

ITT AZ IDEJE, HOGY ÖN MAGÁRA IS GONDOLJON



ÁLLAMI SZŰRŐPROGRAM ÉS
KORAI FELISMERÉS A VAS-
TAGBÉL ÉS A VÉGBÉL RÁKOS
ELVÁLTOZÁSAINAK ÉS RÁKOS
MEGBETEGEDÉSEINEK
ELŐFORDULÁSA ESETÉN



PROGRAM

**A Svit
életeket
ment**

Vastag- és végbélrák – a néma gyilkos

Szlovéniában évente körülbelül 1400 embernél alakul ki vastag- és végbélrák. Sajnos sokan meghalnak – leggyakrabban azért, mert a betegséget túl későn fedezik fel.

A betegség általában lassan, több éven át fejlődik, látható vagy érezhető betegségtünetek nélkül. Amikor a panaszok végül megjelennek, a rák gyakran már előrehaladott stádiumban van, amikor a kezelés már nehezebb.

A vastag- és végbélrák teljesen gyógyítható, ha elég korán fedezik fel. Sőt – sok esetben akár meg is előzhető, ha időben felfedezik és eltávolítják a bélnyálkahártyán lévő, rákot megelőző elváltozásokat, az úgynevezett polipokat.

A megelőző jellegű szűrőprogrammal Svít ez lehetséges.

Pontosan ezért olyan fontos az Ön részvétele a Programban Svít – lehetővé teszi a betegség vagy akár a rákot megelőző elváltozások korai felismerését, még a betegségtünetek megjelenése előtt.

Ezzel megmentheti egészségét vagy akár az életét!

A szlovéniai és külföldi orvosok sokéves tapasztalata azt mutatja, hogy a vastag- és végbélrák terhe jelentősen csökkenthető a székletben lévő rejtett vér rendszeres vizsgálatával. Az ilyen vizsgálat lehetővé teszi a rákot megelőző elváltozások (polipok) felfedezését és eltávolítását, valamint a betegség felismerését már a kezdeti stádiumban – amikor az még teljesen gyógyítható.

Ezért működik **Szlovéniában már 2009 óta a Program Svít, az 50 és 74 év közötti férfiak és nők számára.**



Ne dobja el a meghívót! Vizsgáltassa meg magát!

A vastag- és végbélrák gyakori, de nagyon alattomos betegség – a szervezetben több éven át fejlődhet anélkül, hogy bármilyen észrevehető tünetet okozna.

Az elmúlt években a Program Svít keretében sok olyan embernél fedeztünk fel polipokat vagy korai stádiumú rákot, akik nem is sejtették, hogy betegek. Ma ők tanúsíthatják legjobban, hogy mennyire fontos a Program Svít.

Sokaknak megmentette az egészségét – sőt az életét.



Fotó: személyes archívum

Bojan Cizel

„Amikor évekkel ezelőtt először kaptam meghívót a Programban Svit való részvételre, kissé ódzkodtam, mivel nem voltak egészségügyi panaszaim és semmilyen tünetem sem, amely betegségre utalt volna. Sajnos azt tapasztalom, hogy az ilyen hozzáállás még mindig meglehetősen elterjedt.

Több ismételt megkeresés után végül válaszoltam, és azt mondhatom, hogy ez mentette meg az életemet. A minták pozitívak lettek, vastagbélrákot diagnosztizáltak. Ezt követte a kezelés, amely 8 évvel ezelőtt sikeresen befejeződött, így újra normális, teljes életet élhetek.”

Viki Grošelj – alpinista

„Bár az emberek egyetértenek abban, hogy az egészség a legnagyobb kincsünk, ezt csak akkor tudatosítjuk, amikor megbetegszünk. A Program Svit évek óta folyamatosan lehetőséget ad nekünk arra, hogy ezt a kincset minél tovább megőrizzük. Ezért érdemes és fontos válaszolni a meghívóra!”



