**Aktivní přístup žen snižuje riziko gynekologických nádorů**

*20. září 2021 je Světový den onkogynekologických diagnóz World GO Day*

*Praha, 20. září 2021* – V porovnání s řadou jiných zemí mají ženy v Česku k dispozici mnohem pokročilejší medicínu. Jde o velké privilegium, protože na mnoha místech světa bez dostupné prevence onkogynekologických onemocnění umírají ženy na onemocnění, jehož riziko lze snížit nebo mu dokonce zcela předejít. Podle odborníků je však důležitý aktivní přístup.

*„Každá z nás musí sama využít lékařské péče, na kterou má nárok. Především formou pravidelných gynekologických preventivních prohlídek, jejichž cílem je odhalit i bezpříznakově probíhající změny. Také je ale důležité navštívit lékaře vždy, když tělo vysílá signály, že něco není v pořádku. Nebojte se zeptat, zda by mohlo jít o příznaky zhoubného onemocnění. Je lepší zjistit, že se jedná o banalitu, než podcenit možnost vznikajícího zhoubného bujení,“* vzkazuje Petra Adámková, ředitelka organizace ONKO Unie, která dlouhodobě vzdělává veřejnost v oblasti prevence.

Kromě celkem dobře známých symptomů, jako je krvácení mimo cykly a po menopauze, bolestivost při pohlavním styku a nepříjemný výtok, se mohou nádory ženských reprodukčních orgánů projevit také nespecifickými příznaky. Může jít o bolesti v podbřišku či v bedrech, pocit zvětšování břicha, problémy s trávením jako zácpa nebo naopak průjmy, nechutenství, nadýmání, únava a vyčerpání. Tyto příznaky by měly být vždy impulsem k vyhledání lékaře.

**Jedna děloha, dvě odlišná onemocnění**

Nádorová onemocnění nejčastěji napadají dvě části dělohy. Děložní čípek (nebo také hrdlo), který je vstupem z pochvy do dělohy, a dále endometrium, což je v podstatě výstelka dělohy. I když jsou tyto anatomické části v bezprostřední blízkosti, značně se liší to, jakým způsobem na nich vzniká zhoubné bujení – tedy karcinom děložního čípku a karcinom endometria. Právě u těchto dvou diagnóz však existuje nejvíce možností prevence a záchytu pro ženy, které se chtějí onemocnění vyhnout.

**Karcinom endometria**

*„Karcinom endometria představuje páté nejčastější zhoubné onemocnění u žen v rozvinutém světě a Česká republika se standardně řadí mezi země s nejvyšším výskytem. V současné době je incidence přibližně 35 nových případů na 100 000 žen za rok. To je zhruba 1900 – 2000 žen ročně a tato vysoká čísla zůstávají dlouhodobě neměnná, což souvisí především s narůstající délkou života a také s vysokým výskytem obezity nebo nadváhy v naší populaci,”* vysvětluje prof. MUDr. Michael Halaška, Ph.D., primář gynekologicko-porodnické kliniky Fakultní nemocnice Královské Vinohrady.

Právě obezita je nejvýznamnějším rizikovým faktorem pro karcinom endometria, ale už i nadváha riziko zvyšuje. Podkožní tuková tkáň totiž produkuje hormony zvané estrogeny, které mohou podporovat růst buněk nádoru endometria. Hlavním doporučením pro prevenci je tedy pokusit se zhubnout, udržovat zdravý životní styl s přiměřenou pohybovou aktivitou, při stravování se zaměřit na dostatečný přísun zeleniny a ovoce, které jsou bohaté na vlákninu, vitaminy a minerály, a naopak omezit potraviny s vysokým podílem tuků.

*„Karcinomem endometria jsou více ohroženy také ženy nadměrně vystavené estrogenům z jiných důvodů. Patří mezi ně časné zahájení menses, pozdní menopauza, bezdětnost, ale také hormonální porucha související s chyběním pravidelné ovulace. Dále cukrovka, která je často spojena s obezitou, a způsobuje sníženou citlivost tkání k inzulinu, což může podpořit nádorový růst. Svou roli může u ženy sehrát Lynchův syndrom, což je vrozená dispozice – nositelka má zvýšené riziko vzniku rakoviny tlustého střeva a dělohy, a to i v mladším věku,“* vysvětluje prof. MUDr. Michael Halaška, Ph.D.

