



KÖZÉPISKOLA

2. ÓRA

Készítette az EFOP 1.8.0-VEKOP-17-2017-00001

„Egészségügyi ellátórendszer szakmai módszertani fejlesztése” című projekt

Népegészségügyi alprojekt A/III. munkacsoportja.

A projekt a Széchenyi 2020 program keretében valósul meg

Eredménytermék készítésének dátuma:

2019.03.20.



Egészségügyi Ellátórendszer
Szakmai Módszertani Fejlesztése
EFOP-1.8.0-VEKOP-17-2017-00001

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE



FOGLALKOZÁSTERV 45 perces tanórára

Célcsoport/osztály: 10. évfolyam (2. óra)

Modul megnevezése: Egészségügyi szolgáltatások

Témakör megnevezése: Az egészségügyi szűrővizsgálatok

Órakeret/Időtartam: 45 perces tanóra

1. Feldolgozandó ismeretek: A magyar népesség egészségi állapota. A szervezett népegészségügyi szűrés fogalma, célja, menete, típusai. A háziorvos szerepe a szűrővizsgálatokban. Az életkorhoz kötött szűrővizsgálatok, betegségek korai felismerése (betegségmegelőzés, prevenció) rizikófaktorok.

2. Kulcsfogalmak: szűrés, életkorhoz kötött szűrővizsgálatok, betegségek korai felismerése (betegségmegelőzés, prevenció) rizikófaktor

3. Kapcsolódás a tantárgyak között: A Biológia tantárgy kerettantervében szerepel az orvosi ellátás szükségességének, ill. a különböző egészségmutatók mérésének, vizsgálatának jelentőségének felismerése mint fejlesztési követelmény (7-8. évfolyamon) Vita a rendszeres egészségügyi és szűrővizsgálatok, az önvizsgálat, a védőoltások, valamint az egészséges életmód betegség-megelőző jelentőségéről; Az eredményes gyógyulás és az időben történő orvoshoz fordulás ok-okozati összefüggésének bemutatása. 9-10. évfolyamon a fertőzések megelőzésének módjai, az orvoshoz fordulás szabályai.

4. Kapcsolódás a többi modul között: Egészséges jövőkép, Társas kapcsolatok, Digitális világ

5. A foglalkozás fejlesztési eredményei: Ismeri a szűrés előnyeit, a különböző szűrővizsgálatokat, megelőzhető betegségeket, betegségcsoportokat, tudja, hogy vannak térítésmentesen igénybe vehető szűrővizsgálatok és tudja, hogy különböző életkorokban más-más szűrővizsgálatok javasoltak, ismeri az életkorhoz kötött szűrővizsgálat fogalmát



6. Témakörhöz kapcsolódó, felhasználható források a pedagógusnak:

<https://net.jogtar.hu/getpdf?docid=99700051.NM&targetdate=20171030&printTitle=51/1997.+%28XII.+18.%29+NM+rendelet> (51/1997. (XII. 18.) NM rendelet a kötelező egészségbiztosítás keretében igénybe vehető betegségek megelőzését és korai felismerését szolgáló egészségügyi szolgáltatásokról és a szűrővizsgálatok igazolásáról)

Magyar Orvosi Kamara betegtájékoztató kampány

HIV/AIDS szűrés: <https://www.youtube.com/watch?v=D-IPCu1yfvC>

Emlőszűrés menete: https://www.youtube.com/watch?v=44qKcsSbz14&has_verified=1

HPV animáció: <https://www.youtube.com/watch?v=PXdeZ0fjiYY>

Jó, ha az órán részt tud venni iskolaorvos vagy iskolavédőnő, hogy az iskolai szűrésekről tájékoztassák a tanulókat.



Időkeret	Elsajátítandó tudásanyag Ismeretek/tartalmak/célok	Óra/Foglalkozás menete Feldolgozás: tanítói, tanári/tanulói tevékenységek	Alkalmazott módszerek/ szervezési módok, munkaformák	Alkalmazott szemléltető eszközök, felszerelések, oktatástechnikai eszközök
10 perc	Kvíz az egészségről, rávezetés a szűrés témakörre	<p>I. <u>Az óra/foglalkozás bevezetése, ráhangolódás:</u></p> <p><i>Az órán arról fogunk beszélgetni, hogy hogyan vigyázhatunk az egészségünkre. Ráhangolódásként egy kvízt hoztam nektek.</i></p> <p>Feladat: Kvíz az egészségről.</p> <p>Alkossunk 4 csapatot, illetve jelöljünk ki két „bíró”, akiknek az lesz a feladata, hogy jelezzék a tanárnak, hogy melyik csapat válaszolt elsőként.</p> <p>(A csapatok választhatnak maguknak nevet, ami jó, ha kapcsolódik valamilyen formában az egészség témaköréhez.)</p> <p>Jelezzük, hogy fontos a gyorsaság, illetve magyarázzuk el a 2 „bíró” szerepét. A csapatok egy-egy tárgyat használjanak, amit válaszadáskor felemelve jeleznek. (Lehetnek különböző színű papírok is.)</p>	Tanári közlés Csoportmunka kvízzjáték	Javaslat: Kahoot program használata vagy papír, íróeszköz, egy tárgy, amit felemelnek válaszadáskor