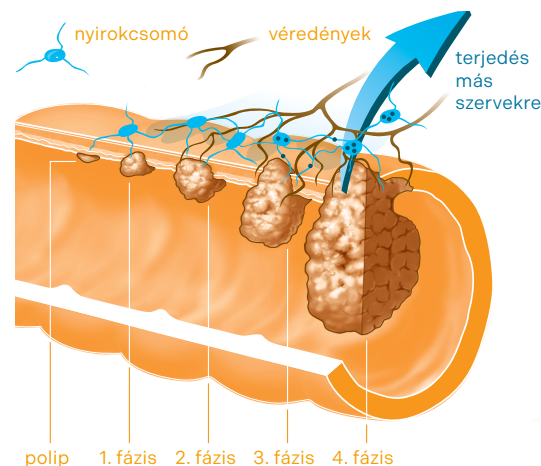
Fotó: személyes archívum

Hogyan fejlődik ki a betegség?

A vastag- és végbélrák a férfiakat és a nőket egyaránt veszélyezteti. Leggyakrabban a bélnyálkahártya rákot megelőző elváltozásaiból – a polipokból – alakul ki. Bár a polipok kezdetben veszélytelenek, de az évek során némelyikük sejtjei megváltozhatnak – és a polipból fokozatosan rák lesz. **A betegség lassan és alattomosan, betegségtünetek nélkül alakul ki.** Pontosan ezért nehéz időben felismerni szűrővizsgálat nélkül.

- Ha a rák csak a polipra korlátozódik, gyorsan és hatékonyan eltávolítható, gyakran további onkológiai kezelés szükségessége nélkül.
- Ha azonban a betegség előrehalad, és a vérereken, valamint a nyirokcsomókon keresztül terjedni kezd a szervezetben, a kezelés nehezebbé válik és kevésbé sikeres. Előrehaladott stádiumban a rák súlyosan veszélyeztetheti az életet.

Ezért kulcsfontosságú, hogy a vastagbélben bekövetkező elváltozásokat a lehető leghamarabb – még a rák kialakulása előtt – felismerjük.



A vastagbélrák kialakulási szakaszai

A vastag- és végbélrák kialakulásának kockázatát növelik a következő tényezők:

krónikus bélgyulladások (Crohn-betegség, colitis ulcerosa), családi hajlam a polipok kialakulására, egészségtelen életmód (dohányzás, alkoholfogyasztás, kevés mozgás, kiegyensúlyozatlan, kevés rostot tartalmazó étrend, túlsúly, vörös és feldolgozott húsok túlzott fogyasztása).

Kik a legveszélyeztetettebbek?

A vastag- vagy végbélrák kialakulásának kockázata az életkorral nő. A legtöbb eset az 50 év felettiéknél fordul elő, de sajnos ez a betegség a fiatalabbakat is érintheti.

Különösen veszélyeztetettek:

- ☛ azon betegek legközelebbi vér szerinti rokonai, akiknél 60 éves koruk előtt vastag- vagy végbélrákot diagnosztizáltak (pl. apa, anya, fiú- vagy lánytestvér),
- ☛ krónikus gyulladásos bélbetegségben szenvedő személyek és
- ☛ olyan személyek, akiknél a bélben már fedeztek fel polipokat.

Mivel a szervezetben lévő kóros elváltozások nem véreznek folyamatosan, nagyon fontos, hogy kétfévente részt vegyen a Program Svit szűrővizsgálatain. Ez növeli annak az esélyét, hogy az esetleges vérzést időben felfedezzük.

Marcos Tavares, az FK Maribor legendája

„Azért vállaltam a Program Svit nagyköveti tisztségét, mert őszintén kívánom, hogy a vastag- és végbél rák előtti állapotait és daganatos elváltozásait időben felismerjék, így a kezelés sikeresebb lehessen. Az egészség olyan érték, amelybe érdemes befektetni. Ezért azt tanácsolom mindenkinek, hogy használják ki a szűrőprogram Svit nyújtotta lehetőséget, és rendszeres részvétellel gondoskodjanak egészségükről!”