I když je karcinom endometria nejčastěji diagnostikován u žen po menopauze, především ve věkové kategorii 50 – 69 let, mohou onemocnět také mladší ženy. Monice Fialové (47 let) byl zhoubný nádor dělohy diagnostikován před čtyřmi lety. *„Hodně silnou menstruaci jsem měla nějakých 13 nebo 14 let, ale neřešilo se to. Až ke konci roku 2016 se potíže hodně stupňovaly, bolela mě bedra a břicho, tak jsme to začaly s paní doktorkou řešit,“* popisuje Monika, která v rámci léčby podstoupila totální hysterektomii. *„Vzali mi dělohu, vaječníky, vejcovody i slepé střevo. Po operaci jsem čekala na další výsledky histologie, která ukázala, že se jednalo o velice agresivní zhoubný nádor, a musela jsem podstoupit zajišťovací léčbu ve formě brachyterapie, tedy vnitřního lokálního ozařování.“*

Nad rakovinou již zvítězila, pravidelně ale chodí na lékařské kontroly. Byl totiž u ní objeven i zmíněný dědičný Lynchův syndrom, který značně zvyšuje pravděpodobnost dalšího zhoubného bujení. *„Chtěla bych apelovat na všechny ženy, aby chodily na prevence a poslouchaly svoje tělo. Když se objeví první symptomy, okamžitě vyhledejte svého gynekologa a nenechte se odbýt. Je to vaše tělo a váš další život. Ne vždy je nutné chirurgické odstranění orgánů jako u mě, někdy je i možnost jiné léčby, hormonální léčba nebo imunoterapie,”* dodává.

**Karcinom děložního čípku**

Zcela odlišným způsobem vznikají změny tkáně na děložním čípku, které mohou vést až k rozvoji rakoviny. Může za ně infekce lidským papilomavirem (HPV), která během života potká až 80 % lidí – žen i mužů. *„K přenosu dochází zejména pohlavním stykem s tím, že se může jedinec nakazit už od prvního partnera. Také je třeba si uvědomit, že k přenosu může dojít i při jiných nekoitálních praktikách, například při orálním sexu, takže kondom v případě HPV infekce není dokonalou ochranou.* *Virus začleňuje svoji DNA do DNA epitelových buněk děložního čípku a dokáže tak vyvolat změny (transformaci) ve tkáni. Při nákaze typy HPV 16 a 18, tvořícími až 70 % infekcí (mezi další typy patří 31, 33, 35, 39, 45, 51, 52, 56, 58, 59, 68, 73, 82),* *které jsou vysoce rizikové, pak může dojít až k rozvoji zhoubného nádoru. Dnes víme, že HPV infekcí je způsobeno v podstatě 100 % případů tohoto karcinomu,”* vysvětluje RNDr. Ing. Libor Staněk, Ph.D., PCTM, genetik a člen lékařské rady laboratoří SYNLAB, které se zabývají diagnostikou.

Riziko infekce je však možné snížit na minimum pomocí očkování proti HPV. Je-li vakcína aplikována ještě před zahájením pohlavního života, tedy před prvním potenciálním kontaktem s virem, poskytuje až 96% ochranu. Proto je vakcinace hrazená zdravotními pojišťovnami dívkám i chlapcům ve věku 13 let (do čtrnáctých narozenin). Nejenže je takto získaná imunita proti HPV chrání před vlastním onemocněním, ale také snižuje míru šíření viru ve společnosti. *„Aby však měla proočkovanost populace výrazný dopad na snížení výskytu onemocnění, musí dosahovat alespoň 80 %. Podle recentních dat z UZIS, kdy máme kompletní data do roku 2019 (63,9 %), rok 2020 vypadá tak, že by 80% hranice měla být překonána. Tento trend je pozitivní i u chlapců,“* vysvětluje prof. MUDr. Michael Halaška, Ph.D.

Tím nejdůležitějším, co pro sebe mohou udělat neočkované ženy, je chodit na každoroční preventivní kontroly, které by měly absolvovat i vakcinované ženy. Vyšetření probíhá u gynekologa, jedná se o bezbolestný stěr z děložního čípku, který je hrazen z veřejného zdravotního pojištění. V obarveném stěru se pod mikroskopem hledají případné změny na buňkách, které poukazují na přítomnost zhoubného bujení. Tato metoda se však vyznačuje pouze zhruba 70% citlivostí, což znamená, že 3 z 10 žen mohou obdržet falešně negativní výsledek.