	<p>Kérdések:</p> <p>1. Milyen tényezők hatnak az egészségünkre? (nyitott kérdés)</p> <p>„Gondoljátok át, 2 perc áll rendelkezésetekre.” (csapatonként próbáljanak ötleteket gyűjteni, konszenzusra jutni)</p> <p>Fontos, hogy elhangozzanak a következők: életmód (életvitel), egészségügyi ellátás (orvosi ellátás, védőoltások, szűrővizsgálatok említésével), genetika, környezeti hatások. (1. Melléklet felvetíthető)</p> <p>Ha a diákok nem említik, a tanár egészítse ki a válaszokat!</p> <p>2. Mondjátok 3 dolgot, amivel megőrizhetjük egészségünket. (nyitott kérdés)</p> <p>Válaszok: megfelelő táplálkozás, rendszeres mozgás, higiénia, stb.</p> <p>FONTOS! A válaszok elhangzását követően jelezze a tanár, hogy a védőoltások és a szűrővizsgálatok is ilyen tényezők, így irányítva az óra témájához a játékot.</p> <p>3. Milyen szűrővizsgálatokról hallottatok már? Szedjétek össze csapatonként 3-at.</p> <p>Jó, ha fel tudnak sorolni legalább 3-at. (pl. tüdőszűrés, emlőszűrés, méhnyakszűrés)</p>	<p>csoportmunka</p> <p>A téma frontális felvezetése, kérdés</p>	<p>projektor</p> <p>1. Melléklet – Egészséget befolyásoló tényezők</p>
--	--	---	--



5 perc	A magyar népesség egészségi állapota	<p>3. Ki/kik az a személy/ek, aki beadhatja/ák a védőoltásokat?</p> <p>Válasz: Házi gyermekorvos, iskolaorvos, oltóközpont, vakcinológus pl. utazáskor.</p> <p>4. Melyik az a személyes okmány, ami kifejezetten orvosi vizsgálathoz kell?</p> <p>Válasz: TAJ kártya (Társadalombiztosítási azonosító jel)</p> <p>5. Mondjatok 3 olyan tényezőt, amelyek károsan hatnak az egészségre.</p> <p>Lehetséges válaszok: Nem megfelelő táplálkozás, mozgáshiány, káros szenvedélyek (dohányzás, alkoholfogyasztás), túlzott energiatartalék fogyasztás, kialvatlanság.</p> <p>Annak a csapatnak a neve, amelyik a legtöbbszer és leggyorsabban válaszolt, kerüljön fel a táblára.</p> <p><i>Hazánkban a lakosság születéskor várható életartama elmarad az Európai Unió átlagától. Minden második ember szív-, és érrendszeri, valamint daganatos megbetegedésben hal meg, legalább három millió embernek magas a vérnyomása és a koleszterinszintje, egy millióan cukorbeteg, e mellett a lakosság 50 %-a túlsúlyos.</i></p> <p><i>Az uniós átlaghoz képest az emberek jóval többet dohányoznak és fogyasztanak alkoholt, kevés zöldséget és gyümölcsöt fogyasztanak, ugyanakkor mozgásszegény életmódot folytatnak. Számos betegség felismerése csak későn történik meg, amikor már nincs segítség. Pedig ennek nem kellene így lennie. Fontos azt</i></p>		
--------	--------------------------------------	---	--	--



5 perc	A szűrés fogalma Szűrővizsgálatok célja	<p><i>megérteni - és tenni érte -, hogy az időben felfedezett betegség sok esetben gyógyítható, a szűrővizsgálat pedig életet menthet.</i></p> <p><i>Ahhoz, hogy beszéljünk a szűrővizsgálatokról, nagyon fontos, hogy tisztázzuk; mi az a szűrés? Mit is jelent?</i></p> <p><i>A szűrés tünet- és panaszmentes személyek egyszeri vagy időnkénti vizsgálatát jelenti abból a célból, hogy a még rejtett betegség fennállásának valószínűségét kizárják vagy megerősítsék Tehát a szűrővizsgálatok célja a betegségek és egyes betegségmegelőző állapotok korai felismerése, lehetőleg a tünetmentes szakaszban, amikor a biológiai elváltozás már kialakult, de klinikai tünetek még nem jelentkeznek, tehát a beteg panaszmentes.</i></p> <p><i>Nézzük meg a következő videót:</i></p> <p>Rövid videó megtekintése a szűrésről. Cím: Gyógyítani? Időben felismerni!</p> <p><i>Milyen szűrésekről hallottatok már? A tüdőszűrésről biztosan, de valószínűleg az emlőszűrésről illetve a méhnyakszűrésről is. Utóbbi a lányok esetében a HPV oltás kapcsán már biztosan ismert fogalom. Biztos emlékeztek, az oltást hetedikes korukban kapták a lányok. A HPV oltáson keresztül jól megérthető a szűrővizsgálatok, a védőoltások és az életmódbeli tényezők hatása a betegségek megelőzésével kapcsolatban. A HPV-fertőzést és a méhnyakrák kialakulását (1) védőoltással, (2) rendszeres méhnyakszűréssel és (3) felelősségteljes szexuális élettel kerülhetjük el.</i></p>	Javaslat: Iskolaorvos, iskolavédőnő előadásában közös filmnézés	https://www.okosdoboz.hu/video?select_temakor_search=-1&select_altemakor_search=-1&select_osztaly_search=-1&id=93 (1:53mp) 2. Melléklet - A méhnyakrák
--------	--	--	---	--