Fotó: személyes archívum

Hogyan kapcsolódhat be a Programba Svit?

1 TÖLTSE KI AZ ÖNKÉNTES RÉSZVÉTELI NYILATKOZATOT

Amint megkapja a meghívót, mielőbb **töltse ki és írja alá az Önkéntes részvételi nyilatkozatot**, majd küldje vissza ingyenesen a mellékelt borítékban a Program Svit címére.

2 POSTÁN MEGKAPJA A MINTAVÉTELI KÉSZLETET

Amennyiben megfelel a programba való bekerülés feltételeinek, postai úton két székletmintavételi készletet kap. Otthona nyugalmában, az egyszerű utasításokat követve **vegye le a székletmintákat**, és **adja fel azokat ingyenesen a postán, a mellékelt borítékban.**

3 A LABORATÓRIUM ELVÉGZI A MINTÁK ELEMZÉSÉT

A Program Svit laboratóriumában megvizsgáljuk a mintákat, és ellenőrizzük, hogy van-e a székletben nem látható (rejtett) vér, amely a bélben lévő elváltozások jele lehet.

4 A LELETET POSTAI ÚTON KAPJA MEG

A székletminta-elemzés eredményét postai úton kapja meg. A további lépéseket szükség esetén mellékelt levélben ismertetjük.

Ha a székletmintákban nem találunk vért, a lelet negatív lesz.



Ez azt jelenti, hogy nagy valószínűséggel nincs semmi látnivaló a bélben. A következő tesztelésre két év múlva hívjuk meg ismét, majd rendszeresen két évente, egészen 74 éves koráig.

Fontos azonban tudni, hogy egyetlen vizsgálat sem teljesen megbízható. Ez ezért a negatív lelet ellenére is ajánlott figyelemmel kísérnie testét – különösen a székletürítési szokások megváltozása, a széklet külleme és az esetleges hasi fájdalmak tekintetében. Ha bármi szokatlant észlel, forduljon orvosához – ne várjon a Program Svit következő meghívójára.

HA EZEN TÜNETEK BÁRMELYIKÉT ÉSZLELI, MIELŐBB FORDULJON ORVOSÁHOZ.

Milyen jelek utalhatnak arra, hogy kóros elváltozások történtek a bélben?

- ☞ Látható vér a székletben,
- ☞ a széklet megváltozása (nagyon híg széklet, székrekedés, amelyet hasmenés követ, fekete széklet),
- ☞ erős vagy visszatérő hasi fájdalom és
- ☞ nem szándékos fogyás.

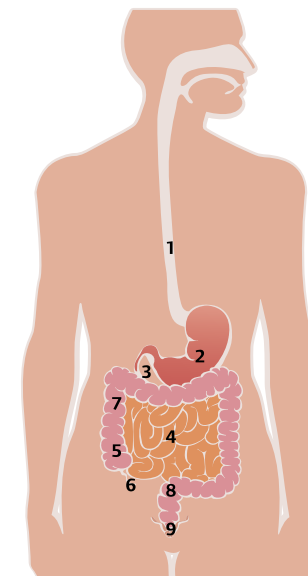
Mi történik, ha a székletmintákban vért találunk?



Ha a Program Svit keretében végzett vizsgálat eredménye pozitív, az azt jelenti, hogy a székletmintákban vér jelenlétét mutattuk ki. Ez semmiképpen sem jelenti azt, hogy Ön rákos – csupán azt jelenti, hogy a bélben vérzés lépett fel, amelynek okát ki kell vizsgálni.

A vastagbél és a végbél részletes vizsgálatát, amely tisztázza a vérzés okait, kolonoszkópiának nevezzük.

