

Der neue HPV-Test

Mehr Sicherheit gegen Gebärmutterhalskrebs



BESSERE, WÜNSCHENSWERTE VORBEUGUNG GEGEN DEN GEBÄRMUTTERHALSKREBS

Was will der neue HPV-Test?

Eine bessere, wünschenswerte Vorbeugung gegen den Gebärmutterhalskrebs in Ergänzung zur zytologischen Abstrichroutineuntersuchung (Pap).

Was sind Humane Papilloma-Viren (HPV)?

Oben beschriebene Virusgruppe beinhaltet die häufigsten und verbreitetsten Erreger von Infektionen im Genitalbereich mit sexuellem Übertragungsweg. Bestimmte Typen dieser Viren - die sog. Hochrisiko-Gruppen - spielen eine entscheidende Rolle bei der Entstehung des Gebärmutterhalskrebses, bei welchem er in über 99% als Krebsverursacher nachgewiesen werden kann.

Wie entsteht und verbreitet sich eine HPV-Infektion?

Aufgrund entsprechender Studien ist bekannt, dass die meisten der sexuell aktiven Jugendlichen und Erwachsenen sich zu irgendeinem Zeitpunkt eine Infektion mit HPV zuziehen, die in etwa 80% ohne Symptome und ohne Restschädigung ausheilt. Bei einem gewissen Prozentsatz jedoch verbleibt das Virus im Körper, verbindet sich mit dem Erbgut der Zellen, vorwiegend des Gebärmutterhalsbereichs und kann hierdurch später Krebs auslösen.

Wie ist eine HPV-Infektion für Sie erkennbar?

Die Infektion mit HPV ist asymptomatisch, also ohne jegliche Beschwerden für die betreffende Patientin.

Bei der Krebsvorsorgeuntersuchung (Abstrichuntersuchung) können derartig virusbefallene Zellen nur dann erkannt werden, wenn sie bereits Merkmale von Krebsvorstufen-Zellen besitzen, welche Veränderungen oft erst nach jahrelanger Infektion auftreten.

Noch nicht derartig veränderte Zellen, die jedoch das krebsauslösende Virus bereits beinhalten, werden jedoch bei der alleinigen Krebsvorsorgeuntersuchung (Zytologie) nicht erkannt.

Welche Vorteile bringt der ergänzende HPV-Test?

Zusätzlich zur zytologischen Krebsvorsorgeuntersuchung wird eine weitere Zellprobe entnommen und unter geschützten Bedingungen in ein spezialisiertes Untersuchungsinstitut übersandt. Dort wird das Zellmaterial mit hochmodernen molekular-genetischen Methoden auf vorhandene humane Papillomaviren (HPV) untersucht und gleichzeitig die Viruszusammensetzung - unterteilt in Hochrisiko- oder aber auch Wenigerrisiko-Gruppen - bestimmt.

Was tun bei positivem HPV-Testergebnis?

In hohen Prozentsätzen wird diese bei der HPV-Testung nachgewiesene Infektion ohne Schaden zu hinterlassen komplett ausgeheilt. Gegebenenfalls sollte sich hier der Partner auch einem HPV-Test unterziehen.

Treten allerdings auffällige zytologische Zellveränderungen bei der Krebsvorsorge (Pap) hinzu, so muss eine kurzfristige Kontrolle, gegebenenfalls bei stärker werdenden Hinweisen auf eine bevorstehende Krebserkrankung eine dieses betroffene Gewebe entfernende Therapie durchgeführt werden (=Konisation), welche dann in den allermeisten Fällen eine komplette Ausheilung zur Folge hat.

Was bedeutet ein negatives HPV-Testergebnis?

Sollten bei der Krebsvorsorge auffällige Zellveränderungen nachgewiesen worden sein, so sind diese - bei negativem Testergebnis - nicht HPV-bedingt, welches bedeutet, dass diese Veränderungen mit hoher Wahrscheinlichkeit keine spätere Krebserkrankung bedingen werden.

Außerdem ist bei negativem HPV-Befund mit hoher Sicherheit eine Gebärmutterhalskrebserkrankung in den nächsten 3-5 Jahren nicht zu erwarten und ergibt somit eine weit über die übliche Krebsvorsorge hinausgehende beruhigende Information für die einen negativen Test aufweisenden Patienten.

