

## Spriječite rak vrata maternice!

*Do petka, 25. siječnja, traje Tjedan borbe protiv raka vrata maternice. To je, nakon raka dojke, drugi najčešći rak u žena te drugi uzrok smrtnosti od zloćudnih bolesti u žena. Na godinu se u svijetu dijagnosticira oko 500.000 novih slučajeva raka vrata maternice, a gotovo 250.000 žena umre od te bolesti. Procjenjuje se da u svijetu oko 1,4 milijuna žena boluje od te bolesti. U Hrvatskoj svake godine od raka vrata maternice oboli 400, a svaki treći dan umre jedna žena. Trenutačno oko 1700 žena živi s tom bolešću*

### Činjenice o raku vrata maternice

Rak vrata maternice nastaje u djelu maternice koji spaja gornji dio maternice s rođnicom. Rak nastaje kad se stanice vrata maternice promjene i počnu nekontrolirano rasti. To je ozbiljna bolest koja može ugroziti život. Smrtnost od raka vrata maternice je 50%. Počinje kad se žena zarazi određenim tipovima humanog papilomavirusa (HPV-a). Humani papilomavirus je glavni uzročnik raka vrata maternice. Niti jedna vrsta karcinoma nema tako uzročno posljedičnu vezu s nekim do danas znanim uzrokom kao što ima HPV i rak vrata maternice pa se čak u 99,7% slučajeva karcinoma može dokazati infekcija HPV-om. Ako imunološki sustav ne ukloni infekciju, normalne stanice počnu abnormalno rasti i s vremenom se mogu pretvoriti u rak. Za to je najčešće potrebno nekoliko godina, ali se u rijetkim slučajevima može dogoditi i unutar godine dana.

Rak vrata maternice drugi je najčešći rak u žena, te drugi uzrok smrtnosti od zloćudnih bolesti u žena. Na godinu se u svijetu dijagnosticira oko 500.000 novih slučajeva raka vrata maternice, a gotovo 250.000 žena umre od te bolesti. Procjenjuje se da u svijetu oko 1,4 milijuna žena boluje od te bolesti. U Hrvatskoj svake godine od raka vrata maternice oboli 400, a svaki treći dan umre jedna žena. Trenutačno oko 1700 žena živi s tom bolešću.

### Simptomi raka vrata maternice

Simptomi raka vrata maternice su zapravo rijetki i nespecifični, tj. mogu ih izazvati i druga stanja. Oni mogu bit neuobičajeni iscjedak, krvarenje nakon spolnog odnosa te bol u genitalnom području.

## Otkrivanje i kontrola

Za prevenciju raka vrata maternice ključno je pravovremeno otkrivanje visokorizičnog HPV-a, koji je najčešći uzročnik raka vrata maternice, prije nego što je HPV stigao uzrokovati promjene na stanicama vrata maternice. Redovitim kontrolama Papa testa sačuvat ćete zdravlje i život. Ako ste već imali pozitivan test na HPV, unatoč ponovljenom negativnom Papa testu i trenutnom pobjedom našeg organizma nad virusom, HPV nastavlja živjeti u okolnom naizgled zdravom tkivu i opet se može aktivirati u slučaju pada imuniteta zbog jakog emocionalnog stresa, alkohola, velike iscrpljenosti, loše prehrane, viroze i sl. Zbog toga su neke od ljekovitih biljaka koje djeluju protiv stresa, te smiruju i opuštaju organizam, neizostavni dio čajeva i tinktura koje pripremam protiv CIN-a.

## Tipovi HPV-a

- **Papilloma virusi niskog stupnja rizika** - 6, 11 , 42 , 43 , 4 (Povezani češće s bradavicama)
- **Papilloma virusi srednjeg stupnja rizika** - 31, 33 ,35 , 51 , 52 , 58.
- **Papiloma virusi visokog stupnja rizika** - 16, 18 , 25 , 56 (Povezani s rakom vrata maternice)

Žene češće imaju visokorizične, a muškarci niskorizične tipove virusa.