V roce 2020 bylo v České republice provedeno o 7,1 % méně cervikovaginálních screeningových cytologií než v roce 2019. Největší pokles byl zaznamenán v dubnu ( – 63,9 %). *„Výsledky podle měsíců poměrně přesně kopírují vývoj koronavirové pandemie během roku 2020, takže můžeme předpokládat, že se jedná o dočasný pokles,“* domnívá se prof. MUDr. Michael Halaška, Ph.D.

Významným pokrokem je zavedení další detekční metody do screeningu, a tou je test HPV DNA, který analýzou DNA odhalí přítomnost rizikové HPV infekce, která může změny na buňkách vyvolat, a který mají ženy ve věku 35 a 45 let nově hrazený ze zdravotního pojištění.

*„Doporučuji ale také ženám, které do těchto kategorií nespadají, aby o test svého gynekologa požádaly a uhradily si jej – cena se pohybuje okolo 1000 korun. První detekovatelné změny na buňkách děložního čípku se totiž objevují v průměru za 10 až 15 let od nákazy. Proto dává tato investice smysl i u mladých žen, které začaly pohlavně žít například již v 15 letech. Dále také u žen, které po ukončení pohlavního života přestaly chodit na gynekologické prohlídky, protože další věkovou kategorií s vysokým výskytem nádorů děložního čípku jsou ženy nad 65 let,”* vysvětluje RNDr. Ing. Libor Staněk, Ph.D., PCTM. Bohužel podle dat ÚZIS z roku 2016 na prohlídky v ročním intervalu dochází pouze 40 % žen ve věku nad 60 let.

Pozitivní výsledek HPV DNA testu přitom ještě neznamená, že žena onemocněla rakovinou. Je to pouze signál k podrobnějšímu sledování, aby bylo možné zachytit změny na tkáni co nejdříve. Důležité je také podpořit imunitu zdravým životním stylem a přestat kouřit, protože některé látky z tabákového kouře poškozují opravný mechanismus DNA buněk, které jsou tak náchylnější k působení viru. *„V 80 % případů infekce se tělo ženy HPV viru zbaví ještě předtím, než začne způsobovat nádorové změny. Zcela zásadní roli v tom však hraje imunitní systém a také životní styl zaměřený na dobrou kondici celého organismu,“* uzavírá RNDr. Ing. Libor Staněk, Ph.D., PCTM.

**O kampani World GO Day**



Na osvětu o prevenci onkogynekologických onemocnění se zaměřuje celosvětová kampaň [World GO Day](https://www.worldgoday.org/). Kampaň již třetím rokem v ČR zastřešuje obecně prospěšná společnost [ONKO Unie](https://www.onko-unie.cz/) ve spolupráci s [Pacientskou organizací VERONICA](https://www.pacientska-organizace.cz/) a [Nadačním fondem Hippokrates](https://www.nadace-hippokrates.cz/). *„Za podporu při edukaci veřejnosti patří velký dík zúčastněným lékařům a ženám, které otevřeně sdílí své zkušenosti s nemocí. Již tradičně se 20. září spolu se zástupci médií a širokou veřejností vydáváme na* [*Fialovou cyklojízdu*](https://www.facebook.com/events/969400907188786)*, abychom vyjádřili solidaritu ženám, které s onkogynekologickým onemocněním bojují, a zároveň upozornili na důležitost prevence,”* přibližuje Petra Adámková, ředitelka ONKO Unie.

/// Konec tiskové zprávy ///

Kontakty pro média:

ADDICTS PUBLIC RELATIONS s.r.o. | [www.addicts.cz](http://www.addicts.cz)

|  |  |
| --- | --- |
| Lenka Hájková | Michal Večeřa |
| communications manager | communications manager |
| +420 775 918 019 | +420 778 757 006 |
| lenka.hajkova@addicts.cz | michal.vecera@addicts.cz |

[www.onko-unie.cz](http://www.onko-unie.cz)

[www.pacientska-organizace.cz](http://www.pacientska-organizace.cz)

[www.nadace-hippokrates.cz](http://www.nadace-hippokrates.cz)