5 perc	A szűrés menete, típusai Szűrővizsgálatok iskolás korban	<p>(Itt utalhatunk a HPV védőoltásról szóló szóróanyagra. (2. Melléklet)</p> <p>(Ismétlés: Egészségügyi szolgáltatások modul 6. osztály)</p> <p>A betegségek megelőzésének 3 komponense:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Védőoltások2. Szűrővizsgálatok3. Egészséges életmód <p><i>A szűrővizsgálatok - lényeges szerepük miatt - már születésüinktől jelen vannak az egészségügyi ellátásunkban. Az újszülötteket is megvizsgálják, hogy fennállnak-e bizonyos betegségek vagy azok gyanúja. Mindez a MEGELŐZÉST célozza, illetve az időben végzett szűrővizsgálatokkal a komoly betegségek több mint fele megelőzhető (betegségtől függően), vagy előrejelezhető lenne.</i></p> <p><i>Az iskolában is találkozhattok rendszeresen szűréssel. A tankötelezettség fennállása alatt, tehát amíg kötelezően iskolába kell járnotok, az iskola-egészségügyi szolgálat, vagyis az iskolaorvos és iskolavédőnő, fogorvos és fogászati asszisztens rendszeresen végez vizsgálatokat. A iskola-egészségügyi szolgálat fő feladata a tanulók szűrővizsgálatával a tünetszegény betegségek korai felismerése, a kiszűrt elváltozások nyomon követése. Iskolaorvosi szűrővizsgálatok 2., 4., 6., 8. évfolyamokban esedékesek, a védőnői szűrővizsgálatok pedig évente”</i></p>		megelőzhető (Plakát és szórólapok)
--------	---	--	--	------------------------------------



5 perc	iskola-egészségügyi szolgálat szűrővizsgálat és védőoltások – még nagyobb védelem a betegségek ellen Szűrővizsgálatok típusai Szűrővizsgálat a	<p><i>A szűrővizsgálat része pl. a testtömeg és testmagasság mérése, a mozgásszervek vizsgálata (pl. lúdtalp, gerincferdülés), vérnyomásmérés (magas vérnyomás), látás-, hallásvizsgálat, fejtetvesség szűrése.</i></p> <p><i>A szűrővizsgálat a védőoltások mellett segít megőrizni egészségünket. Tehát fontos, hogy megértsük: több fronton védekezhetünk a betegségek ellen, illetve előzhetjük meg azokat. A védőoltások a megelőzésben, a szűrővizsgálatok a korai felismerésben játszanak igen fontos szerepet.</i></p> <p><i>Mikor, milyen szűrővizsgálatok vannak?</i></p> <p><i>A különböző életkorokban a szervezet eltérő betegségekre hajlamos. Ezt felismerve, illetve kifejezetten a magyar lakosság esetében megfigyelt betegségek/betegségcsoportok alapján kerültek meghatározásra a javasolt szűrővizsgálatok. Ezért van az, hogy egy 60 éves férfinak és egy 20 évesnek más-más szűrővizsgálat ajánlott.</i></p> <p><i>A szűrővizsgálatok nem csupán betegségeket derítenek fel. A betegségek kialakulása előtt is képesek olyan rizikófaktorokra rámutatni (pl. magasabb vérnyomás, magas koleszterinszint stb.), ami később betegséget okozhat. A rizikófaktor kockázati tényezőt jelent, pl. a szív- és érrendszeri betegségek fő rizikófaktor a dohányzás.</i></p>		Ajánlott kisfilm a szűrővizsgálatok témakör tárgyalásához: https://www.okosdoboz.hu/video?select_temakor_search=-1&select_altemakor_search=-1&select_osztaly_search=-1&id=94 2:49mp
--------	---	---	--	---



<p>gyakorlatban: a házi orvos szerepe a szűrővizsgálatokban</p> <p>életkorhoz kötött vizsgálatok – az érintett célcsoport vizsgálata</p>	<p><i>A vér és vizeletvizsgálatok nagyon sok mindent árulnak el a szervezetünk megfelelő vagy attól eltérő működéséről. Az eredmények megmutatják pl. hogy van-e gyulladásos folyamat, fertőzés a szervezetünkben.</i></p> <p><i>Az életkorhoz kötött és népegészségügyi célzatú szűrővizsgálatok:</i></p> <p>6-18 év között kétfévente:</p> <ul style="list-style-type: none">a) teljes fizikális vizsgálat: szív-, tüdő meghallgatása, has tapintása, idegrendszer durva eltéréseinek felismeréseb) a kórelőzmény és családi anamnézis/azaz milyen betegségek fordultak elő a családban ismételt felvétele,c) az anamnézis/ kórelőzmény alapján veszélyeztetett gyerekek kiszűrése, szükség esetén szakorvosi vizsgálatra irányítása,d) pajzsmirigy tapintásos vizsgálata 4. évfolyamtól,e) a testmagasság, testtömeg, a testi fejlettség és tápláltsági állapot hazai standardok szerinti értékelése, a nemi fejlődés értékelése,	<p>Interaktív táblán kivetítve:</p> <p>3/1. Melléklet Válasszon okosan! - Házi orvos</p>  <p>Majd a következő ábra kivetítése: 3/2. Melléklet</p> 
--	---	--



	<p>f) pszichés, motoros/mozgás, mentális, szociális fejlődés, magatartásproblémák feltárása,</p> <p>g) érzékszervek működésének vizsgálata a szakmai irányelveknek megfelelően, a színlátás vizsgálata,</p> <p>h) mozgásszervek vizsgálata: különös tekintettel a lábstatikai problémákra és a gerinc-rendellenességekre,</p> <p>i) vérnyomásmérés,</p> <p>j) fogászati szűrés és gondozás.</p> <p>A családi anamnézis, a teljes körű fizikális vizsgálat eredményei alapján, amennyiben a szakorvos indokoltnak tartja, célzott vizsgálatok végzése szükséges.</p> <p>Ismételjük át, milyen helyzetben szükséges háziorvosi vizsgálat: (Lehetőség szerint vetítsük ki a táblára a Válasszon okosan! – Háziorvos plakátot. Forrás: A Magyar Orvosi Kamara betegtájékoztatója alapján</p> <p><i>Amennyiben szűrővizsgálaton szeretnénk részt venni, a háziorvost, illetve a megfelelő szakorvost szükséges felkeresni.</i></p>		
--	---	--	--



