

LÉPÉSRŐL LÉPÉSRE A VASTAGBÉLSZŰRÉSRL



MIÉRT FONTOS A VASTAGBÉLSZŰRÉS?

Hazánkban a vastagbélrák a második leggyakrabban előforduló rosszindulatú daganatos megbetegedés. Leginkább a 40. életév után jelentkezik, jellemzően 50 és 70 éves kor között a legmagasabb az előfordulási gyakorisága, utána fokozatosan csökkenni kezd.

Nagyon fontos tudnia, hogy a rosszindulatú vastagbél-daganatok lassan alakulnak ki és a kezdeti időszakukban többnyire nem járnak olyan tünetekkel, amit Ön észrevenne.

Ugyanakkor a vastagbél daganatai igen hatékonyan szűrhetők, s ez által meg is előzhetők! De mit is jelent pontosan a „szűrés” kifejezés?

A „szűrés” az a folyamat, amikor még nem is beszélünk igazán betegségről, viszont meg lehet állapítani, hogy Önnél fennáll-e olyan kezdeti állapot, ami még semmilyen panaszt vagy tünetet nem okoz, viszont rosszindulatú daganattá alakulhat.

Miért fontos ez? A daganatos elváltozások az egészséges szervezetből indulnak ki, majd a testünket érő környezeti hatások következtében alakulhatnak át rosszindulatú daganattá. Ez a folyamat éveket vehet igénybe és sokáig tünetmentes lehet. A panaszok gyakran későn észlelhetők. Ekkor a betegség már előrehaladott stádiumban is lehet, sőt nemegyszer halálossá válhat. A szűrés éppen abban képes segíteni, hogy még a kezdeti, tünetmentes időszakban felismerhető legyen az olyan elváltozás a vastagbélben, amely később súlyos problémákat okozhat.

Amennyiben vastagbélszűrésre meghívót kap, akkor azt figyelmesen olvassa el és jelentkezzen háziorvosánál!

MELYEK A VASTAGBÉLSZŰRÉS ALAPVETŐ LÉPÉSEI?

Az első lépés a székletvér vizsgálata. A székletben a vér több ok miatt is megjelenhet. Okozhatja többek között aranyérbetegség, a vastagbél gyulladása, de akár származhat a gyomorból vagy a szájjüregből is (pl. fogínyvérzésből). A kisebb intenzitású vérzések szemmel nem látható elszíneződést okoznak a székletben, ennek kimutatására laboratóriumi módszerek szükségesek.

Második lépésként az esetleges vérzés hátterének tisztázására, szükség van a vastagbél vizsgálatára (vastagbéltükrözés, más szóval kolonoszkópia). A vizsgálat során béltisztítást követően a vastagbél belső felszínét endoszkóppal nézik át. Ha olyan eltérést találnak, ami a vastagbél szövetéből kitüremkedik (szövetkinövés, más néven polip), azt azonnal el is tudják távolítani, így az nem tud daganattá alakulni. A vizsgálat egyénileg eltérő módon okoz kellemetlenséget, ezért kérés esetén bódításban is el lehet végezni.

HOGYAN TÖRTÉNIK A SZŰRÉS ELSŐ LÉPÉSE, A SZÉKLETVÉR VIZSGÁLATA?

Ön postai levél útján meghívást kap a vastagbélszűrésre, majd a háziorvosától kapja meg a széklet mintavételhez szükséges eszközt, melynek segítségével a hozzá mellékelt tájékoztató szerint a mintavételt otthonában el tudja végezni. Két különböző napon történő





székletürítés után kell kis mennyiségű székletmintát vennie a szűrési csomagban található eszköz segítségével, majd a tartályba belehelyeznie azt. Nagyon fontos a mintavételi tájékoztató pontos követése, mert nem megfelelő mintavétel esetén (pl. túl sok széklet kerül a mintavevőre) a székletvér vizsgálatot nem lehet elvégezni.

A tartály mellé a már előre megcímzett borítékba az alábbiakat tegye bele:

- a zárófüles tasakba helyezett, mintát tartalmazó téglékeket;
- a meghívólevélen jelzett, levágott részt a mintavétel dátumával kiegészítve.

A csomagot mihamarabb postán, ablaknál kell feladnia.