## Preventiva i terapija

- promjene na zahvaćenom tkivu mogu se ukloniti krioterapijom, spaljivanjem ili kirurškim putem
- na zahvaćeno mjesto nanosi se lijek, npr. Interferon
- potrebno je liječiti oba partnera istodobno
- kod preinvazivnog raka (*Carcinoma in situ*) radi se konizacija, kirurško ili lasersko uklanjanje zahvaćenog tkiva vrata maternice u obliku konusa
- prakticirati siguran seks upotrebom kondoma
- ne upuštati se u spolne odnose prije 18. godine i ne mijenjati partnere
- redoviti kontrolni pregledi kod ginekologa
- ne koristite prijateljičino donje rublje niti tuđi ručnik za intimnu higijenu
- smanjite stres i preventivno čuvajte svoje zdravlje (prestanite pušiti)

## Fitoterapija

Osobno terapiju protiv CIN-a (cervikalne intraepitelne neoplazije, uz potvrđen ili ne HPV) liječim individualno, za svaku osobu posebno jer se i ljekovite biljke i doza razlikuju ovisno o dijagnozi od CIN-a 1 do CIN-a 3.

Do sada su se izuzetno uspješnim pokazale imunološke biljke: neven, imela, kadulja. Uz njih je potrebno da se u čaju i biljnim kapima nađu i protuupalne biljke - sljez, majčina dušica, rimska kamilica, kopriva, te biljke koje smanjuju stres: lavanda, matičnjak, glog. Dodatno će pomoći i gospina trava, kopriva crvena djetelina ....

Čaj i kapi je potrebno trošiti najmanje 6 mjeseci, a nakon ginekološkog pregleda i ponovljenog Papa nalaza odlučujem o nastavku terapije.

Uz čaj i biljne kapi koji se piju, obavezan dio terapije je i tampon koji se stavlja u rodnicu svaku drugu večer. Tampon se namoči mješavinom ulja od 5 vrsta protuupalnog i antivirusnog bilja, a za vrijeme mjesečnice se ne koristi, jer je najbolje da se krv sa svim upalnim sadržajem (detritusom) izluči iz organizma na uložak. Kod nekih djevojaka i žena umjesto uljnog tampona pripremam odgovarajuću mast s ravensarom, melisom i drugim antivirusnim biljkama.

Ova terapija je logična (borimo se protiv virusa jačanjem vlastitog imuniteta, smanjujemo upalu protuupalnim biljem i smirujemo stres i strah), prirodna, bez nuspojava i kontraindikacija. Stvarala sam ju godinama i do danas su bez simptoma bolesti i one pacijentice koje sam liječila prije 17 godina. Mogu reći da je terapija po rezultatu izlječenja gotovo 100 %-tna - kažem "gotovo" jer netko prerano prekida terapiju ili je neredovit, no u odabiru ljekovitog bilja potrebno je da vas vodi i prati liječnik fitoterapeut i potrebno je biti strpljiv i redovit u terapiji.

Bolest nije došla preko noći pa tako neće ni proći. Najvažnije je da počnete terapiju što ranije jer svako odgađanje vodi dodatnim komplikacijama. Virus se može povući i sam, no bolje je provesti terapiju preventivno i preduhitriti napredovanje bolesti.

### **Vitamini i „higijena“ života**

Vitamini svojim antioksidativnim djelovanjem pomažu revitalizaciji oštećenog imunološkog sustava, pa uz folnu kiselinu i fermentirane mliječne proizvode izbalansirajte svoju prehranu s vitaminima C, E i B kompleksa. Preporučam i đumbir i češnjak.

Povremeno tijekom terapije uronite i u kadu s toplom vodom u koju ste dodali eterično ulje borovice, eukaliptusa, lavande i malo čajevca.

Nepušenje, svakodnevne šetnje ili tjelovježba također će pridonijeti smanjivanju stresa i jačanju imuniteta.

Kliničkim studijama i novijim znanstvenim istraživanjima potvrđeno je djelovanje ljekovitog bilja na naš organizam i naše zdravlje.

**Dr. Ksenija Krajina Pokupec**  
**Botana fitocentar d.o.o.**

**Fitoterapija - Aromaterapija - Masaža - Savjeti - Edukacija - Nutricionizam**

**Konjička 3, Zagreb**

**Tel: 01/3839-096**

**Mob: 098/9288-728**

**e-mail: botana.zg@gmail.com**

***Radno vrijeme za informacije, narudžbe i posjete: pon, sri, pet - od 8h do 14h; uto, čet - od 14h do 19h.***

**SVOJ PRVI DOLAZAK OBAVEZNO PRETHODNO NAJAVITE!**