

MART- MESEC BORBE PROTIV RAKA

Maligni tumori kod nas, kao i u većini zemalja sveta, predstavljaju značajan zdravstveni problem. Na to ukazuju podaci o stalnom porastu broja obolelih i umrlih od ovih bolesti, i podaci o njihovom visokom učešću među uzrocima umiranja. U grupi vodećih uzroka umiranja nalaze se na drugom mestu, odmah posle bolesti srca i krvnih sudova.

U našoj zemlji godišnje se u proseku dijagnostikuje preko 33.000 novih slučajeva oboljevanja i oko 21.000 ljudi umre od nekog malignog tumora. Prema podacima za Beograd godišnje se otkrije oko 8.000 novoobolelih, a od raka umre više od 4.600 muškaraca i žena. U toku poslednjih deset godina broj obolelih od malignih tumora u Beogradu je porastao za 16%. Prosečna starost obolelih žena je oko 60, a muškaraca nešto više od 63 godine. Polovina svih obolelih u Beogradu je starosti 20-64 godine, a više od 80% su stariji od 50 godina. Kod žena se najčešće dijagnostikuju maligni tumori dojke, zatim, debelog creva, grlića materice i pluća. Muškarci najčešće boluju od malignih tumora pluća, debelog creva, prostate, mokraćne bešike i želuca. Ovo su istovremeno vodeće lokalizacije i kod umrlih od malignih tumora u Beogradu. Podaci o najčešćim lokalizacijama u obolelih i umrlih od raka kod oba pola u Beogradu i Srbiji se ne razlikuju.

Iako se naša zemlja po učestalosti oboljevanja od svih lokalizacija malignih tumora nalazi u procenjenom srednjem rangu vrednosti za zemlje Evrope, kada je u pitanju rak grlića materice, na žalost smo na vodećem mestu u Evropi. I prema vrednostima stopa smrtnosti, nalazimo se u nezavidnom položaju, takođe u grupi zemalja Evrope sa visokim stopama smrtnosti od svih lokalizacija malignih tumora, kao i raka debelog creva, dojke i grlića materice.

Stručnjaci smatraju da oko dve trećine svih malignih tumora nastaje pod uticajem faktora rizika na koje se može delovati, što pruža dovoljno prostora i mogućnosti za prevenciju - borbu protiv ovih bolesti. Najbolji način borbe je sprečavanje nastanka bolesti izbegavanjem uticaja poznatih faktora rizika koji su zapravo rezultat savremenog načina života. Najpoznatiji među njima su pušenje duvana, nepravilna ishrana, gojaznost, fizička neaktivnost i konzumiranje alkohola. Suština primene ovih mera prevencije je smanjenje rizika od oboljevanja.

Obzirom da sprečavanje nastanka bolesti nije uvek moguće, veliki značaj imaju mere ranog otkrivanja bolesti. Ovo se obezbeđuje redovnim odlascima na takozvane preventivne preglede. Među njima su test na skriveno krvarenje u stolici (za muškarce i žene starije od 50 godina), redovni ginekološki pregledi najmanje jednom godišnje,

klinički pregled dojki (za žene starije od 30 godina), mamografski pregled (za žene starije od 45 godina) i sistematski pregledi kod izabranog lekara. U ranom otkrivanju malignih bolesti koristi se metoda skrininga koja omogućava da se u toku redovnih preventivnih pregleda otkrije bolest kod osoba kod kojih još nije došlo do razvoja simptoma i znakova bolesti. Tri najbolje prihvaćena i preporučena skrininga su skrining za rak dojke, grlića materice i debelog creva, lokalizacije koje su među najčešćim u obolelih na našim prostorima. Rano otkrivanje bolesti i započinjanje lečenja omogućava uspešnost lečenja malignih tumora, povećanje kvaliteta života i produženje života obolele osobe.

U Kalendaru javnog zdravlja mesec mart je označen kao MESEC BORBE PROTIV RAKA, sa ciljem da nas podseti na značaj ovog problema, mogućnosti prevencije i koliko je važno da vodimo računa o sopstvenom zdravlju.