4. фебруар - Светски дан борбе против рака: друга година нове кампање: „Close the Care Gap / Uniting our voices and taking action“

Светска здравствена организација и Међународно удружење за борбу против рака већ традиционално обележавају Светски дан борбе против рака сваког 4. фебруара. „Close the Care Gap / Uniting our voices and taking action“ – слоган је друге године нове кампање која је покренута 2022. године, а са циљем даљег усмеравања акције у овом пољу, као и продужетка започетих активности из прве године.

Прошлогодишње активности поставиле су нову основу за даљи јавноздравствени рад у пољу борбе против рака, посебно наглашавајући неке важне аспекте – неједнакост у доступности адекватног третмана и неге, подизања свести о свим друштвеним групама које су у посебној опасности од ових неједнакости, умањења стигматизације, окупљања заинтересованих појединаца и организација, али и осврт на нове изазове које је донела пандемија COVID-19. Даљи наставак кампање у 2023. години, под слоганом „Уједињавање наших гласова и предузимање акције“ (Uniting our voices and taking action) донеће даље укрупњавање активности у овом пољу, придруживање нових партнера и још бољу видљивост садржаја. Садржај активности, које су замишљене у овој години, могу бити у изузетно различитим облицима – он индивидуалног залагања у заједници, до укључивања установа важних за покретање ширих друштвених питања. У укупном збиру – уједињавање и предузимање заједничке акције – најбољи је пут за достизање свих постављених циљева.

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 слулчајева). Са продужетком очекиваног трајања живота и укупним порастом становништва, уз присуство познатих фактора ризика, повећало се и укупно оптерећење малигним болестима у свету. Економски значај малигних болести такође је значајан и растући – процене су да су у свету, трошкови повезани са раком у 2010. износили 1.16 билиона долара, што недвосмислено говори да поред директног утицаја на здравље појединаца, малигне болести могу бити и значајан ограничавајући фактор једног друштва у различитим сферама.

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 2020. године од свих малигних тумора оболело 41.419 особа (22.110 мушкараца и 19.309 жена). Исте године од рака је умрло 20.767 особа оба пола, 11.611 мушкараца и 9.156 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 обољевања и умирања међу женама са дијагнозом рака. Током 2020. године у Србији је од рака бронха и плућа оболело 4.738 мушкараца и 2.188 жена, а умрло је 3.399 мушкараца и 1.600 жена.

Према обољевању и умирању у популацији жена, рак дојке налази се на првом месту међу малигним болестима – у Србији је у 2020. години од малигних тумора дојке оболело 4.368 и умрло 1.782 жена.

Шта можемо да учинимо?

Превентивне активности на пољу спречавања настанка малигних болести веома су разнородне, и представљају кључни јавноздравствени приступ у процесу контроле малигних болести. Процене говоре да се чак 40% малигних болести може избећи применом интервенција у животном стилу: 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.

Уколико до болести ипак дође, њен је исход могуће побољшати раним откривањем, адекватним лечењем и рехабилитацијом уз одговарајуће палијативно збрињавање.

У Србији су 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.