



## SPKC atgādina 50-74 gadus veciem iedzīvotājiem par valsts apmaksāto zarnu vēža profilaktisko testu

Publicēts: 03.11.2021.

[Kampaņa](#)

[Preses relīzes](#)



Zarnu vēzis ir trešā izplatītākā onkoloģiskā slimība Latvijā – katru gadu ar to saslimst vairāk nekā 1000 cilvēku, no kuriem lielākā daļa ir vecumā pēc 50 gadiem. Lai arī iedzīvotājiem vecumā no 50 līdz 74 gadiem reizi divos gados ir pieejams valsts apmaksāts un mājas apstākļos ērti veicams zarnu vēža profilaktiskais tests, kopumā atsaucība līdz šim ir bijusi zema – šogad deviņos mēnešos testu veikuši tikai 7,5% no mērķauditorijas iedzīvotājiem. Turklāt SKDS aptaujas dati liecina, ka kopumā 47,7% mērķa grupas respondentu nav informēti par iespēju reizi divos gados bezmaksas testu saņemt. Tādēļ Slimību profilakses un kontroles centrs (SPKC) kopā ar Veselības ministrijas (VM) un Nacionālā veselības dienesta (NVD) ekspertiem aicina iepazīties ar informatīvajiem materiāliem par testa veikšanu, kas ir sagatavoti kampaņas “Zarnu vēža profilaktiskais tests – Tavai veselībai un sirdsmieram!” ietvaros un, apmeklējot ģimenes ārstu, jautāt valsts apmaksātā zarnu vēža profilaktiskā testa komplektu.

Rudens un ziemas periodā pacienti bieži apmeklē ģimenes ārsta praksi, kad primāri ir nepieciešams atrisināt akūtos veselības jautājumus, tāpēc SPKC, VM un NVD atgādina 50–74 gadus veciem iedzīvotājiem, ka ielānoto vizīti var apvienot ar profilakses pasākumu, kas ir ārkārtīgi būtisks un aicina savam ārstam pajautāt arī zarnu vēža profilaktiskā testa komplektu. Testu varēs veikt mājas apstākļos. Savukārt aizpildīto testa komplektu var nogādāt laboratorijā, kas minēta nosūtījumā vai atdot ģimenes ārsta praksē.

Zarnu vēzis – klusi noritoša slimība

94% gadījumu zarnu vēzi atklāj pēc 50 gadu vecuma. Šīs slimības riska faktori ir:

nepietiekami profilaktiskie izmeklējumi – zema zarnu vēža profilaktiskā testa veikšanas aptvere un risks, ka slimība var tikt atklāta novēloti. Šobrīd zemās atsaučības dēļ aptuveni pusē gadījumu zarnu vēzis tiek atklāts novēloti – 3. vai 4. stadijā, kad ārstēšanās process ir sarežģītāks un izmaksu ziņā dārgāks;

neveselīgs un nesabalansēts uzturs – pārmērīga sarkanās gaļas (cūkgaļa, liellopu gaļa, jēra gaļa) un gaļas izstrādājumu (desas, cīsiņi, gaļas kūpinājumi utt.) lietošana, šķiedrvielām nabadzīgs uzturs;

mazkustīgs dzīvesveids;

liekais svars un aptaukošanās;

smēķēšana;

alkohola pārmērīga lietošana;

ģimenes un personīgā slimību vēsture – lielāks risks saslimt ar zarnu vēzi ir tad, ja kādam ģimenē jau ir bijis zarnu vēzis vai polipi zarnās vai, ja kāds no radniekiem slimo ar iekaisīgu zarnu slimību (čūlainis kolīts vai Krona slimība).

Jāatceras, ka zarnu vēža izpausmes sākotnēji var nebūt jūtamas, neizraisīt sāpes, un tās var nepamanīt pat vairākus gadus, tādēļ īpaši svarīgi ir regulāri veikt zarnu vēža profilaktisko testu, arī tad, ja nekādu sūdzību nav.

