

## AKTUELNO: 4. februar 2021. „Svetski dan borbe protiv raka

04.02.2021

„JA SAM „JEDAN OD VAS,  
JA HOĀTU „ZAJEDNO!“.

**ZAJEDNO IMAMO VEĀTI UTICAJ!  
ZAJEDNO MOĀEMO POSTIĀTI ONO Å TO ÅELIMO: SVET U ZDRAVLJU, BEZ RAKA!**

Svetska zdravstvena organizacija i MeĀunarodno udruÅenje za borbu protiv raka obeleÅavaju Svetski dan borbe protiv raka svakog 4. februara. „Ja sam, ja hoĀtu“ slogan je trogodiÅnje kampanje koja je pokrenuta 2019. godine, kojom se podseÄta da pojedinac i zajednica mogu da doprinesu smanjenju globalnog optereÄtenja malignim bolestima. Slogan ovogodiÅnje kampanje ima za cilj da nas podseti na moÅt zajednice i snagu timskog rada. Prema poslednjim procenama Svetske zdravstvene organizacije i MeĀunarodne agencije za istraÅivanje raka, obolenje od malignih bolesti u svetu je poraslo na 19,3 miliona ljudi i registrovano je 9,9 miliona smrtnih sluÄajeva od svih lokalizacija malignih tumora u 2020. godini. Tokom Åivotova, jedan od pet muÅkaraca i jedna od Åjest Åena Äte oboleti od raka, a jedan od osam muÅkaraca i jedna od jedanaest Åena Äte umreti od nekog oblika maligne bolesti.

PoveÄtano optereÄtenje rakom je posledica nekoliko faktora, od kojih su najznaÄajniji ukupan porast stanovniÅtva i produÅenje oÄekivano trajanje Åivotova, ali i promena uÄestalosti odreÄenih faktora rizika raka povezanih sa socijalnim i ekonomskim razvojem.

Â

U Srbiji je tokom 2018. godine od svih malignih tumora obolelo 41.661 osoba (22.066 muÅkaraca i 19.595 Åena). Iste godine od raka je umrlo 21.607 osoba ova pola, 12.174 muÅkarca i 9.433 Åene. VodeÄti uzroci obolenja i umiranja od raka u naÅoj zemlji gotovo su identiÄni vodeÄtim uzrocima obolenja i smrtnosti od malignih tumora u veÄtini zemalja u razvoju. MuÅkarci u naÅoj sredini najviÅje su obolevali od raka pluÄta, kolona i rektuma i prostate. Kod Åena maligni proces je najÄeÄiÄte bio lokalizovan na dojci, pluÄtima, kolonu i rektumu i grliÄtu materice.

Â

Srbija se prema procenama MeÄunarodne agencije za istraÅivanje raka svrstava meÄu 40 zemalja Evrope u grupu zemalja sa srednjim rizikom obolenja (nalazi se na 12. mestu) i visokim rizikom umiranja od malignih bolesti u Evropi (na drugom mestu odmah posle MaÄarske).

Â

Prevencija malignih bolesti ima ogroman javnozdravstveni potencijal i predstavlja najefikasniji pristup u kontroli malignih bolesti, jer je na pribliÅno dve treÄtine faktora rizika koji su odgovorni za nastanak raka moguÄte uticati, menjati ih ili ih potpuno eliminisati. Åeak 40% malignih bolesti moÅe biti izbegnuto jednostavnim merama: prestankom puÅjenja, ograniÄenim konzumiranjem alkohola, izbegavanjem suviÅnog izlaganja Suncu, zadrÅavanjem proseÄone

teÅ¾ine, konzumiranjem zdrave hrane, veÅ¾banjem, kao i zaÅ¡titom od infekcija koje se mogu razviti u rak. Ukoliko do bolesti ipak doÅ'e, njen je ishod moguÅ‡e poboljÅ¡ati ranim otkrivanjem, adekvatnim leÄ•enjem i rehabilitacijom uz odgovarajuÅ‡e palijativno zbrinjavanje.

Zavod za javno zdravlje Vranje kontinuirano radi na prevenciji malignih bolesti krozÂ promotivno-edukativne aktivnosti, iÂ Â koordinacijuÂ zdravstveno vaspitnog rada zdravstvenih ustanovaÂ sa teritorije PÄ•injskog okruga. Sve ove aktivnostiÂ Â usmerene su pre svegaÂ na afirmaciju zdravih stilova Å¾ivota iÂ informisanju stanovniÅ¡tva o prepoznavanju ranih simptoma i znakova malignih bolesti, kao i na njihovom osnaÅ¾ivanju da preuzmu odgovornost za sopstveno zdravlje i da se na vreme jave lekaru radi kontrole zdravlja, rane dijagnostike i pravovremenog leÄ•enja.

Â

Centar za promociju zdravlja

Zavod za javno  
zdravlje Vranje