

Összefogás a méhnyakrák megelőzéséért

Interjú Nagy-Tóth Ildikóval, a Mályvavirág Alapítvány elnökével

Január utolsó hete Európa-szerte a Méhnyakrák Megelőzés Hete, melynek célja felhívni a közvélemény figyelmét a nőket sújtó daganatos betegség veszélyeire és a megelőzés fontosságára. Még mindig félezer magyar nő veszíti el évente életét a méhnyakrák következtében, holott ez a betegség rendszeres szűréssel korán felismerhető, és védőoltással meg is előzhető. Ezért mindinkább felértékelődik a civil szervezetekkel való együttműködés és a társadalmi összefogás jelentősége – derült ki Nagy-Tóth Ildikó, a Mályvavirág Alapítvány elnöke lapunknak adott interjújában.

– Az Európai Méhnyakrák Szövetség (European Cervical Cancer Association) 2007-ben indította el a Méhnyakrák Megelőzés Hétét. Mikor csatlakozott a rendezvénysorozathoz a Mályvavirág Alapítvány?

A Mályvavirág Alapítványt 2013-ban alakítottuk meg azzal a célkitűzéssel, hogy egyszer elmondhassuk: egyetlen nőt sem veszítünk el a méhnyakrák miatt. Ettől kezdve minden évben – idén immár hatodszor – csatlakoztunk a nemzetközi kezdeményezéshez. Ennek a hétnek a fő üzenete az, hogy a méhnyakrák megelőzhető, és korai stádiumban jól kezelhető rákos megbetegedés. Azt szeretnénk elérni, hogy minden magyar nő éljen a szűrések és a védőoltás lehetőségével.

– Milyen események zajlottak országsszerte ezen a héten?

Ahogy minden évben egy fővárosi nyitó rendezvénnyel indítjuk útjára a hetet, úgy idén is, január 19-én egy budapesti bevásárlóközpontban nyitottuk meg a kampányt, melynek fővédnöke Prof. Dr. Horváth Ildikó egészségügyért felelős államtitkár volt. Az országos rendezvénysorozat már nem is egy, hanem két-három hétig is eltarthat, mivel – nagy örömünkre – évről évre egyre több település csatlakozik a felhívásunkhoz. Három éve 40, tavaly 90, idén pedig már 120 településen zajlottak a megelőzés hétéhez kapcsolódó különböző programok. Ezeket a rendezvényeket a szakmai és felvilágosító előadásokon túl egy dolog, nevezetesen a gyöngyfüzés köti immár hagyományosan össze. A „Mályvavirág nagykövetek” szinte minden helyszínen gyöngyfüzést készítenek, amelyeket később a kórházak nőgyógyászati osztályaira juttatnak el, méhnyakrák műtétre váró, vagy azon átesett betegek részére, azzal az üzenettel, hogy nincsenek egyedül. Azt gondolom, hogy ez azért nagyon fontos momentum, mert – bár ezen a héten a méhnyakrák megelőzését helyezzük fókuszba –, ennek a betegségnek vannak érintettjei, akikkel foglalkoznunk kell.

– Ha jól tudom, ön személyesen érintett volt, és könyvet is írt a betegségről.

Igen, 2011-ben, a második kislányom születése után diagnosztizáltak nálam a méhnyakrákot, az ezt követő évben Wertheim-műtéten, sugár- és kemoterápián estem át. Tapasz-

talataimat a „Minden anyuka meggyógyul (Libellus)” című írásban összegeztem, amely segédletül szolgál az érintett nők számára, bemutatva a gyógyulás felé vezető testi és lelki utat. A könyv megírása után szerettem volna önkéntesként csatlakozni a méhnyakrák megelőzési programhoz, de nem találtam olyan szervezetet, amely csak és kizárólag ezzel foglalkozott volna. Arra gondoltam: mennyi édesanya, illetve leendő édesanya hal meg ebben az országban, mennyi nő betegszik meg – magamat is beleértve – egy olyan rákban, amiről szinte semmit sem tudunk, pedig a daganatos betegségek közül a második leggyakoribb halálozási ok a 30-50 éves nők körében.