HOGYAN ÉRTESÜLHET A SZÉKLETVÉR VIZSGÁLAT EREDMÉNYÉRŐL?

A székletvértesztet és a székletminta értékelését speciális laboratóriumban végzik. A laboratórium az eredményeket a háziorvoshoz juttatja el, Ön pedig tőle tud érdeklődni az eredményről a csomag feladását követő körülbelül két héten belül.

MILYEN EREDMÉNYEI LEHETNEK A SZÉKLETVÉR VIZSGÁLATNAK?

1. **A negatív lelet** azt jelenti, hogy a székletben rejtett vér nem volt kimutatható.
2. **A nem-negatív lelet** azt jelenti, hogy a székletben rejtett vér volt kimutatható, ezért további vizsgálat szükséges a vérzés okának kiderítéséhez.

3. Az értékelhetetlen lelet azt jelenti, hogy az adott minta feldolgozása során valamilyen technikai hiba történt. Ebben esetben háziorvosa biztosít Önnek újabb 2 mintavevő eszközt a székletminták újbóli levételéhez.

- Amennyiben a székletvér vizsgálati eredménye negatív, 70 éves koráig két évente ismételt meghívást fog kapni a szűrésre.
- Amennyiben a székletvér vizsgálati eredménye nem negatív, Ön jogosult a vastagbéltükrözéses szűrővizsgálatra. Fontos, hogy nem-negatív lelet esetén akkor is érdemes elvégeztetni a vastagbéltükrözést, ha Ön semmilyen tünetet nem tapasztal, azaz nincsen panasza!

NEM NEGATÍV LELET ESETÉN:

HOGYAN TÖRTÉNIK AZ IDŐPONT FOGLALÁSA A VASTAGBÉLTÜKRÖZÉST VÉGZŐ SZAKRENDELÉSRE?

A nem-negatív székletvérteszt eredménye esetén a háziorvosa segítségével telefonon vagy elektronikusan foglalhatnak időpontot a szűrő endoszkópos rendelésre ahol elvégzik a vastagbéltükrözést. Fontos tudnia, hogy nem minden szolgáltató végezheti el a tisztázó vastagbéltükrözést. Előfordulhat, hogy lakóhelyétől távolabb kell ezért utaznia. A háziorvosától továbbá laboratóriumi vizsgálatra (vérvétel) és szükség esetén egyéb szakorvosi vizsgálatokra is kap beutalót, valamint a béltisztító készítmény (hashajtó) kiváltásához receptet. Kérjük, hogy az Önnek fenntartott időpontban jelenjen meg a szakrendelésen, vagy időpont-módosítási igényét jelezze háziorvosának legalább 5 nappal a vizsgálat előtt.

HÁNY SZABADNAPRA VAN SZÜKSÉG A VASTAGBÉLTÜKRÖZÉSHEZ?

A vizsgálatra előjegyzéskor érdemes figyelembe vennie, hogy általában egy szabadnapra lesz szüksége, a vizsgálat napjára. A vizsgálatot megelőző előkészítő nap a kolonoszkópia időpontjától függően délután vagy a kora esti órákban kell elkezdni a béltisztítást. Javasoljuk továbbá, hogy a következő napra vagy napokra se tervezzen nagyobb utazást, nehéz fizikai munkával járó tevékenységet különösen, ha a vizsgálat során beavatkozás is történik.



SZÜKSÉGES-E LABORATÓRIUMI VIZSGÁLAT (VÉRVÉTEL) A TÜKRÖZÉS ELŐTT?

A tükrözés előtt két héten belül az arra kijelölt vérvételi helyen vérvizsgálatot kell elvégeztetnie. A szakrendelésen kizárólag ezzel az eredménnyel tudják a vizsgálatot elvégezni.

Fontos, hogy a vérvizsgálat eredményét feltétlenül mutassa meg a háziorvosának, valamint vigye magával a vastagbéltükrözésre is.

MIT JELENT A VASTAGBÉL ELŐKÉSZÍTÉSE (BÉLTISZTÍTÁS) A VIZSGÁLAT ELŐTT?

