

Март 2022. - Месец борбе против рака: превенција малигних тумора

Према проценама Светске здравствене организације, оптерећење малигним болестима у свету показује наставак вишегодишњег растућег тренда. Оваква глобална кретања за последицу имају све веће заузеће личних и системских ресурса који се користе за потребе дијагностике малигних болести, као и лечења и неге оболелих. Издвајајући се као један од водећих узрока смрти у свету, утицај који малигне болести исказују делом је и последица укупног пораста броја становника, продуженог очекиваног трајања живота, као и усвајања животног стила одговорног за настанак одређених типова рака.

Посебне изазове у сфери контроле малигних болести донели су различити ефекти пандемије COVID-19, која се одразила на врло сличан начин у целом свету на комплетан систем здравствених услуга усмерених ка раном откривању и адекватном лечењу малигних болести. Запажено је да је у бројним земљама дошло до мањих или већих поремећаја у раду ових медицинских служби, што се одразило на спровођење програма раног откривања, као и додатно усложњавање процеса лечења и пружања неге пацијентима. Утицај који ће пандемија COVID-19 имати на дијагностику и морталитет од рака, осећаће се, према проценама стручњака, и у годинама које долазе. Стога, важност пружања додатне подршке пацијентима и здравственим радницима, као и активан рад на ојачавању целокупног система здравствене заштите имаће пресудан значај за очување и унапређење квалитета живота пацијената.

Оптерећење раком у свету

У свету је, према проценама Светске здравствене организације и Међународне агенције за истраживање рака за 2020. годину, регистровано око 10 милиона смртних случајева од свих локализација малигних тумора. Учесталост различитих локализација у светским размерама у 2020. години, говори да су најзаступљенији облици рака у погледу смртности били рак плућа (1,8 милиона смртних случајева), колоректални карцином (916 000 смртних случајева), рак јетре (830 000 смртних случајева), рак желуца (769 000 смртних случајева) и дојке (685 000 смртних случајева). Од посебне је важности и податак да годишње око 400 000 деце оболи од неког облика малигних болести.

Процене су да је у свету око 1/3 свих смртних исхода од рака у вези са 5 водећих фактора ризика (повезаних са понашањем и исхраном): високим индексом телесне масе, ниским уносом воћа и поврћа, недостатком физичке активности, употребом дувана и алкохола.

Оптерећење раком у Србији

У Србији је током 2019. године од свих малигних тумора оболело 42.290 особа (22.544 мушкараца и 19.745 жена). Исте године од рака је умрло 21.340 особа оба пола, 12.134 мушкараца и 9.206 жена. 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 су оболевали од рака плућа, колона и ректума и простате. Код жена

малигни процес је најчешће био локализован на дојци, плућима, колону и ректуму и грлићу материце.

Малигни тумори плућа и бронха водећа су локализација и у оболевању и у умирању међу мушкарцима, односно други су по учесталости узрок оболевања и умирања међу женама са дијагнозом рака. Током 2019. године у Србији је од рака бронха и плућа оболело 4.794 мушкараца и 2.069 жена, а умрло је 3.624 мушкараца и 1.618 жена.

Према оболевању и умирању у популацији жена, рак дојке налази се на првом месту међу малигним болестима – у Србији је у 2019. години од малигних тумора дојке оболело 4.636 и умрло 1.665 жена.

Посматрајући територију Београда, у 2019. години, од малигних болести оболело је 7.945 становника. Стопа регистрованих оболелих становника Београда на 100.000 становника износила је 469 за 2019. годину.

Превенција и рано откривање рака

Као изузетно делотворан приступ у контроли малигних болести, превенција заузима кључно место у свим јавноздравственим програмима. Научна истраживања довела су до следећих закључака:

- 30-50% малигних болести може се спречити избегавањем познатих фактора ризика
- Употреба дувана је појединачно најзначајнији фактор ризика за развој малигних болести, који се повезује са око 22% смртних случајева од рака у свету.
- Конзумирање алкохола повећава ризик од настанка рака уста, ждрела, дојке, дебелог црева и јетре.
- Прекомерна телесна тежина и гојазност повезују се са настанком неких типова малигних болести (карцином ендометријума, дојке, дебелог црева, простате)
- Свака претерана изложеност сунчевој светлости или вештачким изворима светлости, као што су соларијуми, повећава ризик од добијања свих врста рака коже.
- Сваки десети случај рака је последица инфекције. Скоро 22% смртних исхода од рака у земљама у развоју и 6% у развијеним земљама су последица хроничне инфекције. У овом погледу, најзначајније су инфекције хепатитис Б или Ц вирусом (који су одговорни за настанак рака јетре), Хуманим папилома вирусом (рак грлића материце) и *Helicobacter pylori* (рак желуца).

У Србији су 2013. године донети национални програми за скрининг рака грлића материце, рака дојке и колоректалног рака, који ће у наредном периоду значајно смањити оболевање и умирање од наведених локализација малигних тумора. На скрининг рака дојке позивају се жене старости од 50 до 69 година. Мамографски прегледи предвиђени су да се раде свим женама наведеног узраста на две године. Скринингом на карцином грлића материце обухваћене су жене узраста од 25 до 64 године, које се позивају на превентивни гинеколошки преглед и Пап тест једном у три

године. Циљна група за тестирање на рак дебелог црева обухвата грађане оба пола старости од 50 до 74 година, који се једном у две године позивају на тестирање на скривено крварење у столици.