

4. фебруар - Светски дан борбе против рака: трогодишња кампања: „Јединствено повезани“

Светски дан борбе против рака обележава се 4. фебруара, са циљем подизања свести о важности различитих аспеката превенције и лечења малигних болести, уз тематски одређене кампање на глобалном плану. У 2025. години започета је нова глобална трогодишња кампања обележавања овог датума под називом „United by Unique / Јединствено повезани“, која има за циљ постављање пацијената и њихових јединствених потреба у средиште пажње јавноздравствених напора, а са циљем расветљавања индивидуалног аспекта борбе са малигним болестима.

Посебност сваке личне ситуације у контексту малигних болести, налаже приступ који анализира потребе пацијента из више углова, заступајући негу оријентисану ка људима (People-centered care). Уважавајући различитост животних искустава, перспектива и потреба, овакав приступ има за циљ да оснажи и продуби повезаност пацијената и здравствених радника, уз успостављање боље комуникације са целокупном заједницом. С тим у вези, додатну важност представља и побољшање положаја и препознавање улоге свих оних који су поред пацијената и здравствених радника, укључени у процесе важне за пружање подршке у борби против малигних болести – породице, чланови заједнице, истраживачи, доносиоци одлука и сл. Фокус прве године нове кампање биће на окупљању свих заинтересованих појединаца који би поделили своја лична искуства и тиме пружили реалну основу за слоган „Јединствено повезани“ – приказивање стварних, јединствених личних искустава пацијената и свих укључених појединаца. Наглашавајући лична искуства, сама кампања тежи окупљању и повезивању заинтересованих особа на општељудском плану, производећи дуготрајне ефекте у годинама које долазе – уз формирање солидне основе за наставак активности у оквирима који буду у датом тренутку завређивали стручну и пажњу шире јавности.

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). 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 2022. године од свих малигнух тумора оболело 41.578 особа (22.056 мушкараца и 19.522 жене). Исте године од рака је умрло 19.350 особа оба пола, 10.616 мушкараца и 8.734 жене. Мушкарци у нашој средини највише су оболевали од рака плућа, колоне 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 2022. године у Србији је од рака бронха и плућа оболело 4.505 мушкараца и 2.077 жена, а умрло је 2.972 мушкараца и 1.462 жена.

Према обољевању и умирању у популацији жена, рак дојке налази се на првом месту међу малигним болестима – у Србији је у 2022. години од малигнух тумора дојке оболело 4.489 и умрло 1.646 жена.

Шта можемо да учинимо?

Превентивне активности на пољу спречавања настанка малигнух болести веома су разнородне, и представљају кључни јавноздравствени приступ у процесу контроле малигнух болести. Процене говоре да се чак 40% малигнух 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 малигнух 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 столицу.