

НАЦИОНАЛНА КАМПАЊА МАРТ, МЕСЕЦ БОРБЕ ПРОТИВ РАКА

У току марта месеца Институт за јавно здравље Војводине спроводи националну кампању **МАРТ, МЕСЕЦ БОРБЕ ПРОТИВ РАКА. Најважнији циљ ове кампање је подстицање становништва на превентивне прегледе односно повећање нивоа свести о значају превентивних прегледа који се спроводе скрининг методама као и вођења здравог стила живота.**

ЧИЊЕНИЦЕ:

- Рак је водећи узрок смрти широм света, сваке године 12,7 милиона људи сазна да има рак док 7,6 милиона умре (око 13% свих смрти у свету)*;
- Од свих малигних тумора, у свету највише се умире од рака плућа, дојке, дебелог црева, желуца и јетре;
- Око 30% смрти проузрокованих малигним туморима последица су 5 водећих бихејвиоралних фактора ризика: висок индекс телесне масе (*body mass index, BMI*), низак унос воћа и поврћа, недовољна физичка активност, употреба дуванских производа и алкохола;
- Употреба дуванских производа је одговорна за 22% смрти од свих малигних тумора и за 71% смрти од рака плућа;
- Вирусне инфекције (*HBV/HCV, HPV*) као узрочници малигних тумора су одговорне за око 20% смртних случајева у ниско и средње развијеним земљама;
- Око 70% свих смрти од малигних болести у 2008. години догодило се у ниско и средње развијеним земљама;
- Процењује се да ће се број умрлих од малигних болести у свету скоро удвостручити (13,1 милион људи) у 2030. години*.

* *Globocan 2008, IARC, 2010.*

Сваки 5. становник Србије умире од рака, после болести срца и крвних судова то је други по учесталости узрок смрти становника Србије. **Малигне болести су у великом броју случајева излечиве уколико се открију на време.**

У Србији се у просеку годишње дијагностикује преко 30.000 нових случајева малигних тумора и око 20.000 људи који умиру од рака. 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 и у развијеним земљама света: **мушкарци** у нашој средини највише су оболевали од рака плућа, колоне и ректума, простате, мокраћне бешике, желуца и панкреаса. Код **жена** малигни процес је најчешће локализован на грлићу материце, дојци, плућима, колону и ректуму, телу материце и желуцу. **Током последње деценије оболевање од свих облика рака у Србији порасло је за 25% код мушкараца и за 18% код жена.**

Стопе морталитета од свих малигних тумора током последње деценије су у Србији порасле код мушкараца за 11,3% и код жена за 8,5%.

СКРИНИНГ НА РАК ГРЛИЋА МАТЕРИЦЕ И ДОЈКЕ КОД НАС

На основу **Националног програма Србија против рака** и **Националног програма организованог скрининга** који је донела Влада Републике Србије, **2013. године започело је спровођење организованог скрининга на рак грлића материце, рак дојке и рак дебелог црева.**

Дом здравља Нови Сад међу првим установама примарне здравствене заштите у Србији започео је спровођење организованог скрининга на рак грлића материце и рак дојке док ће у следећим фазама започети спровођење скрининга и други домови здравља са подручја Јужнобачког округа.

На преглед заказан у тачно одређено време у свом дому здравља биће на кућу позиване жене старости од 25 до 69 година. Женама које се одазову на преглед биће урађен Папникалау тест и гинеколошки преглед или мамограм. Овакав позив жене ће добијати сваке три године.

По добијању резултата Папаниколау прегледа или мамографије, жене ће или добити обавештење да је налаз нормалан или уколико налаз није добар, биће позване да дођу како би се упутиле на даља испитивања. Овим систематским организованим програмом у наредне три године требало би да буде прегледано око 2 300 000 жена.

Основни циљ целе ове активности је смањење броја оболелих и броја умрлих жена од рака грлића материце и рака дојке, болести које се могу спречити или бар открити у раној фази, када су излечиве.

Овакав успех програма, међутим, не зависи само од оних који га организују, већ пре свега од тога колико жене разумеју важност доласка на преглед.

Ризик обољевања од рака може се значајно смањити применом превентивних мера и активности:

- Престанак пушења дувана и избегавање изложености дуванском диму;
- Ограничена потрошња алкохола;
- Избегавање претеране изложености сунчевој светлости;
- Одржавање здраве телесне тежине;
- Избалансирана исхрана;
- Редовна физичка активност;
- Избегавање и успешно превладавање стреса
- Заштита од инфекција повезаних са настанком рака и
- Редовна посета лекару и редовни превентивни прегледи.