

Nacionalni dan borbe protiv raka dojke, 20.03.2026.

obeležava se sa ciljem da se javnosti ukaže na učestalost ove bolesti i značaj njenog ranog otkrivanja. Obeležavanje ovog datuma predstavlja važnu priliku za podizanje svesti žena o potrebi redovnih preventivnih pregleda, jer se upravo pravovremenom dijagnostikom značajno povećava mogućnost uspešnog lečenja.

Rak dojke spada u najčešća maligna oboljenja kod žena, ali savremena medicina omogućava veoma dobre rezultate lečenja ukoliko se bolest otkrije u početnoj fazi. **Kada se dijagnoza postavi na vreme, izlečenje je moguće u više od 90% slučajeva.** Rano otkrivanje omogućava primenu kraćih i efikasnijih terapijskih procedura, sa manje komplikacija i sa znatno boljim kvalitetom života tokom i nakon lečenja.

Rak dojke predstavlja vodeći uzrok obolevanja i umiranja od malignih bolesti u ženskoj populaciji širom sveta. Prema podacima Svetske zdravstvene organizacije (SZO) **u svetu** se godišnje registruje skoro **1 700 000** obolelih žena, dok od iste bolesti svake godine umre preko pola miliona. Prema najnovijim procenama SZO i Međunarodne agencije za istraživanje raka, samo u Evropi je obolelo više od pola miliona žena od raka dojke. Srbija se sa procenjenim stopama nalazi na 20. mestu u odnosu na 40 evropskih zemalja. Žene u Srbiji se nalaze u srednjem riziku obolevanja od ove vodeće maligne lokalizacije.

Prema istim procenama, 137 000 žena je umrlo **u Evropi** od raka dojke i procenjena stopa mortaliteta iznosila je 14,9/100 000. Žene u Srbiji nalaze se u visokom riziku umiranja od raka dojke. Srbija se sa procenjenim stopama mortaliteta u odnosu na 40 evropskih zemalja nalazi na prvom, odnosno drugom mestu zajedno sa Crnom Gorom.

U Srbiji

Rak dojke je najčešći zloćudni tumor kod žena u Srbiji. Svake godine oko 4 600 žena oboli, a 1 600 umre od ove bolesti. Jedna od osam žena tokom svog života oboli od raka dojke.

- standardizovana stopa smrtnosti iznosi 22 na 100 000;
- rak dojke je treći najčešći uzrok smrti među ženama starijim od 45 godina;
- rak dojke se dijagnostikuje kod svake dvanaeste žene;
- 70% novootkrivenih slučajeva raka dojke su promene veće od 2 cm;
- svake godine od raka dojke umre više od 2 000 žena.

Rak dojke je najčešći maligni tumor od koga su obolevale i žene u **PIROTSKOM okrugu**. Na osnovu podataka Registra za rak u Zavodu za javno zdravlje Pirot, u našem okrugu je 2024. godine od ove bolesti obolelo je 57 i umrlo 16 žena (u 2023. obolele su 53 i umrlo 20 žena).

Rak dojke je u 2024. godini na prvom mestu po broju obolelih od svih lokalizacija raka kod žena, sa učešćem 30,6% u ukupnom obolevanju od raka. Po broju umrlih, rak dojke se godinama nalazi na prvom mestu, međutim u 2024. godini deli prvo mesto sa karcinomima drugih lokalizacija (učešćem po 25% obe lokalizacije).

Najviše obolelih žena u našem okrugu je starosti od 50 do 69 godina, dok je najranije dijagnostikovani rak dojke bio kod osoba uzrasta 25-29 godina. Smrtni ishodi u 2024. godini su najčešće bili u uzrastu 55-75 godina, a najranije registrovani smrtni ishod je bio kod žena uzrasta 30-34 godine.

Visoka učestalost obolevanja od raka dojke delom se objašnjava činjenicom da uzroci nastanka ove bolesti još uvek nisu u potpunosti razjašnjeni. Zbog toga su mogućnosti primarne prevencije

ograničene, odnosno ne postoje pouzdane mere kojima se može u potpunosti sprečiti nastanak bolesti. Upravo iz tog razloga poseban značaj ima sekundarna prevencija, koja podrazumeva rano otkrivanje promena i pravovremeno započinjanje lečenja, jer je to jedini dokazano efikasan način za smanjenje smrtnosti od raka dojke.

U skladu sa preporukama Svetske zdravstvene organizacije i na osnovu iskustava evropskih zemalja u **sprovođenju populacionih skrining programa**, u Republici Srbiji je u decembru 2012. godine započet **organizovani program skrininga na rak dojke (u Pirotu od marta 2016.g.)**. Cilj ovog programa je da se redovnim preventivnim pregledima omogući otkrivanje bolesti u najranijoj fazi, čime se povećava uspešnost lečenja, smanjuje smrtnost i unapređuje kvalitet života žena koje se suočavaju sa ovom dijagnozom.