Annak érdekében, hogy a vizsgáló orvos pontosan áttekinthesse a bél belső felületét, fontos a megfelelő béltisztítás. Ehhez javasolt az étkezési előírások betartása, a béltisztításra alkalmas készítmény előírás szerinti használata (hashajtó), valamint előírt mennyiségű folyadék fogyasztása.

MELYEK A BÉLTISZTÍTÁSHOZ HASZNÁLATOS KÉSZÍTMÉNYEK?

Háziorvosa vagy a gasztroenterológusa (a gyomor-bélrendszer betegségeivel foglalkozó belgyógyász szakorvos) az Ön általános állapotához és az esetlegesen előforduló betegségeihez igazítja a megfelelő béltisztító készítmény kiválasztását, amelyet receptre felír és Önnek a gyógyszerértárban kell kiváltania azt.

MELY ELŐÍRÁSOK BETARTÁSA SZÜKSÉGES A VIZSGÁLAT ELŐTTI 4. NAPTÓL?

Fontos, hogy bizonyos gyógyszerek alkalmazását szüneteltetni kell vagy módosítani szükséges azok adagolását a vizsgálatot megelőzően. A részletekkel kapcsolatban érdeklődjön háziorvosánál.

Például:

- Ha Ön szed vaspótló tablettát, hagyja abba annak alkalmazását.
- Ha Ön vérhígító hatású készítményt használ (pl.: warfarin, kumarol (Syncumar), acetilszalicilát (pl.: Astrix, Aspirin protect), nem szteroid típusú fájdalomcsillapítók (pl.: Cataflam, Flector), clopidogrel (pl.: Plavix), Rivaroxaban, Dabigatran, Apixaban, Fraxiparine, Clexan stb.) kérdezze meg háziorvosát a gyógyszer szedéséről.
- A naponta szedett egyéb gyógyszereit (pl.: vérnyomáscsökkentő, koleszterincsökkentő, asztma-ellenes szerek stb.) alkalmazza az orvosi utasításoknak megfelelően.
- Ha Ön cukorbeteg vagy speciális diétát igényel, kérdezze meg orvosát a gyógyszerek szedéséről, amit kérjük, tartson is be.

Bizonyos étrendi előírások betartása javasolt ahhoz, hogy a vizsgálat idejére a vastagbélben ne maradjanak ételmaradványok, mert ezek meg tudják nehezíteni a bél áttekinthetőségét.

Tervezze meg étrendjét és vegye figyelembe, hogy az elkövetkező két napban a rostszegény diéta javasolt. Ügyeljen az étkezésére ezeken a napokon, és vásárolja meg a hiányzó élelmiszereket.



Ezeket javasoljuk:

- fehér lisztből készült pékáruk, tésztafélék, rizs, babapiskóta, burgonya (héj nélkül), krumplipüré (tej nélkül);
- puhára főzött zöldségek (nem aprómagvas, héj nélkül);
- szárnyas hús, hal puhára főzve vagy párolva (bőr nélkül);
- zöldségleves, erőleves, burgonyaleves;
- főtt vagy lágy tojás, rántotta (tej nélkül);
- natúr tejtermékek (pl. kefir, joghurt), vaj, margarin, sajt, krémsajt;
- kompót (héj és mag nélküli gyümölcsből);
- fehér vagy barna cukor, édesítőszer;
- tea, szűrt szőlőlé vagy almálé;
- kávé (tej, tejszín nélkül).

Fontos, hogy sok folyadékot, legalább 1,5-2 litert fogyasszon naponta, ami lehet szénsavmentes ásványvíz, nem túlzottan színezett üdítő, tea vagy szűrt lé.

Ebben a néhány napban NE fogyassza ezeket:

- teljeskiőrlésű gabonából készült kenyér, péksütemények és tésztafélék, korpás készítmények (korpás kenyér, müzli stb.);
- nyers zöldségek és gyümölcsök;
- apró magvas gyümölcsök (ribizli, málna stb.) és a gyümölcsök héja;
- apró magvas zöldségek (paprika, paradicsom, padlizsán stb.);
- kukorica, brokkoli, káposztafélék, szárazbab, borsó;
- olajos magvak (mogyoró, dió, mák, tökmag stb.);
- vörös húsok (sertés, marha stb.);
- olajban, zsírban sült ételek;
- szárított gyümölcsök;
- gyümölcsös joghurtok, csokoládé, lekvár.

