

Март 2023. - Месец борбе против рака: сачувајмо животе превенцијом



Према проценама Светске здравствене организације, оптерећење малигним болестима у свету показује наставак вишегодишњег растућег тренда. Оваква глобална кретања за последицу имају све веће заузеће личних и системских ресурса који се користе за потребе дијагностике малигних болести, као и лечења и неге оболелих. Издвајајући се као један од водећих узрока смрти у свету, утицај који малигне болести исказују делом је и последица укупног пораста броја становника, продуженог очекиваног трајања живота, као и усвајања животног стила одговорног за настанак одређених типова рака.

Увек је од посебне важности сетити се основних принципа лечења и превенције малигних болести – њихова примена и унапређивање омогућиће смањивање смртности од широког спектра ових стања. Једно од основних правила говори да је смртност од малигних болести мања када су откривене и лечене у раној фази. Рано откривање може се посматрати кроз две компоненте – рано постављање дијагнозе и скрининг. Рано постављање дијагнозе омогућено је тек када су три предуслова испуњена: знање пацијената о симптомима малигних болести, доступност медицинске дијагностике и правовремено упућивање на лечење. Са друге стране, скрининг програми имају за циљ откривање болести у фази пре појаве симптома, чему следе даља дијагностика и лечење. Ефективност скрининг програма је значајна, али проблем представља чињеница да из различитих разлога, нису могући скрининг програми за све малигне болести. Овај податак додатно наглашава значај раног постављања дијагнозе.

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). Од посебне је важности и податак да годишње око 400 000 деце оболи од неког облика малигних болести.

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

Превенција и рано откривање рака

Као изузетно делотворан приступ у контроли малигнух болести, превенција заузима кључно место у свим јавноздравственим програмима. Научна истраживања довела су до следећих закључака:

- 30 - 50% малигнух болести може се спречити избегавањем познатих фактора ризика
- Употреба дувана је појединачно најзначајнији фактор ризика за развој малигнух болести, који се повезује са око 22 % смртних случајева од рака у свету.
- Конзумирање алкохола повећава ризик од настанка рака уста, ждрела, дојке, дебелог црева и јетре.
- Прекомерна телесна тежина и гојазност повезују се са настанком неких типова малигнух болести (карцином ендометријума, дојке, дебелог црева, простате)
- Свака претерана изложеност сунчевој светлости или вештачким изворима светлости, као што су соларијуми, повећава ризик од добијања свих врста рака коже.
- Сваки десети случај рака је последица инфекције. Скоро 22 % смртних исхода од рака у земљама у развоју и 6 % у развијеним земљама су последица хроничне инфекције. У овом погледу, најзначајније су инфекције хепатитис Б или Ц вирусом (који су одговорни за настанак рака јетре), Хуманим папилома вирусом (рак грлића материце) и *Helicobacter pylori* (рак желуца).

У Србији су 2013. године 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.