СКРИНИНГ – простой способ предотвратить серьезные проблемы

Мы все ни раз слышали советы, как сохранить здоровье. Влияние этих рекомендаций на здоровье доказано, в то же время они требуют от нас бросить что-либо (вредные привычки), подвергают нас ограничениям (отказаться от любимого десерта и/или калорийного блюда), а также заставляют нас напрячься (заняться физической нагрузкой, встать с удобного дивана).

Скрининговые обследования на раннее обнаружение рака не требуют ничего подобного, разве только некоторой самодисциплины – нужно забронировать время и прийти на обследование.

Хотя скрининговое обследование не поможет избежать заболевания раком, результаты лечения рака, обнаруженного на начальной стадии, в разы лучше, чем в случае четвертой стадии.

Чем раньше диагностируется заболевание, тем лучше результаты лечения и прогноз на дальнейшую жизнь.

Все это мы тоже уже слышали. Лучших результатов лечения и надежду на долгую жизнь хотят все, кому пришлось обращаться к врачам с проблемами.

Тогда почему охват скринингового обследования (число людей, пришедших на обследование) у нас до сих пор такой низкий?

Возможно, причина тому неосведомленность – что такое скрининговое обследование?

Или причина кроется в убеждении «у меня ничего не болит, зачем мне идти»?

Или человек в сомнении – «а я в целевой группе?»

Что такое скрининговое обследование? Это обследование состояния здоровья, которое предназначено в первую очередь для здоровых людей определенной возрастной группы, не имеющих жалоб и симптомов, с целью раннего обнаружения рака груди, рака шейки матки или рака толстой кишки.

Цель скринингового обследования заключается в том, чтобы выявить людей, у которых отсутствуют симптомы или жалобы, однако имеются отклонения в анализах, указывающие на конкретный вид рака или предраковое состояние, благодаря чему возможно направить этих людей на постановку диагноза и лечение.

В Эстонии проводятся скрининговые обследования на выявление трех видов рака: рак груди, рак шейки матки и рак толстой кишки.

Скрининговое обследование на выявление рака груди стали проводить с 2002 года, с 2006 года добавился скрининг на выявление рака шейки матки, а скрининг на обнаружение рака толстой кишки стали проводить с 2016 года. На сегодняшний день идут подготовительные работы для начала проведения скрининга на выявление рака легких.

За этот период (более двадцати лет) скрининговые обследования прошли несколько этапов развития. Добавились возрастные группы людей, получающих приглашения. Начиная с 2021 года на скрининговое обследование приглашаются также люди без медицинского страхования.

На обследования на раннее обнаружение рака груди приглашаются женщины в возрасте 50–68 лет через каждые 2 года, если в течение последних пяти лет у них не был диагностирован рак груди.

В ходе скринингового обследования проводится радиологическое обследование молочной железы (маммография). Маммография является обследованием с безопасной для здоровья малой дозой радиации.

Современные методы лечения существенно повысили выживаемость пациентов, другими словами, продлили жизнь пациентам.

В случае раннего обнаружения, когда раковые клетки еще не распространились на другие ткани, эффективность лечения составляет 98-100%.

На скрининговые обследования по раннему выявлению рака шейки матки приглашаются женщины в возрасте 30–65 лет через каждые 5 лет, если в течение последних пяти лет у них не был диагностирован рак шейки матки.

Основными возбудителями рака шейки матки являются некоторые штаммы вируса папилломы человека (ВПЧ) высокого риска, которые можно обнаружить с помощью теста на ВПЧ. Тест на ВПЧ аналогичен обычному осмотру у гинеколога, в ходе которого небольшой щеточкой берут пробу со слизистой шейки матки.

Участие в скрининговом обследовании помогает своевременно обнаружить возможные изменения на клеточном уровне и предраковые состояния, когда они еще поддаются лечению.

На скрининговые обследования по раннему выявлению рака толстой кишки приглашаются мужчины и женщины в возрасте 60–68 лет через каждые 2 года, если ранее у них не был диагностирован рак толстой кишки, и они не проходили колоноскопию. В Европейском союзе рак толстой кишки стоит на третьем месте по заболеваемости и по частоте распространения является второй причиной смертности.

Если рак толстой кишки диагностируется своевременно (на начальной стадии), то среди мужчин пятилетняя выживаемость составляет 95%, а среди женщин – 100%. Пятилетняя выживаемость среди мужчин в случае четвертой (неизлечимой) стадии составляет всего 5%, среди женщин – 10%.

В 2023 году в Эстонии на скрининговое обследование на раннее выявление рака приглашено почти 200 000 мужчин и женщин:

на скрининговое обследование по раннему выявлению рака молочной железы приглашаются женщины следующих годов рождения: 1955, 1957, 1959, 1961, 1963, 1965, 1967, 1969, 1971 и 1973;

на скрининговое обследование по раннему выявлению рака шейки матки приглашаются женщины следующих годов рождения: 1958, 1963, 1968, 1973, 1978, 1983, 1988 и 1993;

на скрининговое обследование по раннему выявлению рака толстой кишки приглашаются мужчины и женщины следующих годов рождения: 1955, 1957, 1959, 1961 и 1963.

Если вы входите в целевую группу, то приглашения ждать не обязательно, зарегистрируйте себя на скрининговое обследование сами.

Основанием для регистрации является имеющееся на портале пациентов www.digilugu.ee направление (Patsiendiportaal → Terviseandmed → Saatekirjad/Портал пациента → Данные о здоровье → Направления).

Для бронирования времени обследования на рак шейки матки и рак груди позвоните в подходящее для вас медицинское учреждение и сообщите, что желаете зарегистрироваться на скрининг. Зарегистрироваться можно и через дигитальную регистратуру.

Для участия в скрининге на обнаружение рака толстой кишки свяжитесь со своим семейным врачом и зарегистрируйтесь на прием к семейной медсестре.

Важно помнить, что рак – это обычно медленно развивающаяся болезнь, поэтому некоторые виды рака могут быть обнаружены в ходе скрининговых обследований или осмотра, в связи с чем необходимо регулярно проверяться. Повторные обследования увеличивают вероятность обнаружения раковых опухолей.

Активность участия в скрининговых обследованиях в Ида-Вирумаа

К сожалению, по сравнению с другими уездами в Ида-Вирумаа самая низкая посещаемость всех трех видов скринингового обследования.

Согласно данным Института развития здоровья, в 2022 году в Ида-Вирумаа менее половины приглашенных приняло участие в скрининге на обнаружение двух видов рака (рака шейки матки и рака толстой кишки) – 39,9% и 46,4% соответственно. На скрининг на обнаружение рака груди пришло чуть больше приглашенных – 57,8%.

Европейский союз поставил цель – к 2025 году в скрининговых обследованиях должны принимать участие 90% людей из целевой группы.

До достижения этой цели осталось всего два года. Важна не цель сама по себе. Важно то, что участие в скрининге – это простой и безопасный способ сделать что-то очень конкретное на благо своего здоровья.

Берегите себя, регистрируйтесь на скрининговое обследование. Это может спасти вам жизнь!