10 perc		<p>III. Új ismeret átadása feladatokkal, megfigyelésekkel, gyakorlatokkal</p> <p>Tekintsük át, hogy milyen életkorban, milyen szűrővizsgálat történik. Jelöljük be, majd tisztázzuk az ismeretlen fogalmakat.</p> <p><i>Mindezek alapján állítsunk össze szűrőprogramot. Használjuk az interneten található információkat szabadon a témában.</i></p> <p><i>Javasolt oldal:</i> https://www.antsz.hu/felso_menu/temaink/jarvany/jarvany_archivum/hpv/hpv.html?query=HPV%20gyakori%20k%C3%A9rd%C3%A9sek</p> <p><i>Feladat:</i></p> <p>Alakítsunk ki 3-4 csoportot (osztálylétszámtól függően) és a mellékelt leírás segítségével gyűjtsék össze a tanulók, hogy milyen szűrővizsgálatokra érdemes mennie a következő személyeknek:</p> <ol style="list-style-type: none">1. 43 éves nő2. 60 éves férfi3. 2 éves gyermek4. 18 éves fiatal5. 15 éves kamasz	kiscsoportos munka	papír, írószerszám
---------	--	--	--------------------	--------------------

A feladathoz a tanulóknak felhasználható források:
ÁNTSZ oldala:
https://www.antsz.hu/felso_menu/temaink/jarvany/jarvany_archivum/hpv/hpv.html?query=HPV%20gyakori%20k%C3%A9rd%C3%A9sek
4. Melléklet - Ajánlott szűrővizsgálatok felnőttek részére



és 5. Melléklet -
TÁBLÁZAT (külön
fájlként!)



4. Melléklet
Segédanyag
pedagógusoknak

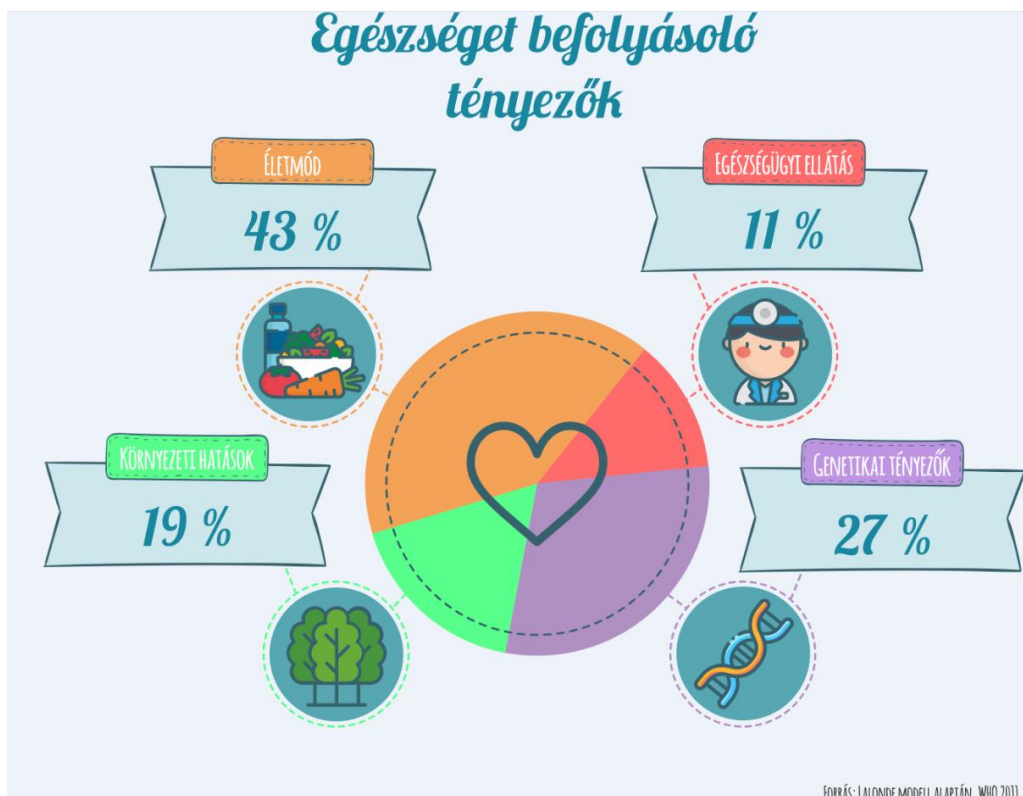


5 perc	<p><u>IV. Óra végi összefoglalás</u></p> <p>Foglaljuk össze az óra témáját, kiemelve a következő üzenetet:</p> <p>Üzenet: A szűrővizsgálat a védőoltások mellett segít megőrizni egészségünket. Tehát fontos, hogy megértsük: több fronton védekezhetünk a betegségek ellen, illetve előzhetjük meg azokat. A védőoltások a megelőzésben, a szűrővizsgálatok a korai felismerésben játszanak igen fontos szerepet.</p> <p>Házi feladat: Keresse meg mindenki a szűrővizsgálatokra vonatkozó rendelet linkjét a neten. (https://net.jogtar.hu/jogszabaly?docid=99700051.nm) Hangsúlyozzuk, hogy itt tudnak a továbbiakban tájékozódni. Nem kell most megjegyezni, hogy mikor milyen szűrővizsgálat aktuális, de fontos, hogy megjegyezzék, hol tudnak tájékozódni erről.</p> <p>Válasszon ki otthon egy családtagot, és készítsen interjút vele, mely szűrésen mikor vett részt. Pár mondatban fogalmazza meg tapasztalatait, beszélgessenek róla otthon, családi körben.</p>	frontális összefoglalás	internet, számítógép
--------	--	-------------------------	----------------------