U realizaciji ovih aktivnosti značajnu ulogu imaju Instituti/Zavodi za javno zdravlje širom zemlje, koji u saradnji sa lokalnim samoupravama kontinuirano organizuju promotivne i edukativne kampanje. Njihov **cilj je da se što veći broj žena motiviše da obavi preventivne preglede i da razvije svest o važnosti brige o sopstvenom zdravlju**. Rano otkrivanje raka dojke omogućava primenu savremenih i efikasnih terapijskih postupaka, koji su u početnim stadijumima bolesti manje agresivni i daju znatno bolje rezultate.

Pravovremenom dijagnostikom, adekvatnim lečenjem i kontinuiranim praćenjem zdravstvenog stanja moguće je ne samo produžiti život, već i očuvati njegov kvalitet. Zbog toga redovni preventivni pregledi, odgovorno ponašanje prema zdravlju i aktivno učešće u skrining programima predstavljaju ključne korake u borbi protiv raka dojke.

Poseban značaj u prevenciji ima odgovorno ponašanje svake žene prema sopstvenom zdravlju. **Redovni samopregledi dojki i kontrolni pregledi** kod lekara predstavljaju osnovu ranog prepoznavanja promena koje zahtevaju dalju dijagnostiku. Preporučuje se da žene jednom mesečno obavljaju samopregled dojki, dok je preventivni klinički pregled kod lekara potrebno uraditi najmanje jednom godišnje. **Ultrazvučni pregled dojki** radi se prema preporuci izabranog lekara, u zavisnosti od uzrasta i individualnih faktora rizika. **Mamografski pregled** predstavlja najpouzdaniju metodu za rano otkrivanje raka dojke, te se **savetuje da se do 50. godine života uradi najmanje jedan preventivni pregled, a nakon 50. godine mamografiju je potrebno raditi redovno, na svake dve godine.**

Šta je rak dojke?

Rak dojke je zloćudna izraslina koja nastaje kada normalne ćelije počnu da se ubrzano umnožavaju i uništavaju okolno zdravo tkivo dojke, a kasnije i druge organe.

Rak dojke se najčešće javlja kod starijih žena koje:

1. imaju najbliže srodnice (majka, sestra, tetka, baka) obbolele od ove bolesti;
2. su prvu menstruaciju dobile pre 12. godine, i poslednju imale posle 50. godine;
3. nisu rađale ili su imale prvi porođaj posle 30. godine života;
4. duže vreme koriste hormonsku terapiju, alkohol i duvan;
5. su gojaznije i fizički neaktivne.

Rak dojke je zloćudni tumor, koji ukoliko se otkrije u ranoj fazi može biti potpuno izlečen.

Šta je skrining?

Skrining podrazumeva pregled naizgled zdravih žena, bez prisutnih simptoma i znakova bolesti, kojim se mogu otkriti rane promene u tkivu dojke, kada je efikasno lečenje moguće.

Šta je mamografija?

Mamografija predstavlja rentgenski pregled za otkrivanje promena u dojci, koje se ne mogu napipati ili otkriti drugim vrstama pregleda. Ukoliko se rak dojke otkrije u ranoj fazi, veća je šansa za izlječenje primenom pošteđenih hirurških metoda, oporavak je brži, a kavalitet života je bolji nego kod žena kod kojih se bolest otkrije u kasnijim fazama. U mamografiji se koriste male i neškodljive doze zračenja.

Kako se sprovodi mamografija?

Pre mamografskog pregleda ne bi trebalo koristiti dezodorans, puder ili parfem čije se čestice vide na snimku i remete radiologa u proceni mamografskog snimka. Mamografija se izvodi snimanjem obe dojke i za većinu žena je bezbolna i kratko traje.

Gde se može uraditi skrining mamografija?

Adresa i telefon zdravstvene ustanove gde možete obaviti mamografiju naznačena je u pozivnom pismu koje stiže na vašu kućnu adresu.

Preporuke Između dva skrininga treba da obavljati redovne preglede dojki kod lekara ili samopregledom, jednom mesečno. Ukoliko se primeti da je vidno promenjena veličina jedne dojke, prisustvo čvorića u dojci, promenu boje i izgleda kože dojke, pojavu sekreta iz bradavice – **HITNO** se javiti svom lekaru.

Otkrivanje bolesti u početnoj fazi značajno povećava mogućnost uspešnog lečenja, jer pravovremena dijagnostika omogućava primenu savremenih terapijskih metoda koje su efikasnije i manje opterećuju organizam. **Uz adekvatno lečenje i kontinuirano praćenje zdravstvenog stanja, moguće je očuvati zdravlje i značajno unaprediti kvalitet života obolelih žena.**