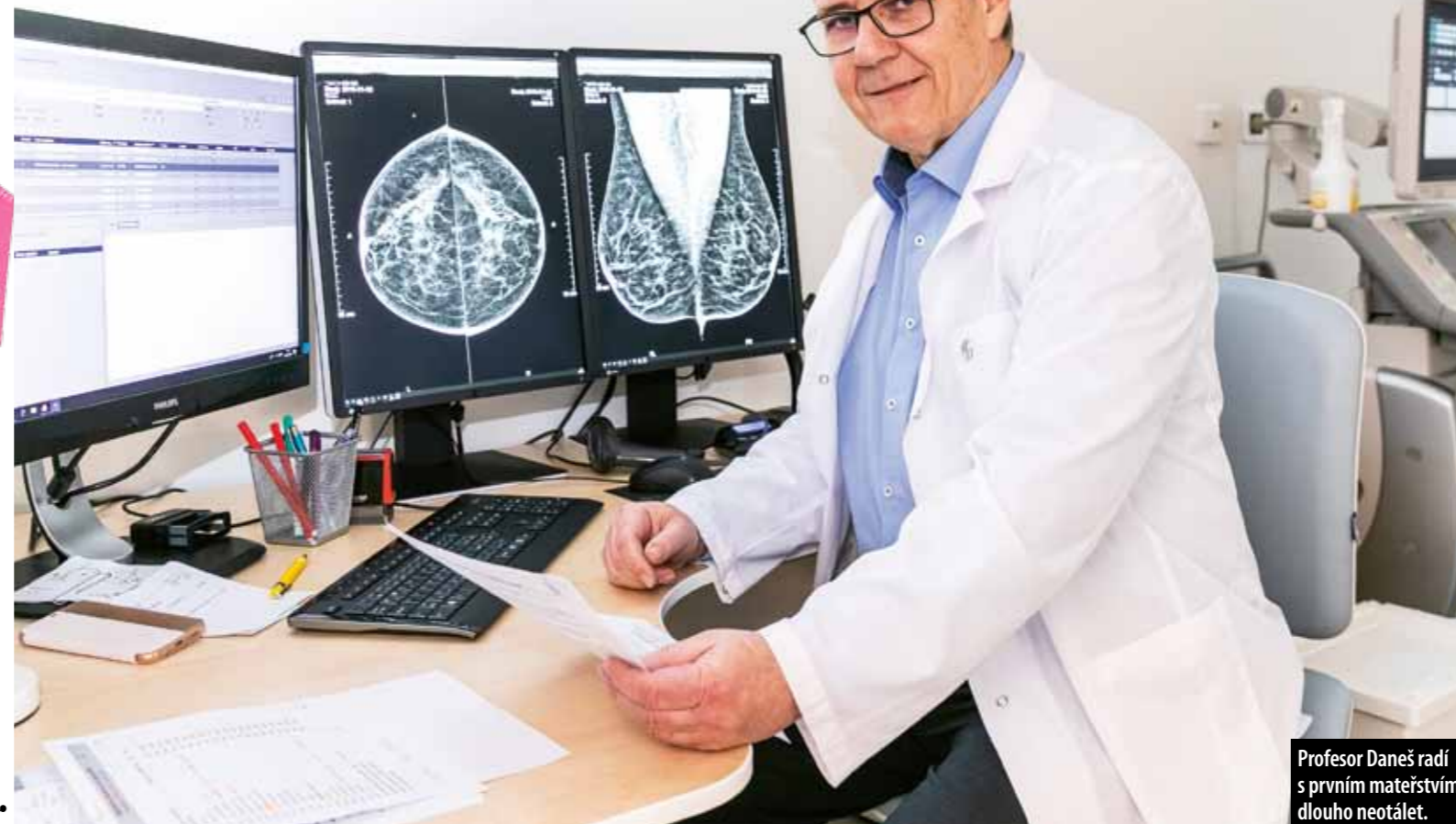


RADIOLOG JAN DANEŠ:

BUDĚTE S RODINOU

To je návod na zdravá prsa!

Svět nám může závidět. V posledních letech klesla úmrtnost českých žen na rakovinu prsu o 30 procent. „Nádor umíme odhalit ve stadiu, kdy je obrovská šance na uzdravení,“ tvrdí profesor Jan Daneš, přední radiolog a diagnostik.



Profesor Daneš radí s prvním mateřstvím dlouho neotálet.

Sešli jsme se v novém screeningovém a mamodiagnostickém centru Waltrovka v Praze 5. Klinika je sice soukromá, ale má smlouvy s pojišťovnami, takže je dostupná pro všechny pacientky bez rozdílu. Objednací doby jsou krátké, zdravotníci i technika mají vynikající úroveň. Vše navíc v pozici vedoucího centra zastřešuje Danešova autorita – ve svém oboru patří v Evropě ke špičce. Před rozhovorem se zdržel na chodbě, kde mu dojatě děkovala jedna z pacientek, kterým jeho bezchybná diagnóza zachránila život.

Třicet procent je výborný výsledek. Dal by se ještě vylepšit? Rozhodně. Dnes chodí na preventivní prohlídky v rámci screeningového programu zhruba 63 procent žen ve věku od 45 do 70 let. Ve Skandinávii nebo ve Velké Británii to je ve stejné věkové kategorii až 80 procent ženské populace. A přímá úměra je jasná – více

vyšetřených pacientek rovná se více zachráněných životů.

