

Kā “noķert” vēzi, pirms tas sācies

Ļaundabīgie audzēji jau ilgstoši ir viens no biežākajiem Latvijas iedzīvotāju nāves cēloņiem: no vēža ik gadu mirst vairāk nekā pietā daļa Latvijas iedzīvotāju, un tas ir viens no augstākajiem mirstības rādītājiem Eiropas Savienības (ES) valstu vidū. Gan saslimstību, gan mirstību no šīm slimībām iespējams mazināt ar vēža skrīninga programmu palīdzību, un arī Latvijā, sekojot ES un Pasaules Veselības organizācijas (PVO) rekomendācijām, ir vairākas valsts vēža skrīninga programmas (krūts, dzemdes kakla, zarnu, prostatas). Vismaz trīs no četrām Latvijas vēža skrīninga programmām ir vērstas uz to, lai ne tikai atklātu vēzi, bet konstatētu arī pirmsvēža stāvokļus – agrīnas izmaiņas organisma šūnās, kas vēl nav vēzis, bet var par tādu attīstīties.

Kas ir pirmsvēža stāvoklis

Vēzis nerodas pēkšņi, vienas nakts laikā – lielākoties tas attīstās palēnām un sākas ar pavisam nelielām izmaiņām konkrētā orgāna šūnās. Šīs agrīnās izmaiņas, kas tiek sauktas par pirmsvēža stāvokli, ir situācija, kad organismā tiek atrastas patoloģiskas, tātad no normālām šūnām atšķirīgas šūnas, kurām ir liels risks pārtapt par vēzi. Šīs izmaiņas var parādīties dažādās ķermeņa daļās, un tās rodas dažādu faktoru ietekmē – gan ģenētisku, gan dzīvesveida, gan hronisku veselības problēmu dēļ. Pats svarīgākais, kas jāzina par priekšvēža stāvokļiem, ir tas, ka tos var ļoti laikus atklāt, regulāri veicot profilaktiskus skrīninga izmeklējumus. Tādā veidā ir iespējams ļoti laikus uzsākt ārstēšanu, pirms attīstījusies smaga slimība; reizēm pirmsvēža izmaiņām pat tūlītēja ārstēšana nav nepieciešama un pietiek ar uzraudzību. Kaut arī ne visiem pirmsvēža stāvokļiem ir pieejams skrīnings un skrīnings arī nedod 100% garantiju agrīni atklāt vēzi, tomēr skrīnings kopā ar pareizu dzīvesveidu ir labākais, ko varam darīt vēža profilaksei.

Pirmsvēža izmaiņas dzemdes kaklā

Dzemdes kakla pirmsvēža stāvoklis – cervikālā jeb dzemdes kakla displāzija – pēc būtības ir hroniski noritošs iekaisums dzemdes kaklā, kas liek veidoties patoloģiskām šūnām. Šādas izmaiņas lielākoties izraisa cilvēka papilomas vīruss (CPV) – seksuāli transmisīvā ceļā pārnēsāts vīruss, galvenais dzemdes kakla vēža izraisītājs. Par laimi, dzemdes kakla pirmsvēža stāvokli var atklāt agrīnā stadijā – dodoties pie ginekologa un kopā ar uztriepi no dzemdes kakla veicot arī CPV testu. Šie no 25 gadu vecuma reizi trijos gados veicamie skrīninga izmeklējumi ir ļoti efektīvi, lai identificētu patoloģiskas šūnas, vēl ilgi pirms tās pārvērstas par vēzi. Ja tās tiek konstatētas agrīni, ārstēšana parasti ir salīdzinoši vienkārša, bet vienlaikus efektīva, jo ievērojami samazina dzemdes kakla vēža attīstības risku, turklāt neietekmē sievietes spēju palikt stāvoklī un nav šķērslis nākotnes grūtniecībai. Arī citu valstu pieredze pierāda – tur, kur tiek organizēts dzemdes kakla vēža skrīnings, dzemdes kakla vēža gadījumu skaits strauji samazinās.

Zarnu vēža pirmsvēža stāvoklis – resnās zarnas polipi

Polipi ir nelieli veidojumi, kas veidojas uz resnās zarnas gļotādas. Lai gan vairums polipu ir labdabīgi, daži to veidi var pārtapt zarnu vēzī. Tādēļ, atklājot zarnu polipus, vēlāmā rīcība ir to noņemšana. Tā kā zarnu vēzis lielākoties progresē lēni, cilvēks ar zarnu polipiem var sadzīvot pat gadiem ilgi, nejutot nekādus simptomus. Tieši tādēļ kritiski svarīga profilakses sastāvdaļa ir zarnu vēža skrīnings. Visefektīvākās skrīninga metodes polipu noteikšanai ir slēpto asiņu tests un kolonoskopija. Slēpto asiņu tests ir fēču izmeklējums, kad no vēdera izejas paņem paraugu un laboratorijā pārbauda, vai tajā nav mikroskopiska

asiņu klātbūtne, kas var būt agrīna zarnu vēža pazīme. Savukārt kolonoskopija ir izmeklējums, kura laikā ārsts, izmantojot elastīgu caurulīti ar kameru, apskata resnās zarnas iekšpusi un nepieciešamības gadījumā izņem atrastos polipus. Latvijā visiem 50 gadus sasniegušajiem cilvēkiem kā primārais skrīninga izmeklējums tiek piedāvāts slēpto asiņu tests, bet kolonoskopija tiek nozīmēta tiem, kam šī testa rezultāts ir pozitīvs, tātad fecēs konstatēta slēpto asiņu klātbūtne.