5 perc		<p>A különböző életkorokban a szervezet eltérő betegségekre hajlamos. Ezt felismerve, illetve kifejezetten a magyar lakosság esetében megfigyelt betegségek/betegségcsoportok alapján kerültek meghatározásra a javasolt szűrővizsgálatok. Ezért van az, hogy egy 60 éves férfinak és egy 20 évesnek más-más szűrővizsgálat ajánlott.</p> <p>Feladat:</p> <p>Válasszatok a következők közül és keressétek ki a táblázatban, hogy milyen szűrővizsgálatok javasoltak számukra (szűrőprogram):</p> <ol style="list-style-type: none">1. 43 éves nő2. 60 éves férfi3. 2 éves gyermek4. 18 éves fiatal5. 15 éves kamasz		<p>h=-1&select_altemakor_search=-1&select_osztaly_search=-1&id=93 (1:53mp)</p> <p>Laptop</p> <p>4. Melléklet - Ajánlott szűrővizsgálatok felnőttek részére és 5. Melléklet - TÁBLÁZAT (külön fájlként!)</p>
1 perc		<p>II. Az óra/foglalkozás témájának levezetése</p> <p>Elhangzottak összefoglalása.</p> <p>Válasszon ki otthon egy családtagot, és készítsen interjút vele, mely szűrésen mikor vett részt. Pár mondatban fogalmazza meg tapasztalatait, beszélgessenek róla otthon, családi körben.</p>	<p>frontális tanári összegzés</p> <p>opcionális feladat ajánlása</p>	

1. Melléklet – Egészséget befolyásoló tényezők



2. Melléklet - A méhnyakrák megelőzhető (Plakát)

Kedves 7. osztályos LÁNYOK!

A méhnyakrák megelőzhető!



Neked is jár az
**INGYENES
HPV ELLENI VÉDŐOLTÁS!**

A védőoltással és a rendszeres szűrővizsgálattal a méhnyakrák megelőzhető.

Ha kérdésed van, keresd az iskolaorvost és a védőnőt.
www.antsz.hu/hpv
www.egeszseg.hu





Európai Unió
Európai Szociális
Alap

BEFEKTETÉS A JÖVŐBE



Hogyan előzhetem meg a HPV-fertőzést és a méhnyakrák kialakulását?

A HPV-vel való fertőződés, illetve a méh-nyakrák kockázata csökkenthető:



HPV elleni védőoltással,



rendszeres méhnyakszűréssel,



felelősségteljes, monogám szexuális élettel.



Mit érdemes tudnom a szűrésről?

A méhnyakszűrés minden szexuális életét megkezdett nőnek a serdülőkortól kezdve, de legkésőbb 25 éves kortól háromévente mindenképpen ajánlott!

A vizsgálat a társadalombiztosítási jogviszonnal rendelkezők számára ingyenes. A fájdalommentes vizsgálat során a méhnyakról sejtkenetet vesznek és a levett mintát megvizsgálják. A szűrővizsgálat célja a vírus okozta sejtváltozások, a rákmegelőző állapot minél korábbi felismerése.



Mit érdemes tudnom a védőoltásról?

A védőoltás az immunrendszert készíti fel a leggyakoribb rákkeltő HPV-típusok által okozott fertőzések kivédésére. Aki oltásban részesült, már nem fertőződhet meg az oltóanyagban található HPV-típusokkal.

A szexuális élet megkezdése előtt, 12-13 éves korban adott oltás nyújtja a leghatékonyabb védelmet a HPV-fertőzés ellen. A védettség megszerzéséhez kettő – karba beadott – oltásra van szükség.

A beoltottakkal is előfordulhat, hogy egy kevésbé gyakori rákkeltő vírussal fertőződnek meg. Ezért az oltástól függetlenül is fontos a rendszeres méhnyakszűrés!

Okozhat-e méhnyakrákot az oltás?

A védőoltás semmilyen körülmények között nem okozhat méhnyakrákot.

Mennyire biztonságos a védőoltás?

A méhnyakrák elleni oltóanyaggal már több millió nőt beoltottak. Az oltóanyag biztonságos.

Más védőoltásokhoz hasonlóan ez esetben is jelentkezhetnek a szokásos helyi tünetek, mint például bőrpír, duzzanat, vagy enyhe

fájdalom az oltás helyén. Ezek rövid idő alatt maguktól elmúlnak.



Öröklődhet-e a méhnyakrák?

A méhnyakrák nem öröklődő betegség. A megbetegedést a HPV daganatkeltő típusaival történt fertőződés okozza.

A HPV-fertőzés minden szexuális életet élő nőt veszélyeztet.



Kihez fordulhatok további információért?

Az iskolaorvosok, házi gyermekorvosok, a gyermeknőgyógyászok, a háziorvosok, a nőgyógyászok és a védőnők szívesen válaszolnak minden felmerülő kérdésre.

