



A DAGANATOK MEGELŐZÉSÉRŐL ÉS SZŰRÉSÉRŐL

A daganatos megbetegedés és az ehhez kapcsolódó daganatos halálozás csökkentésének a leghatékonyabb módja a **megelőzés, valamint a korai felismerés és kezelés**. Ehhez ismerni kell a daganatos megbetegedés kialakulásában alapvető szerepet játszó tényezőket, a daganatok kialakulásának, elterjedésének hátterét éppúgy, mint a kezelés lehetőségeit és korlátait. A rák nem egyetlen betegség, hanem kapcsolódó betegségek csoportja. A génjeinkben, az életmódunkban és a körülöttünk lévő környezetben számos olyan tényező létezik, amely növeli vagy csökkenti a megbetegedés kockázatát.

A karcinogenezis az a folyamat, amelyben a normál sejtek rákos sejtekké alakulnak. Minden sejt tartalmaz géneket, melyek a test növekedését, fejlődését és helyreállítását szabályozzák. Számos gén szabályozza azt, hogy egy sejt él, meghal, osztódik (szaporodik) vagy speciális funkciókat vállal, például idegsejtré vagy izomsejtté válik. A karcinogenezis során a gének különféle változásai (mutációk) alakulnak ki, a mutációk következményeként megszűnik a sejtek működésének szabályossága, a folyamatok összerendezettsége. Ha a kialakult hibák miatt a sejtek nem pusztulnak el, hanem tovább osztódnak, szaporodnak, úgy a nagymennyiségű kóros sejt felszaporodása daganat kialakulásához vezet. A rosszindulatú daganatsejtek behatolnak a közeli szövetekbe és szétszóródnak a test más részeire.

A karcinogenezis ismert kockázati tényezői közé tartozik a dohányzás, a dohányfüst, az egészségtelen táplálkozás, a túlsúly, a cukorbetegség, a mozgásszegény életmód, fertőzések (pl. HPV vírus, hepatitisz vírus, *Helicobacter pylori* fertőzés), gyógyszerek, pl. immunsuppresszív gyógyszerek szedése szervátültetés után, a korábbi sugárterápia, illetve bizonyos öröklött genetikai mutációk. A rák bizonyos kockázati tényezői elkerülhetők, de sokuk nem. A dohányzás és egészségtelen táplálkozás, vagy mozgásszegény életmód például elkerülhető, ún. módosítható kockázati faktor, míg az öröklött genetikai eltérések nem.

A megelőzés mellett nagyon fontos szerepe van a szűrővizsgálatoknak. A szűrővizsgálatok célja, hogy időben, korai, stádiumban fedezzük fel a daganatot. A szűrővizsgálat a tünet és panaszmentes egészséges személyek vizsgálata. Ha egy korai daganatot szűrővizsgálat során fedeznek fel, amikor még nem okoz tüneteket, panaszokat, akkor nagy eséllyel a daganat véglegesen meggyógyítható. A korai esetekben jóval gyakrabban kisebb beavatkozással, azaz kevésbé csonkító műtét nélkül is meg lehet gyógyítani a betegséget.

Ez különösen igaz pl. az emlődaganatra, ahol a szűrővizsgálattal felfedezett korai stádiumú daganatok nagy része ma már emlőmegtartó műtéttel kezelhető. Ugyanez igaz a méhnyak daganatra is, a szűréssel felfedezett rákmegelőző állapot kis beavatkozással eltávolítható, és így nem alakul ki kiterjedt daganat. A szűrés alkalmazása mintegy 80%-kal csökkenti a méhnyakrák okozta halálozást.

Az előbbieken kívül már hazánkban is működik a szervezett vastagbélvizsgálat, melynek segítségével a daganatmegelőző állapotok (végbél és vastagbél polipózis) és a korai daganatok kerülhetnek felismerésre, gyógyítható stádiumban.

Ugyanakkor fontos tudni, hogy nemcsak szervezett szűrővizsgálatok léteznek. Adott kockázati faktorok fennállása esetén, egyedi rizikó alapján is szükséges időszakos szűrővizsgálatokat végezni. Például gyulladásos bélbetegség vagy családi halmozódást mutató vastagbél-daganat eseteiben már fiatal életkortól ajánlott a rendszeres vastagbél-daganat szűrés. Dohányosoknál a tüdőrák szűrés, BRCA mutáció hordozókban fiatal kortól kezdve szükséges az emlőrák szűrés.

SZÁMOS OLYAN TÜNET ÉS PANASZ LÉTEZIK, MELYEK TARTÓS, KRÓNIKUS FENNÁLLTA, A PANASZ INTENZITÁSÁNAK FOKOZÓDÁSA UTALHAT DAGANATOS MEGBETEGEDÉSRE IS. ILYENEK PL.:

- ☰ a nem gyógyuló sebek;
- ☰ a bőrön a szokásos anyajegyek, szemölcsök megváltozása;
- ☰ a székletszokások változása és a véres székkürítés;
- ☰ egyéb testüregekből származó rendellenes vérzés vagy folyás;
- ☰ az emlőben vagy más testtáján tapintható csomó;
- ☰ nyelési nehezítettség, étkezési képtelenség;
- ☰ szűnni nem akaró köhögés, rekedtség.

Ezekben az esetekben mindenképpen a kivizsgálás, a háttérben fennálló okok tisztázása a bölcs magatartás a halogató álláspont helyett!

**NE FELEDJÜK, A KORAI FELFEDEZÉS
ÉLETET MENTHET!**