

4. фебруар – Светски дан борбе против рака 2020.

Светска здравствена организација са Међународним удружењем за борбу против рака сваког 4. фебруара обележава Светски дан борбе против рака. Међународно удружење за борбу против рака почело је 2019. године трогодишњу кампању под слоганом „Ја сам, ја хоћу” којом се подсећа да појединац и заједница могу да допринесу смањењу глобалног оптерећења малигним болестима.

Према последњим проценама Светске здравствене организације и Међународне агенције за истраживање рака, оболевање од малигну болести у свету је порасло на 18,1 милиона људи и регистровано је 9,6 милиона смртних случајева од свих локализација малигну тумора у 2018. години. Током живота, један од пет мушкараца и једна од шест жена ће оболети од рака, а један од осам мушкараца и једна од једанаест жена ће умрети од неког облика малигне болести.

Повећано оптерећење раком је последица неколико фактора, од којих су најзначајнији, укупан пораст становништва и продужено очекивано трајање живота, али и промена учесталости одређених фактора ризика рака повезаних са социјалним и економским развојем. Пример су земље убрзаног економског развоја где су у прошлости најучесталији били малигни тумори који су последица инфекције. Сада се у овим земљама чешће јављају они типови малигну болести који се доводе у везу са стилем живота и који су учесталији у индустријски развијеним земљама. Упркос тој чињеници и даље хроничне инфекције учествују у настанку малигну тумора са 15-20%, односно 16%. Процент је мањи од 5% у развијеним земљама и прелази 50% у субсахарској Африци (нпр. инфекција ХПВ-ом и висока стопа оболевања од рака грлића материце). Превентивни програми у развијеним земљама довели до значајног смањења стопа оболевања од неких локализација рака, као што су рак плућа (пример, код мушкараца у Северној Европи и Северној Америци) и рак грлића материце, али нови подаци показују да се и даље већина земаља још суочава са повећањем апсолутног броја случајева малигну болести који се касно дијагностикују и захтевају дуготрајно лечење и негу.

Глобално оптерећење раком у свету

Према проценама у 2018. години готово половина нових случајева малигну болести и више од половине смртних случајева од рака у свету се регистровало у Азији, делом је то последица и чињенице да на овом континенту живи скоро 60% светске популације. У Европи, која чини само 9,0% светске популације, регистровано је 23,4% нових случајева рака и 20,3% смртних случајева од малигну болести. За разлику од Европе у Америци, која чини 13,3% светске популације, регистровано је 21,0% новооболелих и 14,4% умрлих од рака. За разлику од других континената већи проценат смртних случајева од рака у односу на проценат новооткривених случајева је регистрован у Азији (57,3%; 48,4%) и Африци (7,3%; 5,8%), што се може се довести у везу са већим учешћем одређеним локализацијама рака које имају лошију прогнозу, слабо преживљавање и у многим земљама у Азији и Африци постоји ограничени приступ здравственој заштити и правовременој дијагностици и лечењу.

Водеће локализације рака у свету

Рак плућа, рак дојке и рак дебелог црева су водеће локализације рака у оболевању и у умирању. Ове три врсте рака чине заједно једну трећину новооболелих и умрлих особа од рака у свету.

Рак плућа је најчешће дијагностикован рак код мушкараца и чини 14,5 % свих нових случајева рака и 22% свих смртних случајева од рака код мушкараца. Потом следе карцином простате (13,5%) и колоректални карцином (10,9%). Рак дојке је најчешће дијагностикован малигни тумор код жена (чини 24,2% свих новооткривених случајева рака) и водећи узрок смрти од рака код жена (15%), а следе га рак плућа (13,8%) и рак дебелог црева (9,5%).

Оптерећење раком у Србији

У Србији је током 2016. године од свих малигнух тумора оболело 40. 241 особа (21.126 мушкараца и 19.115 жена). Исте године од рака је умрло 21.526 особа оба пола, 12.253 мушкараца и 9.273 жене. Водећи узроци оболевања и умирања од рака у нашој земљи готово су идентични водећим узроцима оболевања и смртности од малигнух 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, колону и ректуму, плућима и грлићу материце.