MEGELŐZÉS

– Hány új méhnyakrák esetet fedeznek fel Magyarországon évente?

Az újonnan diagnosztizált esetek száma évente 1000-1200, és még mindig 400-450 nőt veszítünk el a betegség következtében, holott tudjuk, hogy egyet sem lenne szabad. Hiszen a méhnyakrák megelőzhető: a prevenciót nem csak országos szűrőprogram, hanem vakcina is segíti.

– Jelenleg milyen a méhnyakszűrés részvételi aránya hazánkban?

Sajnos a lakosság szűrési hajlandósága messze elmarad a nyugat-európai átlagtól. A szervezett szűrésen a behívott nők mindössze 30 százaléka vesz részt. Ma már a védőnők is elvégezhetik a kenetvételt, ami azért fontos, mert azokkal a nőkkel is fel tudják venni a kapcsolatot, és meg tudják értetni velük a kenetvétel fontosságát, akik akár 25 éve nem jártak szűrésen. Remélhetőleg a védőnők közreműködésének köszönhetően javulni fog a részvételi arány, és abban is bízunk, hogy arról is meg tudják győzni a hölgyeket, hogy szánják rá magukat a nőgyógyászati vizsgálatra.

– Mely korcsoportoknak és milyen időközönként ajánlott a szűrés?

Fogalmazunk inkább úgy, hogy szűrések! E tekintetben egyrészt beszélhetünk a citológiai kenetvételről, amit fizikális nőgyógyászati vizsgálattal egybekötve végeznek el. A népességügyi program keretében zajló, államilag finanszírozott, hagyományos szűrővizsgálat háromévente biztosított a 25-65 év közötti nők számára. Ennek ellenére mi azt javasoljuk, hogy lehetőség szerint minden nő évente végeztesse el a szűrést. Sajnos a méhnyakrák egyre fiatalabb korban jelentkezik, és nem ritka az sem, hogy idősebb korban alakul ki a betegség. Ezért azt is hangsúlyozzuk – és azt gondolom, a nőgyógyász szakma is ezen a véleményen van –, hogy az első szűrésen mindenki a szexuális élet megkezdése előtt, vagy azt követően nem sokkal essen túl. Népegészségügyi szűrésre akkor nem kell 65 éves kor felett járni, ha azt megelőzően három negatív lelet született. A mi álláspontunk szerint a 65 éven felülieknek

is érdemes elmenniük időnként – ha nem is évente – szűrésre. Mindehhez fontos hozzátenni, hogy akkor is el kell járni a szűrésekre, ha a méh korábban kivételre került. A másik lehetőség a humán papillomavírus (HPV) szűrés, amelyet Magyarországon egyelőre nem finanszíroz a társadalombiztosító, de több európai országban már ezt tekintik elsődlegesnek, kiegészítve a citológiai vizsgálattal. A HPV-teszt azt mutatja ki, hogy jelen van-e a vírus valamelyik altípusa, vagyis a betegség okozója. A HPV „jön-megy” a szervezetben, nem okoz feltétlenül és mindenkinél daganatot, mivel az immunrendszer néhány hónap alatt képes elpusztítani a vírust, és a fertőzés magától elmúlik. Ha azonban hosszú ideig fennáll a fertőzés, az évek során kialakulhat a daganatos betegség. Ezért úgy gondoljuk, hogy néhány évente érdemes elvégeztetni a tesztet. A kétféle szűrési mód – a citológia és a HPV-teszt – között nagy különbség, hogy míg a kenetvétel és a mikroszkópos citológiai vizsgálat meglehetősen szubjektív, azaz magában hordozza a tévedés lehetőségét és emiatt akár álnegatív lelet is születhet, addig a HPV-teszt teljesen automatizált, azaz nem kerülhet tévedésre sor az értékelés során.

– A felismerést, miszerint a méhnyakrák kialakulásáért a HPV felelős, 2008-ban orvosi-élettani Nobel-díjjal ismerték el. Ma már rendelkezésre áll a HPV elleni védőoltás is. Kik kaphatják meg térítésmentesen a vakcinát?