Teendők a vizsgálat előtt 4 nappal: Az orvos által felírt béltisztító készítményt váltsa ki a patikában. Használat előtt olvassa el az előkészítésre vonatkozó tájékoztatót.

Teendők a vizsgálat előtt 3 nappal: Kezdje meg az előírt étrendet!

Teendők a vizsgálat előtt 2 nappal: Folytassa az előírt étrendet!

Teendők a vizsgálat előtti napon: Mindig az alkalmazott béltisztító szerhez kapott használati utasítás szerint járjon el, a tisztítás megkezdését a béltükrözés időpontjához igazítsa! Fontos ugyanis, hogy a béltisztulás és a kolonoszkópos vizsgálat elkezdése között 6 óránál több ne teljen el.

Ha másként nem rendelték el, a következők szerint járjon el: reggel 7 óráig ehet egy könnyű reggelit (lágy tojás, vajas pirítós), azt követően már semmi más szilárd ételt ne fogyasszon, csak folyadékot: szűrt almalé, szűrt fehérszőlőlé, tea (lehet cukorral), kávé (lehet cukorral), szűrt húsleves, szénsavmentes ásványvíz.

Fontos, hogy ne igyon tejet vagy tejtartalmú italokat, színezett üdítőket.

Nyugodtan vegye be a kezelőorvosával egyeztetett (már korábban is szedett) gyógyszereit, illetve kezdje el alkalmazni a hashajtáshoz előírt készítményt.

Ezen a napon kezdje el a hashajtáshoz előírt készítmény használatát. Ez a gyógyszer folyadékvesztést okoz, ezért nagyon fontos, hogy sokat igyon, legalább 2-3 litert ezen a napon (óránként igyon egy pohár folyadékot).

Tartózkodjon közel a mellékhelyiséghez. Az előkészítés akkor megfelelő, ha a hasmenést követően már csak áttetsző, tiszta folyadék ürül.

Teendők a vizsgálat napján: Ha a vizsgálat a délelőtti órákban történik, a vizsgálat napján már ne vegyen be hashajtót, de ha a vizsgálatra a nap későbbi óráiban kerül sor, akkor a reggeli órákban folytassa a béltisztítást az előírás szerint. A vizsgálat előtt 2 órával már ne fogyasszon folyadékot sem (altatóorvos utasítására ez az idő növekedhet). Gyógyszereit vegye be, **kivéve** a cukorbetegségre kapott készítményeit.

EGYEDÜL VAGY KÍSÉRŐVEL MENJEN A TÜKRÖZÉSRE?

Ajánlott kísérővel menni, aki támogatja Önt, továbbá feljegyezheti az orvostól hallottakat.

Ha a vizsgálatot bódításban, esetleg altatásban végezték, kizárólag kísérővel távozhat a vizsgálatról. Aznap már nem vezethet gépjárművet, nem végezhet felelősséggel járó feladatot!

MIT VISELJEN A VIZSGÁLAT NAPJÁN?

Célszerű a könnyen le- és felvehető, laza öltözet. A vizsgálathoz deréktól lefelé le kell vetkőznie, majd ezután egy speciális nadrágot vagy lepedőt biztosítanak a tükrözés idejére.

MIT VIGYEN MAGÁVAL A VASTAGBÉLTÜKRÖZÉSRE?

Vigye magával személyi iratait, illetve a vérvételi labor- és szakorvosi leleteit, háziorvosától kapott beutalóját, előzetes vizsgálati eredményeit és a szedett gyógyszereinek listáját.

Célszerű, ha visz magával egy tekercs WC papírt, papír kéztörölőt, váltó fehérneműt, néhány szem szőlőcukrot és folyadékot, amit a vizsgálat után elfogyaszthat. Ha az utazási idő hosszú a szakrendelésre, legyen Önnél folyadék és gyógyszer, amit napközben kell bevennie.



TUDNIVALÓK CUKORBETEGSÉG ESETÉN

Ha Ön cukorbeteg, fontos, hogy már az időpont foglaláskor jelezze betegségét, különösen akkor, ha inzulint kap. Figyelnie kell arra, hogy a hashajtás során is egyensúlyban maradjon a szénhidrát-háztartása, ezért szükség van a vércukor szintjének rendszeres ellenőrzésére.