A vérzést legtöbbször polipok okozzák, amelyek apró nyálkahártya-kinövések, és az évek során elrákosodhatnak. Lehetne őket „időzített bombának” is nevezni, de a jó hír az, hogy a kolonoszkópiával időben felismerhetők és eltávolíthatók – még mielőtt gondot okoznának.



1 nyelőcső; 2 gyomor; 3 patkóbél; 4 vékonybél; 5 vakbél; 6 féregnyúlvány; 7 vastagbél; 8 végbél; 9 végbélnyílás

Milan Stefanovič főorvos, gasztroenterológus



Fotó: Stane Jeršič

„A kolonoszkópia olyan vizsgálat, amelynek során az orvos – az endoszkópos szakember – egy vékony, hajlékony, kamerával ellátott műszer segítségével betekint a vastagbélbe. A tapasztalt endoszkópos szakember megbízhatóan felismeri és meghatározza a rák előtti elváltozást, majd biztonságosan és hatékonyan eltávolítja azt. A már kialakult vastag- és végbélrákot a szűrőprogramban a korai szakaszban fedezzük fel, amikor a kezelés sikere általában kiváló.”

Kolonoszkópia

A Program Svit tapasztalatai azt mutatják, hogy a programban részt vevő emberek körülbelül 6%-ánál mutatunk ki vért a székletmintákban. **Mindenkinek, aki pozitív eredményt kap, azt javasoljuk, hogy a Program Svit keretében végeztesse kolonoszkópiát.**



Fotó: Alenka Peterlin

A kolonoszkópia biztonságos és hatékony vizsgálat, amelynek során a szakorvos alaposan átvizsgálja a vastagbelet és a végbellet. Speciális, hajlékony csövet használ, amelynek a végén egy apró kamera található, amely lehetővé teszi a bélnyálkahártya részletes vizsgálatát. A vizsgálat sikeressége szempontjából fontos, hogy a bél jól ki legyen tisztítva, amit speciális diétával és az orvosa által felírt hashajtókkal érhet el.

Amennyiben a vizsgálat után kolonoszkópiára lesz szükség, először keresse fel házi- vagy választott orvosát. Együtt megtervezik a vizsgálat elvégzését a Program Svit keretében. **Felhívja a Program Svit telefonos ügyfélszolgálatát és vizsgálati időpontot egyeztet a Szlovénia-szerte működő Svit kolonoszkópiás központok egyikében.** Ezek a diagnosztikai központok megfelelnek a legszigorúbb szakmai előírásoknak, és biztosítják a vizsgálat minőségi és biztonságos elvégzését.



Fotó: Lovro Rozina

A vizsgálat kissé kellemetlen lehet, de a legtöbb ember számára fájdalommentes.

Ha az orvos a kolonoszkópia során polipokat fedez fel, azokat azonnal el tudja távolítani – méghozzá teljesen fájdalommentesen. A levett szövetmintákat ezután részletes szövettani vizsgálatra küldi.

Mi történik akkor, ha kiderül, hogy rákról van szó?

A rák gondolata nagyon ijesztő lehet, és pontosan ezért olyan rendkívül fontos a megelőző szűrővizsgálaton való részvétel – a betegség korai felismerése jelentősen növeli a teljes gyógyulás esélyét.

Ha a vizsgálatok azt mutatják, hogy a bélben rákos elváltozások vannak, a kezelés azonnal megkezdődik. Ez tapasztalt onkológusok gondos irányításával és háziorvosa közreműködésével folyik.

A modern orvostudomány lehetővé teszi a vastag- és végbélrák nagyon hatékony kezelését – különösen akkor, ha a betegséget korai szakaszban fedezik fel. Ezért fontos, hogy ne késlekedjen. Időben történő válaszolással és a Programban Svit való részvétellel megőrizheti egészségét – és életét.