Magyarországon a 2014/2015-ös tanévtől kezdődően minden 12. életévét betöltött és 7. osztályos lány térítésmentesen megkaphatja a védőoltást!

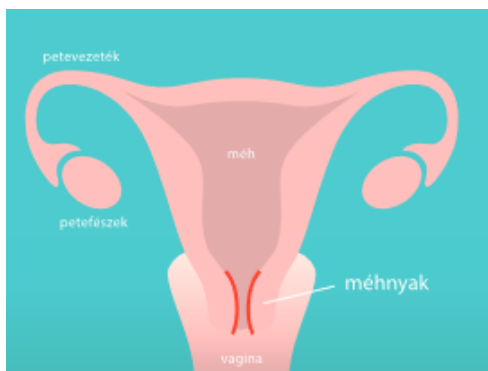
Bővebb információ:

www.antsz.hu/hpv
www.egeszseg.hu



SZÉCHENYI 2020

HPV
HUMÁN PAPILOMAVIRUS



Mi a méhnyakrák?

A méhnyak a méh legalsó része, daganatos megbetegedése a méhnyakrák.

A méhnyak hámján képződő daganatsejtek rövid idő alatt szétterjedhetnek a szervezet más részeibe is.

Hazánkban 2008 és 2012 között évente átlagosan 1490 új méhnyakrákos megbetegedést diagnosztizáltak, és átlagosan 407 nő halt meg a betegségben.

2009 és 2012 között a méhnyakrák a 15 – 44 éves korosztályban a második leggyakoribb daganattípus volt.

Az időben felfedezett méhnyakrák gyógyítható!



HPV

Mi a HPV?

A HPV a humán papillomavírus nevének rövidítése. A HPV-nek több mint száz típusa ismert. Ezek között vannak alacsony kockázatú vírusok, vannak a bőrön és a külső nemi szerveken szemölcsöket okozó vírusok, és vannak magas kockázatú típusok is.

A méhnyakrákot a HPV rákkeltő típusai okozzák.

Hogyan terjed a vírus?

A vírussal bárki megfertőződhet. A HPV fertőzés alapvetően nemi érintkezéssel terjed. Nagyobb kockázatnak vannak kitéve, akiknek több partnere van, illetve gyakorta cserélgetik őket.

A HPV-fertőzés nagyon gyakori. Az emberek fele, de akár nyolcvan százaléka is átesik valamilyen HPV-fertőzésen és a legtöbbjük nem is tud róla. Az életkor előrehaladtával nagyobb eséllyel válik tartóssá a fertőzés, így a daganat keletkezésének valószínűsége is megnő.



Mik a HPV-fertőzés tünetei?

A HPV-fertőzések körülbelül 90 százaléka tünetmentes!

A HPV-fertőzés általában átmeneti jellegű és az esetek legnagyobb részében egyáltalán nem okoz tünetet vagy megbetegedést. Ilyenkor a vírus egy-két év alatt magától eltűnik a szervezetből.

Ugyanakkor a rákkeltő HPV-típussal történő fertőzés esetén az emberek 10 százalékánál éveken keresztül észrevétlenül megmarad a fertőzés a szervezetben. Ez komoly kockázatot jelent a méhnyakrák kialakulása szempontjából, **mert legtöbbször sem a fertőzött, sem partnere nem tud a fennálló fertőzésről, a továbbadás veszélyéről!**

Az esetek körülbelül 10 százalékában a következő tünetek jelentkeznek:

A bőr/nyálkahártya laphámjának elváltozásai: a HPV okozta elváltozások leggyakrabban a méhnyakon, a hüvelyen, a szeméremtesten, a hímvesszőn, a végbél területén, illetve a szájüregben alakulnak ki, attól függően, hogy a test melyik részével érintkezett a partner fertőzött bőrfelülete. A fertőzött területeken szemölcsök vagy rosszindulatú daganat – rák is kialakulhat.

A rendszeres méhnyakszűrés célja a méhnyak esetleges elváltozásának korai felis-

merése. Ezáltal időben megkezdhető a kezelés, amely megakadályozza az életet veszélyeztető daganat kialakulását. A méhnyakszűrés 25 éves kor felett minden nőnek 3 évente ajánlott.

Gyógyítható-e a HPV-fertőzés?

A HPV-fertőzés megelőzése különösen fontos, mert a fertőzés teljesen nem szüntethető meg orvosi kezeléssel.

Minden nőnek javasolt, hogy rendszeresen vegyen részt méhnyakszűrésen még akkor is, ha HPV elleni védőoltásban részesült. Az oltás ugyanis bizonyos HPV-típusok által előidézhető fertőzések ellen véd, és ritkán ugyan, de olyan vírus-típusok is okozhatnak rákos megbetegedést, amelyek ellen az oltás nem nyújt védelmet.

A szűrés révén időben felismerhetőek a kóros elváltozások. Csak az időben felismert betegség gyógyítható.

A méhnyakrák megelőzhető (kiadvány a 12 éves lányok részére) 1-2. oldal

A méhnyakrák megelőzhető!

Bővebb információ:
www.antsz.hu/hpv
www.egeszseg.hu





Mi a méhnyakrák?

A méhnyak a méh legalsó része, daganatos megbetegedése a méhnyakrák. A fiatal nők körében ez a második leggyakoribb daganattípus.

Mi a HPV?

Mi az összefüggés a HPV és a méhnyakrák között?