Tests – veselībai un sirdsmieram

Zarnu vēža skrīnings ir valsts organizēta un apmaksāta profilaktiskā pārbaude iedzīvotājiem vecumā no 50 līdz 74 gadiem, kuras mērķis ir atklāt zarnu slimības, tai skaitā, zarnu vēzi, pirms simptomu parādīšanās. Profilaktiskais tests palīdz atklāt slēptās asinis vēdera izejas saturā, kas pašam ar aci nav saskatāmas. Zarnu vēzis jau agrīnās stadijās izraisa niecīgu zarnu sienas asiņošanu. Asiņu piejaukumu fēcēm var radīt arī citas, t. sk., labdabīgas slimības, tādēļ pozitīvs testa rezultāts vēl nenozīmē, ka cilvēkam ir zarnu vēzis. Zarnu vēža profilaktiskais tests ir viegli veicams mājas apstākļos no vienas vēdera izejas un bez diētas ierobežojumiem.

Testa veikšanas kārtība:

Testa komplektu ir jājautā sava ģimenes ārsta praksē. Testa komplektā ietilpst testa stobriņš, nosūtījums, parauga savākšanas papīrs, aploksne un instrukcija testa veikšanai. Ja ģimenes ārsts vēl nav informējis par zarnu vēža profilaktiskā testa veikšanu, pacienti ir aicināti paši to pajautāt!

Testa stobriņu un aizpildīto nosūtījumu ievieto aploksnē, to aizlīmē, bet aploksni ievieto maisiņā ar speciālo aizdari. Maisiņu ar aploksni vienas darba dienas laikā nogādā ģimenes ārsta praksē vai laboratorijā, kas minēta nosūtījumā. Testa rezultāts tiek pacientam nosūtīts e-pastā, izziņā vai par to var uzzināt pie ģimenes ārsta. Saņemto rezultātu pacienti ir aicināti pārrunāt ar savu ģimenes ārstu!

Ja tests ir negatīvs, tas nozīmē, ka slēptās asinis paraugā nav atrastas un nākamā testa veikšanas reize jāieplāno pēc 2 gadiem. Ja tests ir pozitīvs, tas nozīmē, ka paraugā tika atrastas slēptās asinis, tomēr tas vēl nenozīmē vēzi, bet gan to, ka ir nepieciešami papildu izmeklējumi, par ko tālāk informēs ģimenes ārsts. Parasti kā nākamais izmeklējums tiek nozīmēta kolonoskopija.

Aicinām iepazīties ar informatīvajiem materiāliem, kas izstrādāti kampaņas “Zarnu vēža profilaktiskais tests – Tavai veselībai un sirdsmieram!” ietvaros.

Ģimenes ārsts Andris Baumanis sniedz atbildes uz biežāk uzdotajiem jautājumiem par zarnu vēža profilaktisko testu:

<https://www.youtube.com/watch?v=PVXA5H-T538>

Pamācības video zarnu vēža profilaktiskā testa veikšanai:

<https://www.youtube.com/watch?v=9ZTcUnR6yWs>

Skečs ar kampaņas vēstnešu Daces Bonātes un Jura Kalniņa dalību "Biežākās ainiņas ģimenes ārsta kabinetā":

<https://www.youtube.com/watch?v=PoQwgEFJWOM>

Ar visiem kampaņas "Zarnu vēža profilaktiskais tests – Tavai veselībai un sirdsmieram!" materiāliem iespējams iepazīties šeit:

<https://www.spkc.gov.lv/lv/zarnu-veza-profilaktiskais-tests-tavai-veselibai-un-sirdsmieram>

<https://www.spkc.gov.lv/lv/jaunums/spkc-atgadina-50-74-gadus-veciem-iedzivotajiem-par-valsts-apmaksato-zarnu-veza-profilaktisko-testu>