Samo Podgornik



Fotó: személyes archívum

„Szép, sőt egyenesen csodálatos, hogy bár több mint tíz éve, 52 éves koromban, májjáttétes vastagbélrákot diagnosztizáltak nálam, még mindig élek. Köszönet a Programnak Svit, amely meghívót küldött nekem a szűrőprogramban való részvételre. És mivel válaszoltam, a rákomat időben felfedezték. A műtét és a kemoterápia, valamint a gyógyulni akarásom legyőzött minden nehézséget, amit a rák hozott az életembe.

Büszke vagyok rá, hogy 2015 decemberében elvállaltam a Program Svit nagyköveti tisztségét. Ez megtiszteltetés és egyben ösztönzés számomra, hogy boldog végkifejlettel záruló történetemmel megszólítsam a szlovén nőket és férfiakat, meghívjam őket a Programban Svit való részvételre, és a beszélgetéssel reményt öntsek azokba, akik hasonló cipőben járnak.”

Ne féljen belső világától. Vizsgáltassa ki magát!

Mit tehet azért, hogy egyáltalán ne betegedjen meg?

- ☞ Vegyen részt rendszeresen a Programban Svit és hasonló szűrőprogramokban.
- ☞ Válasszon egészséges életmódot: a több mozgás, a kiegyensúlyozott táplálkozás és az egészséges testsúly megőrzése váljon mindennapjai részévé.
- ☞ Hagyja abba a dohányzást, csökkentse vagy teljesen hagyja el az alkoholfogyasztást és más káros szokásokat.
- ☞ Figyeljen testére, és bélrendszeri panaszok esetén keresse fel orvosát.
- ☞ Mutasson jó példát, és ösztönözzön másokat is a megelőzésre.

Silvestra Brodnjak

„Az egészségmegőrzés apró lépésekkel kezdődik. Ezek egyike a széklet rendszeres vizsgálata vér jelenlétére. Amikor megkapja a Program Svit meghívóját, feltétlenül válaszoljon rá!

A barátnőm elárulta, hogy sokáig halogatta a székletminta beküldését. Unokája, aki az iskolában látta a vastagbél makettjét és hallott a SVIT bácsiról, megkérdezte tőle, megkapta-e már a levelét. Akkor egy pillanat alatt döntött, és megtette azt, amire korábban nem is figyelt. Amikor megérkezett a negatív lelet, büszkén megmutatta az unokájának, és elhatározta, hogy ezentúl kétfévente élni fog a Program Svit ajándékával.”



Fotó: személyes archívum

Majda Gros

„Egész életemben pozitív és energikus ember voltam, mindig aktív életet éltem, és szívesen segítek másoknak. Hogy most is ilyen lehetek, azt kizárólag a Programnak Svit köszönhetem. 50 éves koromban kaptam egy meghívót, amelyre azonnal válaszoltam. A vizsgálatok után rákot diagnosztizáltak nálam. Mivel korábban semmilyen tünetem nem volt, nagyon meglepődtem. Szerencsére elég gyorsak voltunk, és a sikeres kezelés után most teljes életet élek. A szerencse mellém állt, és hálás vagyok, hogy vannak olyan programjaink, mint a Program Svit.

Elszomorít, hogy még mindig sokan nem válaszolnak a meghívásra. Az élet túl rövid ahhoz, hogy elhanyagolja egészségét; szánjon időt magára, és válaszoljon a meghívásra, amely megmentheti életét.”



Fotó: személyes archívum

Tudnivalók a Programról Svit,

a vastag- és végbélrákot megelőző elváltozások és a rák korai felismerését célzó országos programról.

A Program Svit egy országos szűrőprogram, amelynek fő célja a vastag- és végbélrákot megelőző elváltozások és a rák korai felismerése. Programunk jelentősen hozzájárul a megbetegedések számának csökkentéséhez, valamint növeli a sikeres gyógyulás és a túlélés esélyeit a felismert betegséggel küzdő páciensek körében.