A HPV a humán papillomavírus nevének rövidítése. A méhnyakrákot a humán papillomavírus (HPV) rákkeltő típusai okozzák.

Hogyan terjed a HPV?

A HPV fertőzés alapvetően nemi érintkezéssel terjed.



Mit lehet tudni az oltásról?

Már létezik olyan védőoltás, amely alkalmas a méhnyakrák megelőzésére. Az oltást - amely csupán minimális fájdalommal jár - a felkarodba kapod két különböző időpontban.



Hogyan tudod megvédeni magad a méhnyakráktól?



A 12-13 éves korban beadott védőoltás, 25 éves kor felett a rendszeres szűrés, és ha majd később párod lesz, akkor a a monogám párkapcsolat együttesen biztosítja számodra a megfelelő legmagasabb védeltséget a méhnyakrák ellen.

Beszélgess szüleiddel, kérj információt iskola- és/vagy háziorvosodtól, védőnőtől!

Kérd a HPV elleni védőoltást!

Ha betöltötted a 12. életévedet és 7. osztályos lány vagy, akkor a HPV elleni védőoltás számodra ingyenes.

Serdülőkortól, de legkésőbb 25 éves korodtól rendszeresen járd méhnyakszűrésre! Akkor is, ha már megkaptad az oltást!



VÁLASSZON OKOSAN!

A GYORS ÉS HATÉKONY BETEGELLÁTÁSÉRT

SÉRÜLÉS, HÚZÓDÁS, TARTÓS ÍZÜLETI FÁJDALOM

PÁR NAPOS, VÉNY NÉLKÜLI SZERRE NEM JAVULÓ LÉGÚTI, EMÉSZTÉSI PANASZOK

RR 140/90
VC 6,0

KRÓNIKUS BETEGSÉGEK (PL. CUKOR-BETEGSÉG, MAGAS VÉRNYOMÁS) KEZELÉSE, GONDOZÁSA

VÉNYÍRÁS
VÉDŐOLTÁSOK,
SZŰRŐVIZSGÁLATOK

HÁZIORVOS

BETEGTÁJÉKOZTATÓ ANYAG A MAGYAR ORVOSI KAMARA ÉS A MAGYAR GYÓGYSZERÉSZI KAMARA TÁMOGATÁSÁVAL

MOK
MAGYAR ORVOSI KAMARA

MAGYAR GYÓGYSZERÉSZI KAMARA
1989

Forrás: Magyar Orvosi Kamara

3/2. Melléklet - Kihez forduljunk szűrővizsgálat kérése esetén?



Forrás: saját szerkesztés

4. melléklet

AJÁNLOTT SZŰRŐVIZSGÁLATOK
felnőttek részére

2 évente HALLÁSVIZSGÁLAT

2 évente LÁTÁSVIZSGÁLAT

2 évente SZÁJÜREGI SZŰRÉS

2 évente EMLŐSZŰRÉS
45-65 éves kor között folyamatosan

1 évente MELANOMASZŰRÉS
(bőrgyógyászati vizetés)

3 évente MÉHNYAKSZŰRÉS
25-65 éves kor között

CUKORBETEGSÉGGEL KAPCSOLATOS SZŰRÉSEK
(háztartással egyetértett)

2 évente VASTAGBÉLSZŰRÉS
50-70 éves kor között

1 évente PROSZTATASZŰRÉS
50 éves kortól

HAVONTA HERÉK VIZSGÁLATA
(önvizsgálata)
20 éves kortól

Az idejében észlelt betegségek nagyobb hatékonysággal gyógyíthatóak.
A SZŰRŐVIZSGÁLAT ÉLETET MENTHET!

SZÉCHENYI 2020

AEEK
Állami Egészségügyi Ellátó Központ

nefi
Nemzeti Egészségügyi Információs Központ

MAGYARORSZÁGI KORMÁNY

Európai Unió
Európai Szociális
Alap

BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

Forrás: http://egeszseg.hu/assets/img/letoltheto-kommunikacios-anyagok/9_ajanlott-szurovizsgalatok_plakat.jpg

5. Melléklet - Segédanyag pedagógusoknak az életkor alapján történő szűrővizsgálatok beazonosítására

6-18 év között kétévente:

- a) teljes fizikális vizsgálat,
- b) a kórelőzmény és családi anamnézis/azaz milyen betegségek fordultak elő a családban ismételt felvétele,
- c) az anamnézis/ kórelőzmény alapján veszélyeztetett gyerekek kiszűrése, szükség esetén szakorvosi vizsgálatra irányítása,
- d) pajzsmirigy tapintásos vizsgálata 4. évfolyamtól,
- e) a testmagasság, testtömeg, a testi fejlettség és tápláltsági állapot hazai standardok szerinti értékelése, a nemi fejlődés értékelése,
- f) pszichés, motoros/mozgás, mentális, szociális fejlődés, magatartásproblémák feltárása,
- g) érzékszervek működésének vizsgálata a szakmai irányelveknek megfelelően, a színlátás vizsgálata,
- h) mozgásszervek vizsgálata: különös tekintettel a lábstatikai problémákra és a gerinc-rendellenességekre,
- i) vérnyomásmérés,
- j) fogászati szűrés és gondozás.

A családi anamnézis, a teljes körű fizikális vizsgálat eredményei alapján, amennyiben a szakorvos indokoltnak tartja, célzott vizsgálatok végzése szükséges.

