

Emakakaelavähk on ennetatav



Kandes rinnanõela Tarkuse Pärl toetad ülemaailmsed emakakaelavähi ennetustegevust.

Kingi endale kindlustunne

Emakakaelavähk on sagedane naise tervist ohustav pahaloomuline kasvaja.

Haigus avaldub aasta-aastalt järjest noorematel naistel. Peamiselt haigestutakse 30–55 aasta vanuses.

Emakakael on kergesti uuritav ja vähile eelnevad seisundid on lihtsalt avastatavad günekoloogilise tervisekontrolli käigus.

Oluline on alustada iga-aastase naistearsti kontrolliga peale suguelu algust.

Emakakaelavähi tekkepõhjused

Peamiseks riskiteguriks peetakse inimese papilloomiviirust (HPV, inglise keeles human papilloma virus), mis levib sugulisel teel.

Papilloomiviiruseid on üle saja tüübi, vähki tekitab neist vaid osa. Ainult HPV-nakkus vähki ei põhjusta, vähk areneb mitme teguri koosmõjul. Enamikul juhtudest vabaneb organism ise HPV-nakkusest, kuid viirusele soodsate tingimuste korral jääb ta organismi ning muudab normaalse raku kasvajakarakuks.

NB! Kondooni kasutamine ei kaitse alati HPV-nakkuse eest, sest viiruse levik toimub ka nahakontakti kaudu.

Lisaks HPV-nakkusele on emakakaelavähi kujunemist soodustavateks riskiteguriteks:

- suguelu varane alustamine
- suitsetamine
- nõrgenenud immuunsus – HIV ja teised immuunsust nõrgendavad haigused
- teised sugulisel teel levivad haigused – peamiselt klamüdioos ja genitaalherpes
- kombineeritud rasestumisvastaste preparaatide pikaajaline kasutamine

Miks on tähtis avastada emakakaelavähk varakult?

Emakakaelavähk on suures osas ennetatav haigus.

Tavaliselt areneb vähk 10–25 aasta jooksul pärast kõrge vähiriskiga HPV-ga nakatumist. Esialgu paiknevad muutused vaid emakakaela pinnakihi rakkudes. Jõudes haiguse jälile selles staadiumis, on vähi teket võimalik ära hoida.

Ohumärgid:

- kindlaid vähile ainuomaseid tervisevaevusi ei ole
- arsti poole tuleb pöörduda mistahes normaalsest seisundist erinevate ilmingute korral
- sagedasemad kaebused, mis võivad esineda emakakaelavähi korral on:
 - ebaregulaarne veritus tupest
 - veritus seksuaalvahekorra järel
 - kaua kestev menstruatsioon (üle 10 päeva)
 - ravile allumatu, sageli halvalõhnaline voolus

Kuidas kaitsta end emakakaelavähi eest?

Vaktsineerimine on tõhus viis emakakaelavähist hoidumiseks. Vaktsineerimine ei kaitse vähki haigestumise eest 100%. Vaktsiin kaitseb tüüpide HPV 16 ja HPV 18 eest, mis põhjustavad 70 % emakakaelavähkidest.

Praegu ei ole HPV-vastane vaktsineerimine riikliku immu-niseerimiskava osa, seetõttu tuleb HPV-vastase vaktsineerimise kulud ise kanda. Vaktsineerimine koosneb kolmest süstist, mis tehakse 6 kuu jooksul. Vaktsineerimise osas tuleb konsulteerida oma naistearsti või perearstiga.

Pap-test on väga tõhus uuring emakakaelavähi ja vähieelsete seisundite avastamiseks. Pap-testi tuleb teha peale suguelu algust iga 2-3 aasta järel kuni 70. eluaastani. Eestis korraldatakse ka emakakaelavähi sõeluuringut, mille raames kutsutakse igal aastal Pap-testi tegema ravikindlustatud naised vanuses 30, 35, 40, 45, 50 ja 55 aastat, kellele ei ole eelneval aastal uuringut tehtud. Kutsed saadetakse naistele rahvastikuregistri aadressil.

2011. aastal kutsutakse sõeluuringule aastatel **1956, 1961, 1966, 1971, 1976 ja 1981** sündinud naised.

Uuringutele registreerimiseks vajalikud kontaktandmed leiad www.haigekassa.ee/ennetus.

Soovitame kutse saanud naistel kindlasti sõeluuringul osaleda, see toimub teie tervise huvides!

Naistearstid soovitavad

Emakakaelavähi ärahoidmiseks ja varaseks avastamiseks on tähtis:

- regulaarne kontroll naistearsti juures
- HPV kui peamise emakakaelavähi riskiteguri vastane vaktsineerimine enne suguelu algust
- emakakaelavähi sõeluuringul osalemine (ka juhul, kui oled HPV vastu vaktsineeritud)
- sugulisel teel levivatest haigustest hoidumine
- mitesuitsetamine



Tervise Arengu Instituut
National Institute for Health Development



Euroopa Liit
Euroopa Sotsiaalfond

