

#### 4. februar – Svetski dan borbe protiv raka.: „Mi možemo. Ja mogu“

U okviru Kalendara zdravlja 4.februar se u svetu i kod nas obeležava kao Svetski dan borbe protiv raka. Ova kampanja je pokrenuta od strane Svetske zdravstvene organizacije i Međunarodne unije za borbu protiv raka, i ove godine se obeležava pod sloganom „**Mi možemo. Ja mogu**“ i podseća kako pojedinac ili u zajednica može da da svoj doprinos smanjenju globalnog tereta rakom.

Mi možemo:

- da podstaknemo i preduzmemo akciju,
- preventiramo rak,
- skrenemo pažnju,
- razvijemo zdravu okolinu,
- da poboljšamo pristup zdravstvenoj nezi obolelih od raka,
- razvijemo snagu za borbu protiv raka, mobilišemo svoje mreže za napredak,
- da izmenimo politiku,
- formiramo fondove za kontrolu raka i
- zajednički pojačamo uticaj za borbu protiv raka.

Ja mogu:

- da izaberem zdrave stilove života,
- da razumem da rano otkrivanje spašava živote,
- da tražim podršku,
- da podržim druge,
- preuzmem kontrolu nad svojim malignim oboljenjem,
- da volim i budem voljen-a,
- da budem JA,
- da se vratim na posao (posle tretmana lečenja raka)
- podelim svoju priču sa drugima i
- glasno govorim o tome!

U svetu, preko 14 miliona ljudi godišnje oboli, a 8,2 miliona ljudi umre od raka. Oko 30% svih smrti zbog malignih bolesti nastaje zbog 5 glavnih faktora rizika: pušenje, prekomerna telesna težina, nedovoljno unošenje voća i povrća, nedostatak fizičke aktivnosti, konzumacije alkohola...

U Južnobanatskom okrugu godišnje 1300 osoba oboli i 930 umire od malignih bolesti, od toga samo u Pančevu 550-600 osoba oboli i oko 380-400 umre od malignih bolesti.

Vodeći uzroci obolevanja i umiranja od raka i kod nas i u svetu su gotovo identični.

Muškarci u našoj sredini najviše obolevaju od raka pluća, debelog creva, prostate, mokraćne bešike i želudca. Kod žena maligni proces se najčešće lokalizuje na dojci, debelom crevu, plućima, grlicu materice, telu materice i pankreasu. Tokom poslednje decenije obolevanje od raka u Srbiji poraslo je i kod muškaraca i kod žena.

**Tabela 1.** Ukupan broj obolelih i umrlih i tri vodeće lokalizacija malignih tumora kod muškaraca u Južnobanatskom okrugu u 2014. godini

	<b>Ukupno</b>	<b>Pluća</b>	<b>Kolorektum</b>	<b>Prostata</b>
<b>Oboleli</b>	702	155	101	81
<b>Umrli</b>	554	177	65	49

**Tabela 2.** Ukupan broj obolelih i umrlih i tri vodeće lokalizacija malignih tumora kod žena u Južnobanatskom okrugu u 2014.godini

	<b>Ukupno</b>	<b>Dojka</b>	<b>Kolorektum</b>	<b>Pluća</b>
<b>Oboleli</b>	649	170	57	42
<b>Umrli</b>	378	63	38	63

Ohrabruje činjenica da su i u našoj zemlji započeti skrining programi ranog otkrivanja malignih bolesti koje su najpreventabilnije – skrining raka debelog creva, dojke i grlića materice. Na teritoriji Južnobanatskog okruga, po preporuci Ministarstva zdravlja, sprovode se organizovani skrining programi raka debelog creva i raka dojke u Pančevu.

U 2015. godini na skrining kolorektalnog karcinoma u Pančevu pozvana je 12728 osoba, od toga 3006 osoba je uradilo test na okultno krvarenje. Pozitivan test je bio kod 194 pacijenta i urađeno je 96 kolonoskopija pri čemu je otkriveno 8 karcinoma, dijagnostikovano i odstranjeno 37 polipa i dijagnostikovano je 5 drugih oboljenja debelog creva.

Od 01.01. do 31.12.2015.god na skrining raka dojke u Pančevu pozvano je 6831 žena, od toga je 1227 žena uradilo mamografiju. Otkrivena su 2 karcinoma, a kod ostalih sumnjivih nalaza je u toku dodatna dijagnostika prema Vodiču dobre kliničke prakse, dok je u prvom ciklusu tj. u 2014.godini otkriveno 14 karcinoma.

U velikom broju slučajeva maligne bolesti su izlečive, ukoliko se otkriju na vreme.

Redovnom posetom svom izabranom lekaru, dajete sebi šansu da budete brži od bolesti.

**REDOVAN PREGLED JE NAJBOLJA ZAŠTITA!**