25 és 65 év között népegészségügyi céllal egyszeri negatív eredményű szűrővizsgálatot követően háromévenként méhnyakszűrés, különös figyelemmel a méhnyakelváltozások sejtvizsgálatára (citológia),

45 és 65 év között népegészségügyi céllal kétévenként az emlő lágyrész röntgenvizsgálatán alapuló emlőszűrés (mammográfia)

21 éves korban a felnőttkori alapstátusz meghatározása

a) a családi anamnézis (korábbi betegségek és káros környezeti faktorok) kapcsolatos adatainak frissítése, különös tekintettel a szülők és a testvérek között a korai életkorban (férfiaknál 55 évnél, nőknél 65 évnél fiatalabbaknál) jelentkező szívkoszorúér-betegségre, érlelmeszesedéssel kapcsolatos szélütésre, verőérszűkültre,

b) életmódbeli tényezők (táplálkozási szokások, fizikai aktivitás, dohányzás, alkoholfogyasztás) feltárása,

c) részletes fizikális vizsgálat, testsúly, haskörfogat, testmagasság, testtömegindex meghatározása, vérnyomásmérés,

d) abdominális/hasi obesitas/elhízás (haskörfogat nőknél ≥ 80 cm, férfiaknál ≥ 94 cm) esetén a metabolikus/anyagcsere szindróma/komplex megbetegedés más alkotóelemei (vérzsír-szint, koleszterin-szint, vérnyomásérték, éhomi vércukorszint) fennállásának a vizsgálata,

e) a 2-es típusú diabetes mellitus/cukorbetegség szempontjából nagy kockázatú személyeknél (elhízás, a diabetes mellitus/cukorbetegség családi halmazódása, a kórelőzményben gestációs/terhességi diabetes/cukorbetegség) orális/szájon keresztül bevitt glükóz/cukor tolerancia teszt elvégzése (éhomis és 120 perces értékek értékelése) vagy ennek kivitelezhetetlensége esetén éhomi és postprandiális/étkezést követő vércukorszint meghatározása,

f) a teljes kardiovaszkuláris/szív-koszorú érrendszeri kockázat felmérése,

g) vesebetegség szempontjából nagy kockázatú személyeknél (öröklődő vesebetegség familiáris/családi előfordulása, hipertónia/magas vérnyomás, diabetes mellitus/cukorbetegség stb. fennállása) veseműködésre utaló labor értékek a meghatározása vizeletvizsgálat (tesztcsíkkal): fehérje- és vizelet vér meghatározása,

h) a családi kórelőzmény elemzése a 40 éves kor alatt a szülők és a testvérek között előforduló benignus/jóindulatú és malignus/rosszindulatú daganatokra, valamint hajlamosító állapotokra,

i) szájüregi daganatok vizsgálat, különös tekintettel a fogágygyulladásra, mint érlelmeszedésre is hajlamosító tényezőre, valamint az ajak- és szájüregi rákra hajlamosító állapotokra,

j) látásvizsgálat.

- 21-40 év között

- a) öt évente az 1. pont a)-f) alpontjaiban szereplő vizsgálatok ismétlése az 1. pont f) alpontja alapján kis kardiovaszkuláris kockázatú egyéneknél,
- b) két évente az 1. pont a)-f) alpontjaiban szereplő vizsgálatok ismétlése az 1. pont f) alpontja alapján közepes és nagy kardiovaszkuláris kockázatú egyéneknél,
- c) két évente a vesebetegség szempontjából nagy kockázatú személyeknél,
- d) két évente szájüregi daganatok szűrővizsgálat.

40-64 éves kor között

- a) öt évente az 1. pont a)-f) alpontjaiban szereplő vizsgálatok ismétlése az 1. pont f) alpontja alapján kis kardiovaszkuláris/szív- érrendszeri kockázatú egyéneknél,
- b) két évente az 1. pont a)-f) alpontjaiban szereplő vizsgálatok ismétlése az 1. pont f) alpontja alapján közepes és nagy kardiovaszkuláris/szív- érrendszer kockázatú egyéneknél,
- c) két évente a nagy kardiovaszkuláris/szív- érrendszer kockázatú személyeknél a panaszt nem okozó ateroszklerózis/érelmeszesedés tüneteinek a vizsgálata (a perifériás artériák tapintása és meghallgatása), ultrahangos áramlásméréssel („mini-Doppler”) a boka-kar index meghatározása,
- d) két évente a vesebetegség szempontjából nagy kockázatú személyeknél (hipertónia=magas vérnyomás, diabetes mellitus=cukorbetegség) vesefunkció laboratóriumi vizsgálata
- e) két évente sztomato-onkológia=szájüregi daganati szűrés,
- f) évente mellkas-szűrővizsgálat (tüdőszűrés).

65 éves kor felett

- a) az életkorral járó fokozott kardiovaszkuláris//szív- érrendszer kockázat miatt két évente az 1. pont b)-e) alpontjaiban szereplő vizsgálatok ismétlése,
- b) két évente a panaszt nem okozó ateroszklerózis/érelmeszesedés tüneteinek a vizsgálata (a perifériás artériák tapintása és meghallgatása), ultrahangos áramlásméréssel („mini-Doppler”) a boka-kar index meghatározása,

c) kétfévente a vesebetegség szempontjából nagy kockázatú személyeknél (hipertónia=magas vérnyomás, diabetes mellitus=cukorbetegség) laboratóriumi vizsgálat,
d) kétfévente sztomato-onkológiai /szájüregi daganat szűrés,
e) évente az érzékszervek vizsgálata,
f) évente mellkas-szűrővizsgálat (tüdőszűrés)

5. Melléklet – Szűrővizsgálatiok összefoglaló táblázata (külön fájlként!)