Pirmsvēža izmaiņas krūtī

Krūtīs vēža pirmsvēža stāvoklis jeb duktālā karcinoma *in situ* ir patoloģiskas šūnas piena izvadkanālu gļotādā. Lai gan tā tiek uzskatīta par neinvazīvu krūtīs vēža formu, tā var kļūt invazīva, ja netiek ārstēta, proti, karcinoma var izplatīties arī apkārtējos krūtīs audos vai citos orgānos – aknās, kaulos un citur. Šo karcinomu parasti atklāj, veicot krūtīs rentgenoloģisku izmeklējumu – mamogrāfiju. Arī šis pirmsvēža stāvoklis parasti nerada īpašas sūdzības, tieši tādēļ regulāra mamogrāfijas veikšana ik pēc diviem gadiem visām 50 gadus sasniegušajām sievietēm ir tik būtiska, jo ir praktiski vienīgais veids, kā to atklāt agrīnā stadijā. Tieši novēlota diagnostika ir viens no galvenajiem iemesliem, kādēļ Latvijā sievietēm krūtīs vēzis ir viens no biežākajiem priekšlaicīgas nāves cēloņiem.

Pirmsvēža stāvokļus neatklājot, riskējam ar ļaundabīgu slimību

Tas, cik ilgā laikā nepamanīti un neārstēti pirmsvēža stāvokļi attīstīsies par ļaundabīgu audzēju, katram vēža veidam atšķiras – dažos gadījumos vēzis attīstās ātri, bet citos var paiet gadi, līdz patoloģiskās šūnas kļūst ļaundabīgas. Arī dažādi dzīvesveida faktori, piemēram, smēķēšana vai nepietiekamas fiziskās aktivitātes, var ietekmēt to, cik ātri pirmsvēža šūnas attīstās par vēzi. Tieši tāpēc ir svarīgi regulāri veikt skrīningu. Jāatceras arī tas, ka ar izmeklējuma veikšanu vēl nekas nebeidzas – ir jāsaņem izmeklējuma rezultāts un jāseko tajā sniegtajām tālākajām norādēm. Ja būs nepieciešami tālāki izmeklējumi, skrīninga atbildē tie būs minēti, tāpat arī iestāžu saraksts, kur tos iespējams veikt. Pats svarīgākais – uz skrīningu jādodas arī tad, ja cilvēks jūtas pilnīgi vesels, jo skrīninga pamatideja ir regulāri pārbaudīt veselus cilvēkus bez sūdzībām, lai atklātu slimību visagrīnākajā stadijā, kad tā ir visvieglāk ārstējama.

Kāpēc cilvēki neveic skrīninga izmeklējumus?

Neraugoties uz skrīninga nozīmi, daudzi cilvēki šos profilaktiskos, dzīvību potenciāli glābjošos izmeklējumus neveic. Starp dažādajiem iemesliem, ko pacienti min, viens no izplatītākajiem ir bailes. Cilvēkiem ir bail uzzināt iespējamo vēža diagnozi vai arī bail no iespējamās ārstēšanas un parādībām, kas ar to saistītas: sākot ar matu izkrišanu un beidzot ar sociālo saikņu pārtrūkšanu vai darba zaudēšanu. Acīmredzot neapzināti tiek izvēlēta neracionāla baiļu risināšanas pieeja – izvairīšanās no problēmas kā tādā. Arī tas, ka veselības aprūpes iestāde cilvēkam šķiet pārāk tāla un nokļūšana tajā pārāk laikietilpīga vai dārga, kalpo par iemeslu, lai uz skrīningu nedotos. Un, protams, ir cilvēki, kas skrīninga nepieciešamību neapzinās vai pārprot. Vēl joprojām ir daudz cilvēku, kas domā, ka skrīnings paredzēts tikai tiem, kam “kaut kas sāp”. Vai arī baidās no iespējamā diskomforta paša izmeklējuma laikā, lai gan neviens no skrīningu izmeklējumiem nav pārmēru nepatīkams.

Pats svarīgākais – skrīnings glābj dzīvības

Skrīnings būtu jāuztver kā valsts apmaksāta iespēja rīkoties tad, kad vēl nekas nekaiš. Arī pirmsvēža stāvoklis ir tikai brīdinājuma signāls, taču visnotaļ nopietns: rīkojies, pirms attīstās vēzis! Regulāras skrīninga pārbaudes ir labākā aizsardzība pret šiem ļaundabīgajiem audzējiem – laikus konstatējot izmaiņas ķermenī, var ievērojami samazināt nopietnu vēža saslimšanas risku. Tādēļ, ja pienācis laiks skrīninga izmeklējumam, neatlieciet to! Atrodiet laiku veselībai, atrodiet laiku, lai dzīvotu ilgāk!

Raksts tapis sadarbībā ar Slimību profilakses un kontroles centru (SPKC) kampaņas “Atrodi laiku, lai dzīvotu ilgāk!” ietvaros.

Vairāk informācijas par valsts apmaksātu vēža skrīningu: <https://www.spkc.gov.lv/lv/veza-skrinings>