Малигни тумори плућа и бронха водећа су водећа локализација и у оболевању и у умирању међу мушкарцима, односно други су по учесталости узрок оболевања и умирања међу женама са дијагнозом рака. Током 2016. године у Србији од рака бронха и плућа оболело је 6.546 особа (4.519 мушкараца и 2.027 жена) и умрло је 5.335 особа оба пола (3.848 мушкараца и 1.507 жена).

Рак дојке најчешћи је малигни тумор у оболевању и умирању код жена. У Србији је 2016. године од малигнух тумора дојке оболело је 4.395 и умрло 1.713 жена.

Малигни тумори дебелог црева и ректума у нашој земљи друга су по учесталости локализација рака у оболевању и умирању код мушкараца, односно трећи по учесталости у оболевању и у умирању од малигнух тумора код жена. Од малигнух тумора дебелог црева и ректума оболеле су 4.373 особе (2.733 мушкараца и 1.640 жена) и умрло је 2.587 особа оба пола (1.600 мушкараца и 987 жена).

Рак грлића материце је током 2016. године био четврти по учесталости малигни тумор у оболевању и шести по учесталости у умирању међу нашим женама. Дијагноза рака грлића материце је постављена исте године код 1.239 жена, док је 453 жене умрло од ове врсте малигног тумора.

Трећи по учесталости малигни процес међу нашим мушкарцима локализован је на простати. Током 2016. године од рака простате новооболело је 2.214 мушкараца и умро је 981 мушкарац.

Србија се према проценама Међународне агенције за истраживање рака сврстава међу 40 земаља Европе у групу земаља са средњим ризиком оболевања (налази се на 12. месту) и високим ризиком умирања од малигних болести у Европи (на другом месту одмах после Мађарске). Процењене стопе оболевања од свих малигних тумора су ниже код мушкараца него код жена.

Мушкарци у Србији су у средњем ризику оболевања од свих малигних тумора, у односу на мушкарце у земљама Источне и Западне Европе, као и у односу на мушкарце у Словенији и Хрватској. За разлику од мушкараца, жене у Србији су у вишем ризику оболевања од свих малигних тумора, одмах после жена у Западној и Северној Европи. Такође, процењена стопа оболевања код жена у Србији, је виша у односу на друге земље Западног Балкана. Разлог овоме могу бити више стопе оболевања од рака грлића материце и малигних тумора бронха и плућа у односу на просечне процењене стопе оболевања од ових облика рака у Европи.

За разлику процењених стопа оболевања, Србија је, одмах после Мађарске земља у којој су регистроване стопе умирања од свих малигних тумора код оба пола међу највишим у Европи. Процењене стопе умирања од свих малигних тумора су ниже код мушкараца него код жена. Жене у Србији су одмах после жена у Мађарској у високом ризику умирања од свих малигних тумора, осим коже. Разлог овоме је чињеница да су стопе умирања од рака грлића материце и рака дојке код жена у Србији међу највишима у односу на просечне процењене стопе умирања од ових облика рака у другим земљама Европе.

Превенција малигних болести има огроман јавноздравствени потенцијал и представља најефикаснији приступ у контроли малигних болести, јер на приближно две трећине фактора ризика који су одговорни за настанак рака могуће је утицати, мењати их или их потпуно елиминисати. Чак 40% малигних болести може бити избегнуто једноставним мерама: 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 малигних 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.

Институт за јавно здравље Србије „Др Милан Јовановић Батут“ са мрежом института и завода за јавно здравље планира промотивно едукативне активности усмерене ка информисању становништва о препознавању раних симптома и знака малигних болести и њиховом оснаживању да преузму одговорност за сопствено здравље и да се на време јаве лекару ради контроле здравља, ране дијагностике и правовременог лечења. Такође је веома важно борити се противи митова, дезинформација и заблуда у вези са малигним болестима, јер одлагање и/или избегавање раног откривања, адекватног лечења и неге, доводи до лошијег исхода по здравље. Неопходно је оснажити читаву заједницу, како би се креирало јавно мњење против дискриминације људи оболелих од малигних болести, како на радном месту, тако и у здравственом систему, као и у читавом друштву.