



PINK OKTOBAR
mesec borbe protiv raka dojke

Tvoj život zavisi od ranog otkrivanja!

Jedan snimak – minut za sigurnost.

Sačuvaj svoje zdravlje, odazovi se!



Cilj obeležavanja



- ukazivanje na rasprostranjenost i značaj prevencije i ranog otkrivanja raka dojke
- pružanje podrške i palijativno zbrinjavanje obolelih

Prevenција je moguća.

Rak dojke je izlečiv ako se rano otkrije.

Zastupljenost raka dojke

- 1 od 4 maligne bolesti kod žena je rak dojke
- godišnje u svetu 2,2 milion novih slučajeva raka dojke
- godišnje umre preko 680 hiljada žena
- danas u svetu živi preko 7 miliona žena sa rakom dojke

Zastupljenost raka dojke

- stopa oboljevanja u Evropi 74,3/100.000
- stopa oboljevanja u Srbiji 64,0/100.000
- stopa oboljevanja u SBO 89,8/100.000
- stopa smrtnosti u Evropi 14,8/100 000
- stopa smrtnosti u Srbiji 20,6/100.000
- stopa smrtnosti u SBO 19,3/100.000

Zastupljenost raka dojke



- 2021. u Srbiji obolelo 4.447 žena, a umrlo 1.765
- 2021. u SBO obolele 163 žene, a 42 umrle
- 2023. u OB Subotica lečeno 108 žena, svaka peta mlađa od 50 godina, a 45% su mlađe od 60 godina
- 2023. u SBO 54 žene umrle

Uzroci raka dojke

Uzroci nastanka još nisu sasvim poznati!

Najznačajniji faktori rizika:

- godine starosti i ženski pol
- lična i porodična opterećenost bolešću
- proliferativna bolest dojke (bujanje tkiva)



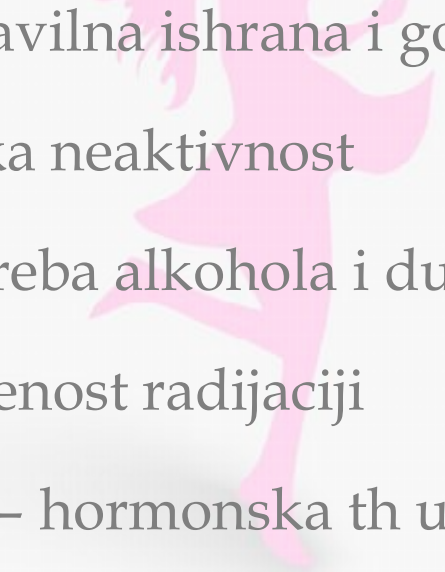


Najznačajniji faktori rizika

Reproduktivni faktori rizika:

- nerađanje i nedojenje
- prva menstruacija pre 12.god.
- menopauza posle 55. god.
- prvi porođaj posle 30. god.

Ostali faktori rizika:

- nepravilna ishrana i gojaznost
 - fizička neaktivnost
 - upotreba alkohola i duvana
 - izloženost radijaciji
 - HST – hormonska terapija u menopauzi
- 

Prevenција raka dojke

Uvođenje pozitivnih ponašanja:

- neupotreba duvana, životna i radna sredina bez dima i aerosola duvanskih i nikotinskih proizvoda
- pravilna ishrana i održavanje normalne telesne mase
- redovna fizička aktivnost (dnevno 30 min.)
- umerena upotreba alkohola (do 1 pića)



Prevenција raka dojke

Redovne kontrole zdravlja!

Rutinski režim pregleda za žene bez simptoma i bez povećanog rizika:

- mamografija, 1 u dve godine (50-69 godina)
- klinički pregled, 1 godišnje (od 30 godine)
- samopregled dojki, 1 mesečno (od 20 godine)

Prevenција raka dojke

Redovne kontrole zdravlja!

Individualni režim pregleda za žene bez simptoma i sa povećanim rizikom:

- ranije otpočinjanje UZV i mamografskih pregleda
- kraći intervali za kontrole
- dodatne metode pregleda u zavisnosti od faktora rizika

Zašto skrining?



- u Srbiji - kod 30% žena rak otkriven dok je veličine do 2cm
- šansu za 5-godišnje preživljavanje ima:
 - 6 od 7 žena ako je dg postavljena u ranoj fazi
 - 1 od 7 žena ako je dg postavljena u metastatskoj fazi

Zašto skrining?



- mamografija je suverena dijagnostička metoda u otkrivanju raka dojke ranog stadijuma
- otkriva rak 1-3 godine pre nego ga žena može napipati
- male doze zračenja, visoka bezbednost i visoka pouzdanost

Planirane aktivnosti

- 25. oktobar (petak) u 16h u prostorijama CK Subotica
„Šta ćete danas uraditi za zdravlje vaših grudi?“
 - razgovor “Mogućnosti prevencije raka dojke”
 - preventivni pregledi: palpatorni pregled dojki, određivanje BMI i kompozicije tela, saveti lekara

Planirane aktivnosti

- 25. oktobar (petak) u Apotekarskoj ustanovi Subotica, ogranak u ul. Matije Gupca 26 i ul. Braće Radić 118, u terminu od 08 do 19 časova

„Provera interakcije lekova u terapiji obolelih žena“

- saveti farmaceuta



Organizatori i partneri:



- Zavod za javno zdravlje
Subotica
- DZ Subotica
- Apotekarska ustanova
Subotica
- UG „Jedna uz drugu“
- CK Subotica
- Ametek doo Subotica
- mediji



Informisana i edukovana
žena

brine o svom zdravlju,

odlazi lekaru

ZDRAVA I SREĆNA JE!