimálně 10letou ochranu				

- na vrchol výskytu nádorů děložního čípku u žen mezi 45. a 55. rokem života
- na možné riziko plynoucí z dlouhodobého používání antikoncepce

Role zdravotníků v sekundární prevenci karcinomu děložního čípku – screeningu:

- na základě odběru anamnézy a dostupných informací vyhodnot' orientačně případnou vyšší míru rizika vzniku karcinomu děložního čípku u pacientky
- **vysvětlí pacientce**
- význam screeningového vyšetření karcinomu děložního čípku

Informace pro pacientku:

- že gynekologické vyšetření v rámci prevence karcinomu děložního čípku je:
 - plně v kompetenci gynekologa, který zajistí vyšetření v akreditovaných cytologických laboratořích

Doporučení pro pacientku:

- absolvovat pravidelné gynekologické vyšetření v rámci prevence karcinomu děložního čípku, které je hrazené z veřejného zdravotního pojištění 1x ročně
- možnost získat podrobnější informace o akreditovaných laboratořích provádějících cytologické vyšetření na webu http://www.mzcr.cz/Odbornik/obsah/screeningove-programy-mzcr_2166_3.html nebo na webu [http://www.cervix.cz/index.php?pg=cervikalni screening--ceska-republika](http://www.cervix.cz/index.php?pg=cervikalni%20screening--ceska-republika)

Karcinom prsu

Rakovina prsu představuje v současnosti jeden z nejzávažnějších epidemiologických problémů České republiky. Na následky karcinomu prsu zemře každý rok přibližně 2 000 českých žen a mezi příčinami úmrtí ve věkové kategorii 20 - 54 let tak zaujímá karcinom prsu první místo. Mezi faktory, které se podílejí na zvýšeném riziku vzniku karcinomu prsu u žen, patří faktory genetické, hormonální, nutriční a faktory zevního prostředí. Nejzávažnějším rizikovým faktorem je však věk nad 45 let. U 75 % žen není identifikován kromě věku žádný jiný známý rizikový faktor.

Role zdravotníků v primární prevenci karcinomu prsu:

- zjistí a zaznamenej do dokumentace rodinnou a osobní anamnézu pacientky ve vztahu ke karcinomu prsu

Doporučení pro pacientku:

- nezbytnost dodržování zásad zdravé výživy a dostatečné pohybové aktivity
- nekuřáctví
- omezení dlouhodobého užívání hormonální antikoncepce
- udržování BMI v normě

Role zdravotníků v sekundární prevenci - včasné detekci a screeningu karcinomu prsu:

- na základě odběru anamnézy a dostupných informací vyhodnot' orientačně případnou vyšší míru rizika vzniku karcinomu prsu u pacientky

Informace pro pacientku:

- o významu pravidelného samovyšetřování prsů od cca 30. roku věku ženy
- o technice samovyšetření a vhodné době k provádění samovyšetřování (alespoň 1x měsíčně, pokud žena ještě menstruuje po dokončených menses, nejpozději do 8. dne po skončení menstruace)
- o nezbytnosti všítat si možných změn na prsu (změny povrchu, tvaru nebo velikosti prsu, zduření nebo ztenčení mléčné žlázy, zhrubění nebo vtažení kůže na prsu, výtoku z bradavky, neobvyklé bolesti v prsu, diskomfortu)
- informuj pacientku, že doporučení na bezplatné preventivní mamografické vyšetření u žen ve věkové kategorii od 45 let 1x za 2 roky může předepsat praktický lékař nebo gynekolog

Doporučení pro pacientku:

- absolvovat bezplatné preventivní mamografické vyšetření u žen ve věkové kategorii nad 45 let 1x za 2 roky
- absolvovat bezplatné preventivní mamografické vyšetření u žen ve zvýšeném riziku, např. při užívání hormonální substituční terapie 1x ročně
- možnost získat podrobnější informace a seznam screeningových center na http://www.mzcr.cz/Odbornik/obsah/screeningove-programy-mz-cr_2166_3.html nebo na webu <http://www.mamo.cz/>