MI A TEENDŐ ÁLTALÁNOS SZÉKREKEDÉS ESETÉN?

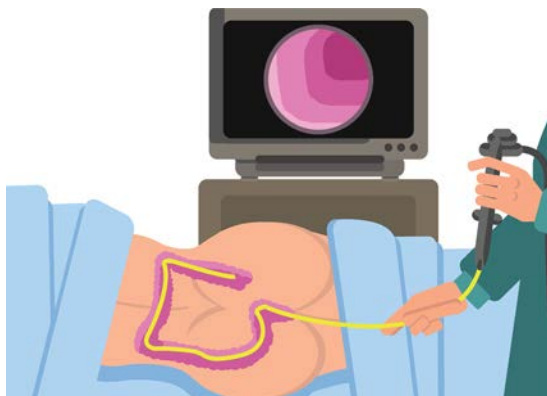
Ha Önnek általában székrekedése van, a hashajtásos előkészítés akkor kezdhető meg, ha előtte volt legalább egy laza széklete. Ennek előidézéséhez használhatja a szokásosan alkalmazott hashajtóját, vagy kérje háziorvosa tanácsát.

MI A TEENDŐ IMPLANTÁTUM VISELÉSE ESETÉN?

Ha Ön szívritmusszabályzót (pacemaker), ízületi protézist, féMLEMEZT, csavart stb. visel, az előkészítés előtt tájékoztatnia kell a vizsgálatot végző szakorvost.

HOGYAN TÖRTÉNIK A VASTAGBÉLTÜKRÖZÉS (KOLONOSZKÓPIA)?

A vizsgálatot végző szakemberek részletes tájékoztatást adnak Önnek a vizsgálat folyamatáról és a teendőkről. A vastagbéltükrözés teljes folyamata 30-45 percet vesz igénybe, melyből a vizsgálat 15-25 perc. A vastagbelet levegővel vagy szén-dioxiddal fújják fel a megfelelő láthatóság érdekében. A vizsgálat során előfordulhat hasi kellemetlen érzés, görcs vagy puffadás. A bódításban végzett vizsgálat kevésbé kellemetlen.



MI TÖRTÉNIK, HA ELVÁLTOZÁST TALÁLNAK A VIZSGÁLAT SORÁN?

Ha vizsgálatkor polipot találnak, azt lehetőség szerint eltávolítják és szövettani vizsgálatra küldik, amelynek az eredménye körülbelül két hét alatt készül el. Ennek függvényében fogja kezelőorvosa eldönteni, hogy milyen további esetleges kezelés szükséges. **A lelettel keresse meg mielőbb háziorvosát.**

MILYEN TÜNETEK JELENTKEZHETNEK A VIZSGÁLATOT KÖVETŐEN?

A vastagbéltükrözést követően körülbelül fél órás, bódítás esetén hosszabb megfigyelés szükséges, amely során a vizsgálattal kapcsolatos esetlegesen fellépő panaszok megjelenhetnek. A vizsgálat után enyhe hasi fájdalom, puffadás, hányinger előfordulhat. Erős görcsök, hányás, véres széklet esetén forduljon orvoshoz.

MIKOR FOGYASZTHAT ÉTELT ÉS ITALT A VIZSGÁLAT UTÁN?

A vizsgálat után közvetlenül ihat (szénsavas italok kivételével) és könnyű ételt fogyaszthat. **Ha a vastagbéltükrözést bódításban vagy altatásban végezték, csak akkor fogyaszthat ételt és italt, amikor már teljesen ébren van és biztonsággal tud nyelni.**

Ha polip-eltávolításra is sor került, akkor két napig kerülje a magvas ételek és a szénsavas italok fogyasztását. 7 napig kerülje a fizikai terhelést, a nehéz súlyok emelését, a melegvizes fürdözést, valamint a nagyobb utazást. Polip-eltávolítás után mindenképpen tartsa be a szakorvos utasítását!

További információért kérjük, forduljon háziorvosához vagy keressen bennünket az alábbi elérhetőségeken:

WWW.SZURES.NNK.GOV.HU

SZURES@NNK.GOV.HU



NEMZETI NÉPEGÉSZSÉGÜGYI KÖZPONT