Trotz dieser Negativität muss allerdings nach wie vor eine jährliche Krebsvorsorgeuntersuchung angeraten werden, da dabei sonstige, nicht den Gebärmutterhals alleine betreffende Erkrankungen des Genitalbereichs, aber auch der Brust untersucht und ausgeschlossen werden.

Was tun?



Sie sollten in erster Linie auf eine gesunde Lebensführung achten, sowohl auf der körperlichen, als auch auf der seelischen Ebene. Dieses beinhaltet eine gesunde Ernährung (möglichst DEMETER-Qualität), ganz oder weitgehenden Verzicht auf Rauchen, Alkohol und sonstige Genußgifte. Ebenso sollte auf ausreichende Bewegung geachtet werden sowie ein ausgeglichenes Gefühlsleben mit positivem Denken gepflegt werden.

SO STÄRKEN SIE IHR IMMUNSYSTEM:

Damit die weißen Blutkörperchen ihre Abwehrfähigkeit verrichten können, sind praktisch alle Mineralien, Spurenelemente und Vitamine in ausreichender Konzentration erforderlich. Besonders wichtig aber sind die Vitamine A und C sowie das Spurenelement Zink.

- Versorgen Sie Ihren Körper mit mehr Vitamin A bzw. Carotinoiden, Beta-Carotin und Lycopin (letztere Vorstufen von Vitamin A). Dieses Vitamin erhöht die Abwehrkraft unserer natürlichen „Freßzellen“ im Körper. Es ist enthalten in gelbem, grünem und rotem Gemüse. Trinken Sie täglich ein Glas Tomatensaft bzw. essen Sie täglich eine Portion Brokkoli, Rote Beete, Karotten oder Tomaten. Auch Aprikosen haben einen hohen Beta-Carotin-Gehalt.
- Essen Sie mindestens dreimal am Tag frisches Obst. Sehr gut sind Südfrüchte und auch Paprikaschoten. Diese liefern das nötige Vitamin C, mit dem sich die weißen Blutkörperchen für den Kampf gegen Bakterien und Viren wappnen. Zudem fördert Vitamin C die bessere Aufnahme bzw. Verstoffwechslung von Eisen im Körper (für Frauen sehr wichtig).
- Sorgen Sie dafür, daß Ihr Organismus ausreichend mit dem wertvollen Spurenelement Zink versorgt wird. Zink steigert die Anzahl der Abwehrzellen beträchtlich und bremst sogar das Wachstum vieler Virenarten und

hindert diese Krankheitserreger somit an der Ausbreitung. Fragen Sie Ihren Apotheker nach einem geeigneten Zink-Präparat. Essen sie täglich ein Vollkornmüsli, angemacht mit Naturjoghurt (beinhaltet *Lactobacillus acidophilus*, sorgt für eine gesunde Darmflora). Vollkornprodukte enthalten neben Zink auch das wertvolle Spurenelement Selen. Dieses dient ebenso dem Immunschutz bzw. mindert Allergiefähigkeiten.

- Gesundheitsfördernd ist auch grüner Tee mit seinen vielen Inhaltsstoffen. In grünem Tee sind u. a. auch die Vitamine C, B1, B2, B5 sowie Kalzium, Mangan, Zink, Saponine, Fluor, Flavonoide, Tannin, Theophyllin und Theobromin sowie Koffein enthalten, nicht zu vergessen sind die Flavanole (Catechine, insbesondere EGCG), welchen eine krebsvorbeugende Wirkung zugeschrieben wird. Trinken sie täglich zwei große Tassen davon anstatt Kaffee.
- **Hören Sie auf zu Rauchen!** Es wurde in verschiedenen gynäkologischen Studien nachgewiesen, daß Rauchen Gebärmutterhalskrebs fördern kann. Im Goldmann-Verlag ist das Buch „Endlich Nichtraucher!“ von Allen Carr erschienen. Wenn man alles so beherzigt, wie es in dem Buch beschrieben ist, fällt es sogar dem eingefleischtesten Raucher nicht schwer damit aufzuhören. Sie tun sich damit nur Gutes.

Zu guter Letzt:

Vertrauen Sie Ihrem/Ihrer Frauenarzt/ärztin. Er/Sie weiß was zu tun ist. Gehen Sie zu den regelmäßigen Vorsorgeuntersuchungen und führen Sie eine gute und gesunde Lebensweise. Ihr Körper dankt es Ihnen.

Monika Kirschner
 Arztsekretärin im Institut für Pathologie und Zytologie am
 Klinikum Deggendorf und...ehemalige Betroffene.