

Badania przesiewowe w kierunku raka Wszystko, co musisz wiedzieć

1. CO TO JEST BADANIE PRZESIEWOWE I JAK DZIAŁA



Badania przesiewowe w kierunku raka pozwalają wykryć nowotwór, zanim wystąpią jakiegokolwiek objawy, a wczesne wykrycie choroby zapewnia lepsze możliwości leczenia. Jeśli lekarz zasugeruje badanie przesiewowe, nie panikuj! Nie oznacza to, że podejrzewa raka, gdyż badania przesiewowe są często przeprowadzane jako środek ostrożności.

W oparciu o jednoznaczne dowody naukowe w grudniu 2022 r. Rada Europejska przyjęła zalecenia dotyczące badań przesiewowych w kierunku raka skierowane do państw członkowskich UE¹. W tym kontekście:

- Europejski plan walki z rakiem udziela wsparcia państwom członkowskim, zakładając, że 90% populacji UE, która kwalifikuje się do badań przesiewowych w kierunku raka piersi, szyjki macicy i jelita grubego, otrzyma dostęp do takich badań do 2025 r. W zaleceniach jest również mowa o rozszerzeniu populacyjnych badań przesiewowych w kierunku raka o raka płuc, prostaty i, w pewnych okolicznościach, raka żołądka.
- Misja UE ds. walki z rakiem zapewnia wsparcie w opracowywaniu bardziej niezawodnych, mniej inwazyjnych i tańszych testów przesiewowych.

Oto, jak wyglądają badania przesiewowe dla każdego typu raka:

Rak piersi

Badania przesiewowe zalecane kobietom w wieku od 50 do 69 lat²

- **Mammografia** – jest to badanie rentgenowskie piersi, które należy do najbardziej popularnych rodzajów badań przesiewowych.
- **Rezonans magnetyczny piersi (MRI)** – zastosowanie MRI należy rozważyć, gdy jest to uzasadnione medycznie. Stosowany w połączeniu z mammografią, rezonans magnetyczny piersi wykorzystuje specjalne magnesy i fale radiowe do badania obrazowego piersi.
- **Kliniczne badanie piersi** – badanie przeprowadzane przez lekarza lub pielęgniarkę, którzy za pomocą rąk wyczuwają obecność guzków lub innych zmian.
- **Samokontrola piersi** – ważne jest, aby kobiety regularnie badały swoje piersi w celu wykrycia wszelkich nietypowych guzków lub zmian, które należy zgłosić lekarzowi.



Rak jelita grubego

Badania przesiewowe zalecane dla osób w wieku od 50 do 74 lat

- **Wykrywanie krwi utajonej w kale (test FIT)** – stolec jest poddawany badaniu w celu wykrycia nieprawidłowości. FIT jest preferowanym testem przesiewowym, który stosuje się przed skierowaniem pacjenta na kontrolną kolonoskopię.
- **Sigmoidoskopia elastyczna** – badanie polegające na wprowadzeniu przez odbyt krótkiego, cienkiego i giętkiego endoskopu. Lekarz ocenia dolną jedną trzecią część odbytnicy pod kątem obecności polipów lub guzów.
- **Kolonoskopia** – badanie podobne do sigmoidoskopii, tyle że lekarz używa dłuższego endoskopu, aby sprawdzić, czy wewnątrz odbytnicy i całej okrężnicy nie znajdują się polipy lub guzy.
- **Kolonoskopia wirtualna** – tomografia komputerowa (TK) jelita grubego, zwana również kolonoskopią wirtualną, wykorzystuje promieniowanie rentgenowskie i komputery do badania obrazowego całej okrężnicy.



Rak szyjki macicy

Badania przesiewowe zalecane kobietom w wieku od 30 do 65 lat

- **Test HPV** – wykonuje się go w celu wykrycia obecności typów wirusa brodawczaka ludzkiego (HPV) wysokiego ryzyka, które mogą prowadzić do raka szyjki macicy.
- **Badanie cytologiczne** – znane jako wymaz cytologiczny lub cytologia szyjki macicy, polega na zebraniu komórek szyjki macicy w celu zidentyfikowania wszelkich zmian związanych z HPV, które mogą przekształcić się w raka szyjki macicy, jeśli nie są leczone.
- **Co-test HPV/Pap** – łączy w sobie test HPV i badanie cytologiczne, umożliwiając jednoczesne wykrycie zarówno szczepów HPV wysokiego ryzyka, jak i wszelkich zmian w komórkach szyjki macicy związanych z zakażeniem HPV.



1 Zalecenie Rady w sprawie wzmocnienia profilaktyki poprzez wczesne wykrywanie: nowe podejście UE do badań przesiewowych w kierunku raka, listopad 2022 r.

2 Sugeruje się dolną granicę wieku wynoszącą 45 lat i górną granicę wieku wynoszącą 74 lata.

Rak żołądka

- **Gastroskopia** – zwana również endoskopią górnego odcinka przewodu pokarmowego, wykorzystuje ciekłą i giętą rurkę zwaną endoskopem do kontroli górnego układu pokarmowego. W krajach lub regionach o wysokiej zachorowalności na raka żołądka należy rozważyć wdrożenie strategii badań przesiewowych i leczenia *Helicobacter pylori*.



Rak prostaty

- **Test PSA** – jest to badanie krwi, które mierzy poziom antygenu specyficznego dla prostaty (PSA) we krwi. Test PSA jest stosowany w połączeniu z dodatkowym badaniem metodą rezonansu magnetycznego (MRI) w ramach badania kontrolnego.
- **Badanie odbytnicy palcem** – inaczej badanie DRE, polega na ocenie prostaty pod kątem jakichkolwiek nieprawidłowości, w tym guzów, poprzez badanie palcem w rękawiczce przez odbytnicę pacjenta.



Rak płuc

- **Tomografia komputerowa niskodawkowa (LDCT)** – lekarze stosują tomografię komputerową niskodawkową (LDCT) płuc w poszukiwaniu raka płuc. Jest to metoda stosowana zwykle u osób z grupy podwyższonego ryzyka.



2. ZNACZENIE BADAŃ PRZESIEWOWYCH

Głównym celem badań przesiewowych w kierunku raka jest zminimalizowanie zarówno zachorowalności na choroby nowotworowe, jak i śmiertelności. Nie ulega wątpliwości, że odpowiednie badania przesiewowe skutecznie zmniejszyły liczbę zachorowań i zgonów spowodowanych rakiem w UE i poza nią. Badania przesiewowe dają możliwość zidentyfikowania problemów zdrowotnych i ich skutecznego leczenia. Mogą również uspokoić pacjentów zaniepokojonych swoim stanem zdrowia i potwierdzić, że nie mają się czym martwić. Dlatego, jeśli otrzymasz zaproszenie na badanie przesiewowe, skorzystaj z niego.

Jeśli wynik badania przesiewowego będzie nieprawidłowy, mogą być konieczne dalsze badania diagnostyczne mające na celu potwierdzenie raka.

3. JAK PRZYGOTOWAĆ SIĘ DO BADANIA PRZESIEWOWEGO?

Sposób przygotowania się do badania przesiewowego w kierunku raka różni się w zależności od rodzaju samego badania, np. na kolonoskopię należy zgłosić się będąc na czczo. Szczegółowe informacje otrzymasz przed umówioną wizytą.

Jednak zwykle wystarczy przygotować się jak do standardowej wizyty u lekarza:

- Załóż wygodną odzież
- Zadbaj o higienę
- Przygotuj i zapisz wszelkie pytania

