

4. фебруар - СВЕТСКИ ДАН БОРБЕ ПРОТИВ РАКА: „МИ МОЖЕМО. ТИ МОЖЕШ“

У оквиру Календара здравља 4. фебруар се у свету и код нас обележава као Светски дан борбе против рака. Ова кампања је покренута од стране Светске здравствене организације и Међународне уније за борбу против рака. И ове године 04. фебруар се обележава под слоганом: “**МИ МОЖЕМО. ТИ МОЖЕШ**“ (2016.-2018.) и подсећа како и појединац и заједница могу да дати свој допринос смањењу глобалног терета раком.

Према проценама Светске здравствене организације оболевање од малигних болести у свету је порасло са 12,7 милиона у 2008. години на 14,1 милиона људи у 2012. години. До 2032. године очекује се да ће оболети 25 милиона људи широм света, односно, оболевање од рака ће пораси за 70%. Према истом извору у 2012. години од свих локализација малигних тумора умрло је 8,2 милиона људи широм света.

У Србији се годишње у просеку дијагностикује око 36.000 нових случајева малигних болести, док од рака умре више од 20.000 људи. Водећи узроци оболевања и умирања од рака у нашој земљи готово су идентични водећим узроцима оболевања и смртности од малигних тумора у већини земаља у развоју. Мушкарци у нашој средини највише оболевају и умиру од рака плућа, дебелог црева и простате. Код жена малигни процес је најчешће локализован на дојци, дебелом цреву, плућима и грлићу материце, који су и најчешће узрок смртог исхода од рака код наших жена.

На основу података Регистра за рак Завода за јавно здравље Панчево, у Јужнобанатском округу, годишње у просеку око 1350 особа оболи и 930 умире од малигних болести, од тога само у Панчеву оболи око 640 и умре око 390 особа.

Табела 1 Дистрибуција броја оболелих и умрлих од малигних тумора по општинама Јужнобанатског округа у 2015. и 2016. год. (стопе на 100.000 становника)

		ЈБО	Панчево	Вршац	Ковин	Ковачица	Опово	Б. Црква	Пландиште	Алибунар
2015	обол	1467	712	218	163	111	37	88	47	91
	Инц	499,4	576,9	419,0	483,3	439,1	354,4	506,7	414,6	451,5
	умрли	929	386	170	103	91	27	54	39	59
	Мт	316,3	312,8	326,8	305,4	360,1	335,2	310,9	344,0	292,8
2016	обол	1331	582	273	119	89	40	90	60	78
	Инц	469,7	481,5	544,3	370,4	267,0	403,0	546,4	568,1	410,6
	умрли	938	399	166	91	80	40	58	31	73
	Мт	331,0	330,1	330,9	283,3	329,9	403,0	352,1	293,5	384,3

Табела 2. Укупан број оболелих и умрлих и три водеће локализација малигних тумора код мушкараца у Јужнобанатском округу у 2016. години

	Укупно	Плућа	Колоректум	Простата
Оболели	701	136	124	69
Умрли	549	177	77	47

Табела 3. Укупан број оболелих и умрлих и три водеће локализација малигних тумора код жена у Јужнобанатском округу у 2016. години

	Укупно	Дојка	Колоректум	Плућа
Оболели	630	175	61	57
Умрли	389	75	38	65

Наредних двадесет година највећи пораст и у оболевању и у умирању од рака ће бити у неразвијеним и у средње развијеним земљама где је животни век становништва све дужи и у којима су присутне највеће разлике у социоекономском статусу. У неразвијеним земљама и даље ће доминирати оболевање и умирање од карцинома грлића материце, као последица високе преваленције инфекције хуманим папилома вирусом (ХПВ), непостојања системске ХПВ имунизације и одговарајућих превентивних програма (скрининга). У средње развијеним земљама ће и даље водећи карциноми бити они који се доводе у везу са начином живота (пушење, алкохол, физичка неактивност и неправилна исхрана) као што су карцином плућа, дојке и дебелог црева.

Чак 40% малигних болести може бити избегнуто једноставним мерама: престанком пушења, ограниченим конзумирањем алкохола, избегавањем сувишног излагања сунцу, задржавањем просечне тежине конзумирањем здраве хране, вежбањем, као и заштитом од инфекција које се могу развити у рак.

Међународно удружење за борбу против рака наводи да се 20% карцинома који се открије сваке године може приписати вирусним или бактеријским инфекцијама изазваним: ХПВ – који може да доведе до рака грлића материце, вирусима хепатитиса Б или Ц – значајно доприносе настанку рака јетре, Епштајн-Бар вирусом – може бити узрок Буркитовог лимфома, Хелицобацтер пулори бактерија је повезана са настанком рака желуца.

Превенција малигних болести има огроман јавноздравствени потенцијал и представља најефикаснији приступ контроли малигних болести. На више од 80% свих малигних болести могуће је утицати модификовањем фактора ризика који су одговорни за појаву болести. Уколико до болести ипак дође, њен је исход могуће побољшати раним откривањем, терапијом и рехабилитацијом уз одговарајуће палијативно збрињавање. Охрабрује чињеница да су и у нашој земљи започети скрининг програми раног откривања малигних болести које су најпревентабилније – скрининг рака дебелог црева, дојке и грлића материце. На територији Јужнобанатског округа, по препоруци Министарства здравља, спроводе се организовани скрининг програми рака дебелог црева и рака дојке у Панчеву.

У 2017.год на скрининг колоректалног карцинома у Панчеву позване су 4498 особа (22,5% од годишњег плана), а 3362 особе су урадиле тест на окултно крварење (16,8% од годишњег плана). Позитиван тест је био код 90 пацијента и урађено је 60 колоноскопија при чему су откривена 13 карцинома, дијагностиковано и одстрањено 34 полипа и дијагностиковано је 1 друго обољење дебелог црева.

Од 01.01. до 31.12.2017.год на скрининг рака дојке у Панчеву позвано је 2686 жена (29,2% од годишњег плана), а 824 жене су урадиле мамографију (8,9% од годишњег плана). Позитиван БИРАДС 4 и 5 је био код 13 налаза, код 150 жена је урађена додатна дијагностика према Водичу добре клиничке праксе и откривена су два карцинома.

Као што рак утиче на све на различите начине тако и сви људи имају моћ да предузму различите активности како би се смањио утицај који рак има на појединце, породице и заједнице.

Ми можемо:

- да подстакнемо и предузмемо акцију,
- превентирамо рак,
- скренемо пажњу,
- развијемо здраву околину,
- да побољшамо приступ здравственој нези оболелих од рака,
- развијемо снагу за борбу против рака, мобилишемо своје мреже за напредак,
- да изменимо политику,
- формирамо фондове за контролу рака и
- заједнички појачамо утицај за борбу против рака.

Ти можеш:

- да изабереш здраве стилове живота,
- да разумеш да рано откривање спашава животе,
- да тражиш подршку,
- да подржиш друге,
- преузмеш контролу над својим малигним обољењем,
- да волиш и будеш вољен-а,
- да будеш ТИ,
- да се вратиш на посао (после третмана лечења рака)
- поделиш своју причу са другима и
- гласно говориш о томе.

Светски дан рака има за циљ да спречи милионе смрти широм света подизањем свести, едукацијом, утицајем влада и поједница.

Придружимо се обележавању овог дана!

Корисни линкови:

<http://www.worldcancerday.org/about/2016-2018-world-cancer-day-campaign>

<https://www.uicc.org/world-cancer-day-2018>