

Nacionalni dan borbe protiv raka – 20. Mart

Prema Kalendaru javnog zdravlja 20.mart se obeležava kao Nacionalni dan borbe protiv raka dojke. Cilj kampanje je da se skrene pažnja na rasprostranjenost ove bolesti, na podizanje svesti o značaju prevencije i ranog otkrivanja raka dojke, kao i o palijativnom zbrinjavanju osoba obolelih od ove bolesti.

Rak dojke je vodeća maligna bolest kod žena kako u razvijenim tako i u zemljama u razvoju. Najveći broj umrlih od raka dojke javlja se u zemljama u razvoju zbog dijagnostikovanja raka dojke u kasnoj fazi, uglavnom zbog nedostatka svesti o potrebi ranog otkrivanja. U Srbiji Svake godine preko 4500 žena oboli od raka dojke , a 1 600 umre. Prema poslednjim podacima Registra za rak, Instituta za javno zdravlje Srbije „Dr Milan Jovanović Batut”, za 2019. godinu, u Republici Srbiji registrovano je 4636 novoobolelih i 1665 umrlih žena od raka dojke.

Karcinom dojke se najčešće javlja kod žena posle 45. godine života. Kada govorimo o umiranju od karcinoma dojke registrovane stope mortaliteta rastu počev od 55. godine života i najviše su u najstarijem uzrastu žena, od 75 i više godina.

Prema procenama Međunarodne agencije za istraživanje raka, karcinom dojke kod žena predstavlja najčešće maligno oboljenje, ispred kolorektalnog karcinoma, karcinoma pluća i karcinoma grlića materice. Kada govorimo o vodećim uzrocima smrti od malignih bolesti kod žena, karcinom dojke se takođe nalazi na prvom mestu, ispred karcinoma pluća, karcinoma grlića materice i kolorektalnog karcinoma.

Prema broju umrlih od raka dojke, Srbija se nalazi na drugom mestu u Evropi, odmah iza Makedonije .

Najveći broj obolelih žena i u našoj zemlji jeste starosti od 50 do 65 godina života, ali se trend porasta broja obolelih spušta prema mlađem godištu. Kada se rak dojke otkrije u ranoj fazi uz adekvatnu dijagnostiku i lečenje, šanse za izlečenje i produžetak života su daleko veće nego u slučajevima kada se ova bolest otkrije u kasnoj fazi.

Smatra se da na nastanak raka dojke brojni rizikofaktori deluju udruženo. Najmanje trećina slučajeva raka dojke može da se izbegne promenom načina života.

Imajući u vidu visoku verovatnoću preživljavanja i bolji kvalitet života žena kod rano otkrivenog karcinoma dojke veoma je važno sprovesti:

- **samopregled dojke**, koji svaka žena u generativnom periodu treba da radi jednom mesečno,
- **kod žena mlađih od 50 godina** sprovodi se preventivni klinički pregled kod izabranog ginekologa jednom godišnje ,posle kliničkog pregleda primenjuje se ultrazvuk, a u indikovanim slučajevima i mamografija.
- **Kod žena starijih od 50 godina**, najznačajniji način ranog otkrivanja raka dojke je sprovođenje organizovanog skrining programa. Metod organizovanog skrininga je skrining mamografija kod žena starosti od 50 do 69 godina na dve godine. U zemljama koje godinama sprovode organizovanu skrining mamografiju smrtnost žena se smanjuje za oko 35% i što je najvažnije produžava se životni vek i kvalitet života ženama kod kojih je u okviru skrininga otkriven karcinom dojke u ranoj fazi.

Izuzetno je važno da žene brinu o sopstvenom zdravlju i da redovno sprovode samopregled dojki. Ova preporuka se odnosi i na žene mlađe životne dobi, kao i trudnice i porodilje.

Centar za promociju zdravlja Zavoda za javno zdravlje Pirot obeležio je Nacionalni dan borbe protiv raka dojke 20.mart ,održavanjem predavanja na temu „ Rak dojke – prevencija „ u prostorijama Centra za negu u zajednici Pirot.

Cilj predavanja je da se podstaknu žene da se odozovu na skrining ,pobede strah i izaberu život.Poruka sa koja se šalje svim ženama je –„ Brinite o svom zdravlju – jer „, Neko Vas voli i nekome ste potrebni „ .

