



Vēža savlaicīgai atklāšanai ieteicamās pārbaudes pa vecuma grupām sievietēm

20–29
gadi

Ieteicamās pārbaudes	Biežums
<ul style="list-style-type: none">Ģimenes ārsta profilaktiskā apskate*Krūšu pašizmeklēšana menstruālā cikla 5.–10. dienā, skaitot no asiņošanas sākumaKrūšu apskate un iztaustīšana pie ārsta (ģimenes ārsta vai ginekologa)Ginekoloģiskā apskate sievietēm, kurām ir dzimumdzīveDzemdnes kakla vēža skrīnings (citoloģiskā uztriepe ar uzaicinājuma vēstuli) no 25 gadu vecuma.Onkoloģiskās modrības kartes aizpildīšana pie ģimenes ārsta	Reizi gadā Reizi mēnesī – reizi ceturksnī Reizi 3 gados, ja ir sūdzības vai simptomi – pēc vajadzības Reizi gadā Reizi 3 gados** (atbilstoši valsts organizētajam vēža skrīningam) Reizi 3 gados

30–49
gadi

<ul style="list-style-type: none">Ģimenes ārsta profilaktiskā apskate*Krūšu pašizmeklēšana menstruālā cikla 5.–10. dienā, skaitot no asiņošanas sākumaKrūšu apskate un iztaustīšana pie ārsta (ģimenes ārsta vai ginekologa)Ginekoloģiskā apskateDzemdnes kakla vēža skrīnings (citoloģiskā uztriepe ar uzaicinājuma vēstuli)Onkoloģiskās modrības kartes aizpildīšana pie ģimenes ārsta	Reizi gadā Reizi mēnesī Reizi gadā, ja ir sūdzības vai simptomi – pēc vajadzības Reizi gadā Reizi 3 gados** Reizi 3 gados, no 40 gadiem – reizi gadā
--	--

50–69
gadi

<ul style="list-style-type: none">Ģimenes ārsta profilaktiskā apskate*Krūšu pašizmeklēšana menstruālā cikla 5.–10. dienā vai, ja ir iestājusies menopauze, – jebkurā brīvi izvēlētā dienāKrūšu apskate un iztaustīšana pie ārsta (ģimenes ārsta vai ginekologa)Krūts vēža skrīnings (mamogrāfija ar uzaicinājuma vēstuli)Ginekoloģiskā apskateDzemdnes kakla vēža skrīnings (citoloģiskā uztriepe ar uzaicinājuma vēstuli)Zarnu vēža skrīnings (slēpto asiņu tests)Onkoloģiskās modrības kartes aizpildīšana pie ģimenes ārsta	Reizi gadā Reizi mēnesī Reizi gadā, ja ir sūdzības vai simptomi – pēc vajadzības Reizi 2 gados** Reizi gadā Reizi 3 gados** Reizi gadā** Reizi gadā
---	---

>70
gadi

<ul style="list-style-type: none">Ģimenes ārsta profilaktiskā apskate*Krūšu pašizmeklēšana – jebkurā brīvi izvēlētā dienāKrūšu apskate un iztaustīšana pie ārstaZarnu vēža skrīnings (slēpto asiņu tests) līdz 74 gadu vecumamOnkoloģiskās modrības kartes aizpildīšana	Reizi gadā Reizi mēnesī Reizi gadā, ja ir sūdzības – pēc vajadzības Reizi gadā** Reizi gadā
--	--

Materiāla autore:
Latvijas Lauku
Ģimenes ārstu asociācijas
vadītāja Dr. Līga Kozlovska un
Latvijas galvenā speciāliste onkoloģijā
Dr. habil. med. Dace Baltiņa

Izdevējs:
Roche Latvija SIA
G. Astras 8b, Rīga, LV-1082
Tāl.: 67 039 831
Fakss: 67 039 833
2015. gada jūlijs
HER-04-2015LV

*skatīt otrā pusē

**atbilstoši valsts organizētajam vēža skrīningam

Vēža savlaicīgai atklāšanai ieteicamās pārbaudes pa vecuma grupām vīriešiem



20–39
gadi

- Ģimenes ārsta profilaktiskā apskate*
- Onkoloģiskās modrības kartes aizpildīšana pie ģimenes ārsta

Biežums

Reizi gadā
Reizi 3 gados

40–49
gadi

- Ģimenes ārsta profilaktiskā apskate*
- Onkoloģiskās modrības kartes aizpildīšana pie ģimenes ārsta

Reizi gadā
Reizi gadā

50–69
gadi

- Ģimenes ārsta profilaktiskā apskate*
- **Zarnu vēža skrīnings** (slēpto asiņu tests)
- Onkoloģiskās modrības kartes aizpildīšana pie ģimenes ārsta
- Pārrunas ar ģimenes ārstu vai urologu par prostatas veselības pārbaudi, nepieciešamības gadījumā veicot PSA testu

Reizi gadā
Reizi gadā**
Reizi gadā
Reizi gadā vai reizi divos gados

70–79
gadi

- Ģimenes ārsta profilaktiskā apskate*
- **Zarnu vēža skrīnings** (slēpto asiņu tests) līdz 74 gadu vecumam
- Onkoloģiskās modrības kartes aizpildīšana pie ģimenes ārsta
- Pārrunas ar ģimenes ārstu vai urologu par prostatas veselības pārbaudi, nepieciešamības gadījumā veicot PSA testu

Reizi gadā
Reizi gadā**
Reizi gadā
Reizi gadā vai reizi divos gados

>80
gadi

- Ģimenes ārsta profilaktiskā apskate*
- Onkoloģiskās modrības kartes aizpildīšana pie ģimenes ārsta

Reizi gadā
Reizi gadā

*Ģimenes ārsta profilaktiskā apskate sevī iekļauj

- pacienta (-es) sūdzības;
- ķermeņa svara un garuma mērīšana;
- ādas un mutes dobuma apskate;
- kakla, padušu, cirkšņu limfmezglu un vīriešiem sēklinieku iztaustīšana;
- vairogdziedzera iztaustīšana;
- krūšu dziedzeru apskate un iztaustīšana;
- arteriālā asinsspiediena un pulsa mērīšana;
- sirdsdarbības un plaušu auskultācija (izklausišana);
- vēdera palpācija (iztaustīšana);
- rektālā digitālā palpācija pacientiem pēc 50 gadu vecuma.

Nepieciešama regulāra informēšana par sauļošanās un smēķēšanas kaitīgumu, diētu, fiziskām aktivitātēm, kaitīgiem seksuāliem, vides un arodfactoriem.

**atbilstoši valsts organizētajam vēža skrīningam