Jak preventivní program funguje? Od 45 let mají ženy zdarma vyšetření prsů na mamografu, a to každé dva roky. Potřebují k tomu doporučení praktického lékaře nebo gynekologa. Když je potřeba, doplňuje se mamografie ultrazvukovým vyšetřením.

A co mladší ženy? Rakovinu přece můžou dostat i v nižším věku...

Mladším ženám bych doporučoval ultrazvukové kontroly, tak od třicátého až pětáctátého roku života. Jiné je to v případě genetického rizika. Tam jsou vyšetření nutná dříve a v potřebných intervalech.

Myslíte genetickou zátěž, kvůli které si Angelina Jolie nechala odstranit prsa?

Přesně tak. Jde naštěstí o úzkou skupinu žen, které geneticky zdědily vysoké,

až osmdesátiprocentní riziko vzniku nádoru. Tento typ rakoviny mají v rodině. Dnes ovšem umíme díky pokročilým znalostem v oboru genetiky takovou zátěž odhalit a podle toho postupovat. Pro rizikové pacientky se proto sestavuje individuální screeningový plán. Ostatně individualizovaný screening bude zřejmě v dohledné budoucnosti cestou, kterou se bude veškerá prevence ubírat. Ženy budou chodit na kontroly podle míry rizika, které jim hrozí. Některá častěji, některá méně často.

Znám dost žen, které mají z mamografu strach. Prý může takové ozařování způsobit vznik nádoru...

To je úplný nesmysl. Celosvětově se prováděla řada velmi seriózních studií, které prokázaly, že tohle riziko je teoretické a benefity pravidelných kontrol vysoce převažují nad jakýmkoli riziky. Naše práce je založená na vědeckých faktech a důkazech. Ne na tom, co si

kdo myslí. A fakta jsou taková, že tyto diagnostické metody prokazatelně zachraňují životy a snižují úmrtnost. Mamograf odhalí i nádory o velikosti několika milimetrů, takže pacientky mají obrovskou šanci na úplné vyléčení. Proto vždy zdůrazňuji, že vyslechnout si dnes diagnózu rakoviny prsu není většinou žádná tragédie.

Hrazená mamografická prevence je jednou za dva roky. Co mezi tím? Rakovina se přece může vyvinout kdykoli.

Může, ale takových případů moc není. Přesto máte pravdu, kontroly jsou vhodné i v mezidobí. V první řadě by od dosažení dospělosti měla každá žena provádět pravidelné samovyšetření prsů vždy po skončení menstruace. Dále můžou i zcela nerizikové ženy chodit

MAMOGRAF ODHALÍ I MILIMETROVÉ NÁDORY, TAKŽE PACIENTKY MAJÍ OBROVSKOU ŠANCI.

na vyšetření ultrazvukem, neboli sonografií, jako samoplátkyně (tohle vyšetření stojí 500 až 700 Kč – pozn.red.). Pro úplnost, sono bý-

vá také poměrně často doplňujícím vyšetřením nejasného mamografického nálezu. To se může stát v případech, že je prsní tkáň hutnější a méně přehledná.

Ani po mamografu není jistota, že prs je zdravý?

Ujišťuji vás, že v medicíně stoprocentní jistota neexistuje. Mamografické vyšetření je ale velmi přesné. Samozřejmě musí snímky vyhodnocovat zkušení odborníci.

Hodně žen si stěžuje na dlouhé čekací lhůty, když se potřebují na vyšetření objednat.

To je pravda, ale ne všude. Delší dobu

Jeho život a kariéra

Prof. MUDr. Jan Daneš, CSc.

- Pracoval řadu let jako přednosta Radiodiagnostické kliniky Všeobecné fakultní nemocnice v Praze.
- Nemozem prsů se věnuje přes 30 let.
- Vloni otevřel screeningové a mamodiagnostické centrum Waltrovka v Praze 5, další má v Berouně.

čekáte nejčastěji na mamografických pracovištích v nemocnicích. U nás se objednáte a čekáte pár dní. A výsledky máte hned. Podobných akreditovaných pracovišť je u nás dost, takže jsou dostupné pro ženy z kterékoli části republiky.

Zajímalo by mě, čím můžeme riziko vzniku rakoviny prsu minimalizovat.

Když nemáte genetickou zátěž, která se nedá ovlivnit, pak jistě omezením stresu. To v první řadě. Také zdravou stravou, pohybem, dostatečným odpočinkem. Méně nádorů také mívají ženy, které rodí první dítě před třicátkou a mají více dětí. Dnešní ženy ale naopak rodí stále později. Prokázána rizika má také dlouhodobé užívání hormonální substituce v klimakteriu a po něm. Proto musí gynekolog vždy pečlivě zvažovat, jaké jsou benefity takové léčby ve srovnání s možnými negativy.

Jak vypadá typická pacientka s diagnózou rakoviny prsu?

Nejde o nic vědecky podloženého, mluvím jen z praxe – bývají to často ženy s vyšším vzděláním, úspěšné v práci, žijící trvale ve stresu. Nedávno jsem diagnózu sděloval manažerce, která při tom vyřizovala pracovní telefonáty.

Takže klid, odpočinek a duševní pohoda léčí?

Nestresujte se, nepřepínejte se, odpočívejte, ctěte své pracovní i lidské limity, víkendy věnujte rodině a pokud možno mějte děti před třicátým rokem života. ■