



**3 soļi līdz sirds mieram** vai agrīna un pilnībā izārstējama vēža vai pirmsvēža stāvokļu savlaicīga meklēšana tiem cilvēkiem, kam šī slimība vēl nerada nekādus simptomus

### Kāpēc ir jāspēr 3 soļi:

- **iespēja noteikt pirmsvēža stāvokļus un nepieļaut vēža attīstīšanos**
- **atklājot vēzi agrīnā stadijā, bieži iespējams to pilnībā likvidēt**

#### 1. SOLIS

Paskatieties savā pasē – vai Jums ir vismaz 50 gadi?  
Vai Jūsu vecākiem ir vismaz 50 gadi?

#### 2. SOLIS

Ja Jums ir vismaz 50 gadi - vaicājiēt savam ģimenes ārstam par iespēju noteikt neredzamu, nelielu asins piejaukumu izkārnījumos (tests slēpta asins piejaukuma noteikšanai fēcēs) pat tad, ja Jums nav nekādu sūdzību. To apmaksā valsts.

#### 3. SOLIS

Ja Jums ir pozitīvs slēpta asins piejaukuma tests izkārnījumos, tas nenozīmē, ka Jums noteikti ir zarnu vēzis. Pozitīvam testa rezultātam var būt arī citi iemesli, taču šo iemeslu noskaidrošanai papildus ir nepieciešams veikt zarnu izmeklēšanu – kolonoskopiju:

- ar pareizi aizpildītu ģimenes ārsta nosūtījumu kolonoskopijas (skrīninga kolonoskopija) veikšana ir iespējama ārpus rindas, un to apmaksā valsts;
- kolonoskopijas laikā ārsts ar speciālu instrumentu apskatīs zarnu „no iekšpuses” un noskaidros asins piejaukuma iemeslu, kas ļauj savlaicīgi noteikt slimību un ārstēšanu;
- kolonoskopiju Jums veiks ar anestēziju/medikāciju, tāpēc izmeklējums būs kvalitatīvs un pilnībā nesāpīgs.

**Uzmanību!** Ja Jūs esat vecāks par 40 gadiem un kolonoskopija līdz šim Jums nav veikta, bet kādam no Jūsu pirmās pakāpes radniekiem (vecākiem, brāļim, māšai, bērnam) bijis resnās vai taisnās zarnas vēzis, Jums ieteicama gastroenterologa konsultācija. Iespējams, Jums būs nepieciešams veikt kolonoskopiju neatkarīgi no slēpta asins piejaukuma testa rezultāta.

**JA ESAT SPĒRIS ŠOS 3 SOĻUS – VARIET GULĒT MIERĪGI, JO ESAT IZDARĪJIS VISU, KAS IR NEPIECIEŠAMS**