

MART, MESEC BORBE PROTIV RAKA

Prema poslednjim procenama Svetske zdravstvene organizacije i Međunarodne agencije za istraživanje raka, obolevanje od malignih bolesti u svetu je poraslo na 19,3 miliona ljudi i registrovano je 9,9 miliona smrtnih slučajeva od svih lokalizacija malignih tumora u 2020. godini.

Tokom života, jedan od pet muškaraca i jedna od šest žena će oboleti od raka, a jedan od osam muškaraca i jedna od jedanaest žena će umreti od nekog oblika maligne bolesti.

OBOLEVANJE I UMIRANJE OD RAKA U SRBIJI

U Srbiji se godišnje u proseku dijagnostikuje oko 36.000 novih slučajeva malignih bolesti, dok od raka umre više od 20.000 ljudi. Vodeći uzroci obolevanja i umiranja od raka u našoj zemlji gotovo su identični vodećim uzrocima obolevanja i smrtnosti od malignih tumora u većini zemalja u razvoju. Muškarci u našoj sredini najviše obolevaju i umiru od raka pluća, debelog creva i prostate. Kod žena maligni proces je najčešće lokalizovan na dojci, debelom crevu, plućima i grliću materice, koji su i najčešće uzrok smrtnog ishoda od raka kod naših žena.

PREVENCIJA I RANO OTKRIVANJE

Prevenција malignih bolesti ima ogroman javnozdravstveni potencijal i predstavlja najefikasniji pristup u kontroli malignih bolesti. Ukoliko do bolesti ipak dođe, njen je ishod moguće poboljšati ranim otkrivanjem, adekvatnim lečenjem i rehabilitacijom, uz odgovarajuće palijativno zbrinjavanje.

- Oko 30% svih smrtnih ishoda od malignih bolesti nastaju kao posledica pušenja duvana, prekomerne telesne težine, nepravilne ishrane, nedovoljne fizičke aktivnosti i konzumacije alkohola, a da se na više od 80% svih malignih bolesti može uticati modifikovanjem i eliminacijom ovih faktora rizika.
- Svaka preterana izloženost sunčevoj svetlosti ili veštačkim izvorima svetlosti, kao što su solarijumi, povećava rizik od dobijanja svih vrsta raka kože. Kancerogeni životne i radne sredine izazivaju genetske promene ćelija uz povećano stvaranje slobodnih radikala koji dodatno izazivaju promene na hromozomima i genima. Njihovo dejstvo nastaje posle dužeg latentnog perioda, koji traje od pet do 40



**MART - MESEC BORBE
PROTIV RAKA**

Prevenција malignih tumora



godina, koliko je u proseku potrebno vremena da se normalna ćelija transformiše u malignu ćeliju.

- Svaki deseti slučaj raka je posledica infekcije. Skoro 22% smrtnih ishoda od raka u zemljama u razvoju i 6% u razvijenim zemljama su posledica hronične infekcije, hepatitisom B ili C virusa (koji su odgovorni za nastanak raka jetre), Humanim papiloma virusom (raka grlića materice) i Helicobacter pylori (raka želuca).

Nove smernice Svetske zdravstvene organizacije (SZO) imaju za cilj da poboljšaju šanse za preživljavanje ljudi koji žive sa rakom, tako što će usmeriti zdravstvene službe da se fokusiraju na rano dijagnosticiranje i lečenje ove bolesti. Jedan od problema je što se mnogi slučajevi raka otkriju prekasno.

U Srbiji su 2013. godine doneti **nacionalni programi za skrining raka grlića materice, raka dojke i kolorektalnog raka**, koji bi trebalo da u narednom periodu značajno smanje obolevanje i umiranje od navedenih lokalizacija malignih tumora.

SKRINING RAKA DOJKE obuhvata sve žene starosti od 50 do 69 godina, kojima se rade mamografski pregledi dojki na 2 godine.

SKRINING KARCINOMA GRLIĆA MATERICE obuhvata žene između 25 i 64 godina, koje se pozivaju na preventivni ginekološki pregled i Pap test jednom u tri godine.

Ciljna grupa za testiranje na **RAK DEBELOG CREVA** odnosi se na građane oba pola starosti od 50 do 74 godina, koji se jednom u dve godine pozivaju na testiranje na skriveno krvarenje u stolici.

ZA RANO POSTAVLJANJE DIJAGNOZE, KLJUČNE PORUKE SU:

- Sprovoditi zdravstveno – vaspitne aktivnosti i povećati svest javnosti o simptomima različitih vrsta raka;
- Ohrabriti ljude da se jave izabranom lekaru po pojavi simptoma;
- Investirati u opremanje zdravstvenih službi i u edukaciju zdravstvenih radnika kako bi mogli da postave tačnu i blagovremenu dijagnozu;
- Omogućiti pristup bezbednom i delotvornom lečenju, suportivnom lečenju i palijativnoj nezi ljudima koji žive sa rakom.

