



Pótolhatatlan vagy családod és magyar közösségünk számára!

Romániában évente **3000 nő** esetében fordul elő méhnyakrákos megbetegedés. A statisztikai adatok alapján minden nap 9 nő esetében diagnosztizálnak méhnyakrákot, és ebből 6 végzetes kimenetelű. Románia sajnos ebből a szempontból az első Európában. Az RMDSZ Nőszervezete arra buzdít minden fiatal nőt, feleséget, anyát és nagymamát, hogy figyeljen oda a lehetséges kockázati tényezőkre és tegye meg a szükséges lépéseket a megelőzés érdekében. **Vigyáznunk** kell egészségünkre, hisz ez a legértékesebb ajándék, amelyet önmagunknak és szeretteinknek adhatunk.



Vigyáznunk kell egészségünkre, hisz ez a legértékesebb ajándék, amelyet önmagunknak és szeretteinknek adhatunk.

Ígérd meg magadnak, hogy **odafigyelsz magadra** és minden tőled telhetőt megteszel annak érdekében, hogy **hosszú és egészséges életet** élj közöttünk!

Arra biztatunk, hogy minél több hölgy ismerősséddel oszd meg a méhnyakrák megelőzésével kapcsolatos tudnivalókat.

Köszönjük,
az RMDSZ Nőszervezete

www.nok.rmdsz.ro



RMDSZ
NŐSZERVEZET

PÓTOLHATATLAN VAGY CSALÁDOD ÉS KÖZÖSSÉGÜNK SZÁMÁRA!



MI A MÉHNYAKRÁK?



Méhnyakráknak nevezzük a méhnyak (collum vagy cervix) hámeredetű rosszindulatú daganatát.

A méhnyakrák akkor alakul ki, amikor a méhnyak sejtjei szabálytalan osztódásba kezdenek. A sejtek betörhetnek a környező szövetekbe, és a daganat ráterjedhet a végbélre és a húgyhólyagra is. **A méhnyakrák általában igen lassan fejlődik.**

A szöveti elváltozás **leggyakrabban 25-40 éves kor körül alakulhat ki** és állapota egyre súlyosabbá válhat. **Ha nem észlelik időben, akkor a sejtek a méhnyak felszínéről betörhetnek a mélyebb szövetrétegekbe és tumor-sejteké fejlődhetnek.** Ekkortól már méhnyakrákról beszélünk.



MELYEK A KOCKÁZATI TÉNYEZŐK?



A méhnyakrák kialakulásának **legfőbb kockázati tényezője a humán papillóma-vírus (HPV).**

Ez nem jelenti azt, hogy aki HPV-vel fertőződött, annál azonnal ki is alakul a daganat, a legtöbb HPV-fertőzött nő esetében nem alakul ki méhnyakrák.

A HPV fertőzés esélyét növeli:

- a szexuális élet megkezdése 18 éves kor előtt
- a szexuális partnerek gyakori változtatása
- szexuális kapcsolat létesítése olyan férfiakkal, akiknek több szexuális partnerük volt/van, illetve akik korán kezdtek nemi életet
- szexuális kapcsolat létesítése olyan férfival, akinek előző partnere méhnyakrákos volt, tehát HPV hordozó

Egyéb kockázati tényezők:

A méhnyakrákos nők nem mindegyike HPV-fertőzött, tehát a betegség kialakulásában más okok is szerepet játszanak.

A méhnyakrák kialakulásának kockázatát növeli:

- egyéb, szexuális úton terjedő betegség (pl. klamídia, herpesz)
- előrehaladott életkor
- dohányzás
- a tartósan legyengült immunrendszer, ilyenkor a szervezet kevésbé képes megküzdeni a vírusfertőzéssel

MIRE FIGYELJÜNK?



A méhnyakrák korai felismerésében komoly problémát jelent, hogy a betegség jellemzően nem okoz észrevehető tüneteket egészen addig, amíg a daganat előrehaladottabb stádiumba nem kerül. A méhnyakrák kialakulása 10-20 évig is eltarthat, így a tünetek általában már csak későn jelentkeznek.

Az első panaszok általában akkor jelentkeznek, amikor a fejlődő daganat már beszórtte a méhnyak izomállományát és/vagy ráterjedt a környező szövetekre is.

Ezért is nagyon fontos, hogy rendszeresen – lehetőleg évente – méhnyakrák szűrésen vegyünk részt!

Korai tünetek:

Néhány korai tünet azért akad, amely méhnyakrákra utalhat:

- szokatlan hüvelyi vérzés
- fájdalom

Előrehaladott stádiumban:

- székrekedés
- véres vizelet
- inkontinencia
- csontfájdalom
- az egyik láb bedagadása
- az egyik vagy mindkét vese duzzanata, amelynek oka a vizelet kóros felgyülemzése, étvágy- és testsúlycsökkenés, fáradtságérzet és energiahány



MIT TEHETSZ TE?



A méhnyakrák megelőzésének leghatékonyabb módja, ha a rákot megelőző állapotokat vagy a rák legkorábbi stádiumát időben észreveszik és kezelik.

A kezdeti stádiumban felfedezett méhnyakrák túlélési aránya a kezelés után csaknem 100%!

A méhnyakrák, illetve a megelőző állapotok korai felismerésének legfontosabb eszköze a citológiai (Papanicolaou) vizsgálat, melynek során sejtmintát vesznek a méhnyak felszínéről. Ez a vizsgálat fájdalommentes.

A nőgyógyászati vizsgálatok, illetve a citológiai vizsgálatok kezdetének ajánlott időpontja: a 18. életév, vagy a nemi élet megkezdésének időpontja, amennyiben az a 18. életév előtt kezdődött.

Mit tehetsz annak érdekében, hogy a citológiai vizsgálat minél megbízhatóbb legyen?

- ne a menstruáció idejére kérj előjegyzést
- ne végezz hüvelyöblítést a vizsgálat előtti 48 órában
- ne élj nemi életet a vizsgálat előtti 48 órában
- ne használj tampont, fogamzásgátló habot, zselét, hüvelykrémet vagy más hüvelyi gyógyszert a vizsgálat előtti 48 órában

TOVÁBBÁ:



- **Mérsékd a szexuális partnereid számát!**
- **Használj gumióvszert!**
- **Kerüld a dohányzást!**