Nagy előrelépést jelent, hogy 2014 óta a tizenkét éves lányok számára ingyen biztosítja a vakcinát a kormányzat. 15 éves kor alatt kettő, 15 éves kor felett három oltásból áll az oltási sor. De nem csak a tinédzser lányoknak, hanem a felnőtt, szexuálisan aktív nőknek, sőt a HPV fertőzésen korábban átesetteknek is ajánlott beadatni a védőoltást, felső korhatár nélkül.

– Tapasztalata szerint milyen a szülők hozzáállása a felső tagozatos lányok vakcinációjához? Mennyire mutatkoznak felelősnek ebben a tekintetben?

A 2018-as átoltottsági adat körülbelül 80 százalék, ami európai összehasonlításban is nagyon szép eredmény. Nyilvánvalóan a szakemberek a százszázalékos átoltottságot tartanák kívánatosnak, de tény, hogy az európai szervezetek – melyek közül nem egynek tagjai vagyunk – kiemelik a magyarországi eredményeket. A szeptemberi védőoltási kampány idején sok szülővel elbeszélgettünk, akik között akadnak néhányan, akik nem adják be a lányuknak a védőoltást, mert valamilyen oknál fogva tartanak tőle. Úgy látom – ahogy a kerekasztal beszélgetések alkalmával az orvosok is –, hogy akik a HPV vakcina ellen lobbiznak, azok valószínűleg általánosan ellenzik a védőoltásokat. Szerencsére Magyarországon a védőoltásokkal kapcsolatos tévhitek keveseket tévesztenek meg, de mi is sokat foglalkozunk ezzel a témával, és sok megkeresés érkezik hozzánk ebben a tárgykörben. Nagyon fontosnak tartjuk az ezzel kapcsolatos felvilágosítást, hiszen ahogy a fekete himlőt sikerült felszámolni a védőoltással, úgy a méhnyakrákot is el lehetne törölni a Föld színéről.

– Mint tudjuk, a HPV fertőzés nemi úton terjed. Talán indokolt lehetne a fiúk vakcinációja is, különös tekintettel arra, hogy a világ egyes országaiban már számukra is ingyenesen elérhető a kampányszerű HPV oltás.

Mindenképpen fontosnak tartom megemlíteni, hogy e tekintetben korábban a fiúk oltásának szerepét a nők védelme szempontjából értelmeztük, hiszen – ahogy ön is említette – ezt a vírust „adjuk-vesszük” egymás között. Bbizonyosodott azonban, és egyre több evidencia gyűlik össze arra nézve, hogy bizonyos, férfiakat érintő daganatok (például a fej-nyaki, pénisz, végbél környéki daganatok és a nemi szervi szemölcsök) bizonyos hányadát a HPV okozza. Tehát már nem csak a nők, hanem a fiúk, férfiak saját védelme is egyre inkább előtérbe kerül, és ebben a védőoltásnak igen nagy a szerepe. Ezért azon dolgozunk, hogy a hetedik osztályos fiúk is megkaphassák a védőoltást. A januári 19-i nyitó rendezvényünkön megtartott beszédében Prof. Dr. Horváth Ildikó állami titkár asszony is megerősítette, hogy ez mindenkinek az akarata, és az ágazatvezetés azon fáradozik, hogy a fiúk HPV oltása minél előbb bevezetésre kerüljön. Természetesen mi akkor lennénk a legboldogabbak, ha erre már idén szeptemberben sor kerülne.

– A Méhnyakrák Megelőzés Hetén túl milyen aktivitást fejt ki a Mályvavirág Alapítvány a prevenció érdekében?

