

Превенција малигних болести

Превенција малигних болести има огроман јавноздравствени потенцијал и представља најефикаснији приступ контроли малигних болести. Приближно на две трећине фактора ризика који су одговорни за настанак рака могуће је утицати, мењати их или их потпуно искључити. Према истраживањима, чак 30-50% малигних болести може бити избегнуто једноставним мерама: престанком коришћења дуванских производа, ограниченим конзумирањем алкохола, избегавањем сувишног излагања сунцу, конзумирањем здраве хране и задржавањем одговарајуће телесне тежине, вежбањем, као и заштитом од инфекција које се могу развити у рак (ХПВ, хепатитис Б вирус, хеликобактер пилори). Уколико до болести ипак дође, њен је исход могуће побољшати раним откривањем, одговарајућим 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. Актуелна Ковид-19 пандемија отежава спровођење скрининг Програма у нашој земљи, као и свуда у свету.

Промотивне активности су усмерене ка информисању становништва ради препознавања раних симптома и знака малигних болести, као и њиховом оснаживању да преузму одговорност за сопствено здравље. Основни циљ је: јавити се лекару ради контроле здравља, ране дијагностике и правовременог лечења. Такође је веома важно борити се против различитих дезинформација и заблуда у вези са малигним болестима, јер одлагање и/или избегавање раног откривања, одговарајућег лечења и неге доводи до лошијег исхода по здравље.

Аутор: Др Зорица В. Драгаш

Специјалиста социјалне медицине, Завода за јавно здравље Суботица