A programot a Szlovén Köztársaság Egészségügyi Minisztériuma és a Szlovén Egészségbiztosító Intézet működteti. A programban való részvétel ingyenes, mivel költségeit teljes egészében fedezi az egészségbiztosítás.

A programba 50 és 74 év közötti nők és férfiak kapnak meghívást. A Program Svit keretében a rejtett vérzésre irányuló vizsgálatot kétfévente kell elvégezni, a 74. életév betöltéséig.

A Program Svit a minőségi közegészségügyi ellátórendszer része, és a modern orvostudomány legújabb ismeretein alapul. A végrehajtás során következetesen betartjuk a szakmai ajánlásokat, valamint az Európai Unió országaiban és beépítjük a világ más részein működő legsikeresebb prevenciós programok tapasztalatait.

A program magas minőségi színvonalat biztosít a végrehajtás minden szintjén – a szűréstől és a diagnosztikai eljárásoktól kezdve a felismert rák kezeléséig.



A programba való meghívást és a székletben vér jelenlétét kimutató laboratóriumi vizsgálatot kétfévente ismételjük.

A mintákat a Program Svit központi laboratóriumában dolgozzuk fel, amely egész Szlovénia területét lefedi. A pozitív eredményekről tájékoztatjuk a résztvevőket és orvosait, a negatívokról pedig csak a résztvevőket. Az orvosokat évente egyszer tájékoztatjuk minden olyan páciensükről, aki részt vett a programban.

A Program Svit keretében végzett kolonoszkópiát speciálisan képzett szakorvosok – belgyógyász-gasztroenterológusok – végzik a kapcsolódó egészségügyi központokban Szlovénia-szerte. A kolonoszkópia során eltávolított szövetmintákat kórszövettani laboratóriumokban patológus szakorvosok vizsgálják meg. A bélben felismert elváltozásokkal küzdő betegek kezelése tapasztalt szakemberek irányításával történik a különböző egészségügyi intézményekben.

A Program Svit szakmai irányítását egy szaktestület végzi, amely az orvostudomány különböző területeinek elismert szakorvosaiból áll. A Programot Svit a Nemzeti Közegészségügyi Intézet (NIJZ) vezeti, működteti és hangolja össze. A program végrehajtásában Szlovénia számos egészségügyi intézményének egészségügyi személyzete vesz részt.

A PROGRAM SVIT BEVEZETÉSE ELŐTT SZLOVÉNIÁBAN A VASTAG- ÉS VÉGBÉLRÁKOS ESETEKNEK CSUPÁN 15%-ÁT FEDEZTÉK FEL KORAI SZAKASZBAN.

MA A PROGRAM SVIT KERETÉBEN AZ ESETEK AKÁR 70%-ÁT OLYAN KORÁN FEDEZZÜK FEL, HOGY ONKOLÓGIAI KEZELÉSRE EGYÁLTALÁN NINCS IS SZÜKSÉG.



ÁLLAMI SZŰRŐPROGRAM ÉS
KORAI FELISMERÉS A VAS-
TAGBÉL ÉS A VÉGBÉL RÁKOS
ELVÁLTOZÁSAINAK ÉS RÁKOS
MEGBETEGEDÉSEINEK
ELŐFORDULÁSA ESETÉN



Program Svit

p. p. 241,
1001 Ljubljana

Telefonos

ügyfélszolgálat

+386 1 62 04 521

HÉ-PÉ

9:00–14:00

E-mail

svit@nijz.si

Weboldal

www.program-svit.si/hu

**A Programmal Svit kapcsolatban
további tájékoztatást kaphat a
legközelebbi egészségházban
működő Svit-támogatópontban.**

Kérésére a Program Svit anyagait
olasz, magyar, angol, albán vagy
horvát nyelven is elküldhetjük
Önnök. A hanganyagok és a
szlovén jelnyelvű anyagok elérhet
k a honlapon, ahol további
érdekes információkat is talál.