Az elmúlt években a Mályvavirág Alapítvány kapoccsá vált a méhnyakrákos nők, az orvosok, a védőnők, a hatóság, a média és a lakosság között. Számos programmal, kezdeményezéssel dolgozunk annak érdekében, hogy az egészséges nők tudatossá váljanak a méhnyakrák megelőzésben, és minél többen tisztában legyenek azzal, hogy a méhnyakrák megelőzése legnagyobb részt rajtunk múlik. A megelőzéssel kapcsolatos kommunikációt egyfelől a médián keresztül, másfelől személyes jelenléttel folytatjuk. Különböző közösségi programokon, egészségnapokon veszünk részt saját standdal, és iskolákba, munkahelyekre is gyakran elmegyünk. Ugyanezt teszzük a Méhnyakrák Megelőzés Hetében is, amely mára országos mozgalommá vált. Kiadtunk egy tájékoztató anyagot „Felese mese – A HPV és a méhnyakrák megelőzése” címen, amely bárki számára elérhető, és lapozható formában letölthető az interneten. Ez a kiadvány egyszerűen, érthetően, színes képekkel illusztrálva mutatja be a méhnyakrák kialakulásának folyamatát és az ellene való védekezés lehetőségeit. Odafigyeltünk a nyelvezetre is, hogy ne csak a felnőttek, hanem a gyermekek számára is érthetővé tegyük az ezzel kapcsolatos ismereteket.

REHABILITÁCIÓ

– Beszéljünk a betegségen átesett, illetve a diagnózissal most szembesülő nőkről is! Milyen eszközökkel segítik elő a rehabilitációjukat?

A rossz leletektől a diagnózis közlésén át a műtétre való felkészítésig az érintettek mellett állunk. Elhivatottan dolgozunk azért, hogy minden egyes méhnyakrákos nőhöz eljusson a kiadványaink. A közösségi médián működtetett zárt csoportunkon, a Mályvavirágok közösségén keresztül gondoskodunk arról, hogy egyetlen kérdésük se maradjon megválaszolatlan. Önkénteseink – akiket „lélekörzőknek” nevezünk – bejárnak a kórházakba, hogy igény esetén elbeszélgessenek a műtétre várakozó, vagy éppen a kemoterápiás kezelés miatt aggódó betegekkel. Keddenként az Országos

Onkológiai Intézetben vagyunk jelen, és egész nap segítjük az osztály működését, illetve az ott fekvő betegeket. A segítség ugyanis akkor igazi segítség, ha helyben és időben érkezik. A virtuális közösség mellett sorra nyílnak vidéken az ún. Mályvavirág Pontjaink, amelyek már az ország tíz városában fogják össze a helyi közösségeket, mind a megelőzés, mind az érintettek támogatása kapcsán. Minden Mályvavirág Pont másként működik: ki-ki a helyi közösség igényeihez igazodva szervezi a programokat, de a kommunikáció tekintetében – köszönhetően az önkéntesek előzetes felkészítésének, képzésének – mindegyik egységes.

– Hogyan működik Magyarországon a méhnyakrákon átesett betegek rehabilitációja?

Ez fontos kérdés, mivel Magyarországon még nem áll rendelkezésre speciális rehabilitációs ellátás a méhnyakrák-műtéten átesett betegek számára. Ezen megfontolásból kitartással fejlesztjük Gyógyulást Segítő Programunkat, amely komplex fizikai és lelki segítséget nyújt a teljes felépüléshez. Ennek egy olyan változatán dolgozunk jelenleg, amelynek fókuszában a gyógyulási program hához vitele áll. A program többféle elemet tartalmaz: speciális gyógytornát, dietetikai és szexuálterápiás szaktanácsadást, pszichológiai támogatást, segédeszközöket és a lelki felépülést segítő kiadványokat. Olyan gyógytorna programot dolgoztunk ki, amely pontos útmutatást ad arra vonatkozóan, hogy milyen gyakorlatokat ajánlott végezni a műtét után hat héttel, három hónappal, illetve fél évvel. Nagy örömünkre a debreceni osztályon dolgozó gyógytornászok az alapítványunk egyik szakemberét kérték fel, hogy tanítsa meg számukra a tornagyakorlatokat. Ez azt jelzi, hogy elindult végre a szakmákon belüli összekapcsolódás.

– A XII. IME Országos Egészség-gazdaságtani Konferencián lezajlott, daganatos betegek rehabilitációjáról szóló kerekasztal beszélgetés is kiemelte a gyógytorna jelentőségét. Vajon mennyire együttműködőek ebben az érintettek?

Onnan közelíteném meg ezt a kérdést, hogy minden kórházban, ahol méhnyakrák műtétet végeznek, kívánatos lenne a gyógytornász jelenléte. Az említett kerekasztal beszél-

getést levezető Dr. Dank Magdolna professzor asszonnyal maximálisan egyetértettünk abban, hogy a rehabilitáció már a diagnózis közlésétől indul. Tehát ha a betegek már akkor értesülnének arról, hogy milyen rehabilitációs elemek segíthetik a későbbiekben a felépülésüket, illetve a műtét utáni napokban gyógytornász mutatna nekik néhány gyakorlatot, akkor ez a vonal sokkal erőteljesebben lehetne jelen a gyógyulási folyamatban. Mivel mind a műtétek, mind a kemoterápiás kezelések után életminőség-romlás következik be, a maradványtünetek sokszor csak évek elteltével alakulnak ki és hosszantartóan vannak jelen, végképp nem képezi vita tárgyát, hogy mennyire fontos szerepet tölt be a méhnyakrákon átesett nők életében a gyógytorna és a rehabilitáció.

– Milyen egyéb módon segíthető elő, hogy az érintettek teljes életet élhessenek?

Tavaly márciusban, négy civil szervezettel (Női Egészségért Alapítvány, Mellrákinfo, Egészség Hídja Összefogás, Babagenetika Egyesület) összefogva megalakítottuk a Női Liga koalíciót. Fő célkitűzésünk, hogy a leggyakoribb női megbetegedések – az endometriózis, a méhnyakrák, a petefészekrák és a mellrák –, valamint a babagenetika területén közösen támogassuk a nők egészségét, mind az érdekérvényesítés, az edukáció, mind pedig az egészségmegőrzés területén. Ennek a mindeddig hazánkban példátlan összefogásnak köszönhetően elértük, hogy az Országgyűlés elé terjesztett beadványunkat elfogadják. 2019. január 1-jétől adókedvezményben részesülnek azok a nők, akik az imént felsorolt betegségekben érintettek. További sikerként könyvelhetjük el, hogy az SZJA kedvezményt öt évre visszamenőleg lehet igénybe venni. Abban, hogy ilyen rövid idő leforgása alatt sikerült dűlőre vinni az ügyünket, nem csak az elszántságunk játszott közre, hanem az is, hogy mind az EMMI, mind az Egészségügyért Felelős Államtitkárság, mind a NAV részéről nyitottságot és együttműködési készséget tapasztaltunk. Ez azt jelzi számunkra, hogy elengedhetetlen a társ-szervezetekkel és a kormányzattal való összefogás, mert ennek révén tudunk igazán hathatós segítséget nyújtani az arra rászorulóknak számára.

Boromisza Piroksa

A cikk létrejöttét a Roche Magyarország támogatta. A támogatásért ezúton mondunk köszönetet.

NÉVJEGY



Nagy-Tóth Ildikó HR és szociális munka szakon végzett tanulmányait követően, első gyermekével való otthonlét mellett, a családi vállalkozásukat segítette kereskedelem vonalon. 2011-ben, a második gyermeke születése után szembesült a méhnyakrák diagnózisával, Wertheim műtéten, majd kemo- és sugárterápián esett át nyirokcsomó áttét miatt. 2012-ben, írta meg Minden anyuka meggyógyul! című könyvét. 2013-ban szakemberekkel közösen elindította a Mályvavirág Alapítványt. Tinédzsereknek szóló kampányá-

val az alapítvány 2018-ban elnyerte az Innovatív Gyógy-szergyártók Egyesületének (AIPM) Nekem szól! Egészségértés díját. A védőnői méhnyakszűrő mintaprogramban Nagy-Tóth Ildikó szakértőként vett részt. 2015-ben bekapcsolódott a védőnő hallgatók oktatásába az összes magyarországi egészségügyi főiskolai karon (Szeged, Budapest, Nyíregyháza, Debrecen). A 2019-ben újranyomott védőnői tankönyv egyik fejezetének szerzője. Számos nemzetközi szervezet tagjaként (ESGO-ENGAGe, ECPC tagság) végez szakmai munkát és képviseli hazánkat különböző nemzetközi konferenciákon.