

Nacionalni dan borbe protiv raka dojke



20. mart 2026. godine

prvi dan proleća

simboliše buđenje prirode i stvaranje novog života

Inicijatori i organizatori

- Ministarstvo zdravlja RS
- Institut za onkologiju i radiologiju Srbije
- Institut za javno zdravlje Srbije
- Zavod za javno zdravlje na lokalnom nivou sa drugim ZU
- NVO i lokalna zajednica



Cilj obeležavanja

- ukazivanje na mogućnosti prevencije raka dojke, značaj ranog otkrivanja i prednosti lečenja savremenom tehnikom
- pružanje podrške i palijativno zbrinjavanje obolelih

Prevencija je moguća i to je najbolji način lečenja!

Zastupljenost raka dojke

- vodeća lokalizacija raka u svetu i kod nas
- 1 od 12 žena će dobiti rak dojke tokom života
- danas u svetu živi preko 7 miliona žena sa rakom dojke, a oboli 2,3 miliona novih žena godišnje
- svakih 50 sekundi umre 1 žena, a godišnje > 670 hiljada žena

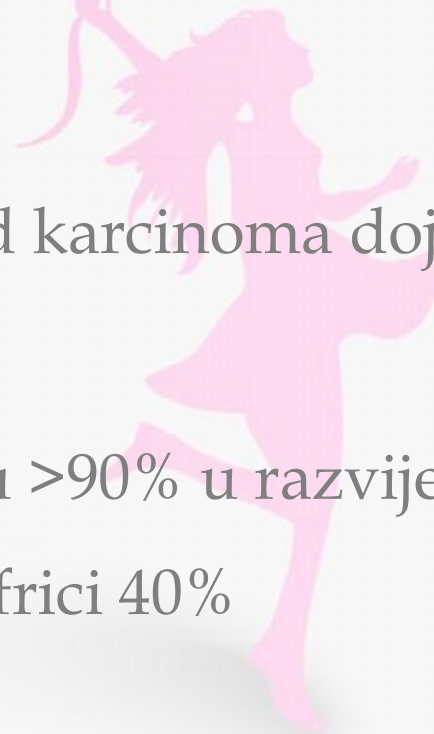


Zastupljenost raka dojke

- 2024. u Severnobačkom okrugu 161 obolela žena (86,8/100.000)
 - iste godine 54 žena izgubile bitku (stopa 24,6/100.000)
 - u Srbiji 2024. obolelo 4.544 žena (stopa 69,4/100.000)
 - iste godine 1.700 žena izgubilo bitku (stopa 19,4/100.000)
- 

Stopa oboljevanja u Evropi oko 74 i stopa smrtnosti oko 14/100.000

Zastupljenost raka dojke



- od 1980-tih je došlo do ↓ smrtnosti od karcinoma dojke za 40% u razvijenim zemljama
- stope petogodišnjeg preživljavanja su >90% u razvijenim zemljama, a u Indiji 66% i u Južnoj Africi 40%

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)



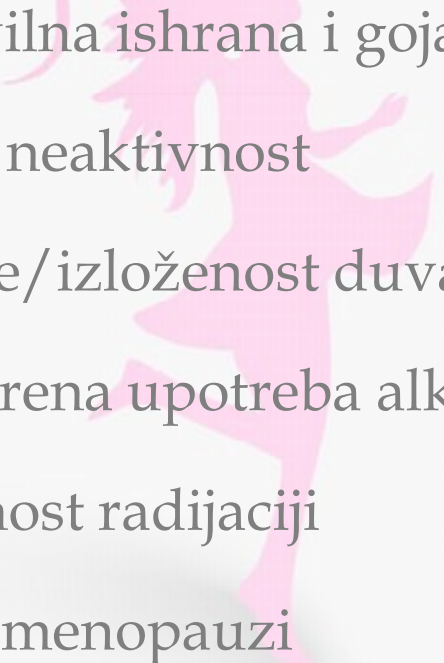


Vodeći faktori rizika

Reproduktivni faktori rizika:

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

Ostali faktori rizika:

- nepravilna ishrana i gojaznost
 - fizička neaktivnost
 - pušenje/ izloženost duvanu
 - neumerena upotreba alkohola
 - izloženost radijaciji
 - HST u menopauzi
- 

Simptomi raka dojke

Kasno se javljaju, znak su uznapredovale bolesti:

- promene veličine i/ili oblika dojke
- stvaranje jamica na koži dojke (koža pomorandže)
- otekline ili zadebljanje dojke
- promene na bradavicama- izbočena ili uvučena
- pojava osipa ili iscetka
- otekline u pazušnoj jami

BOL u dojci obično nije simptom karcinoma dojke!

Prevenција raka dojke



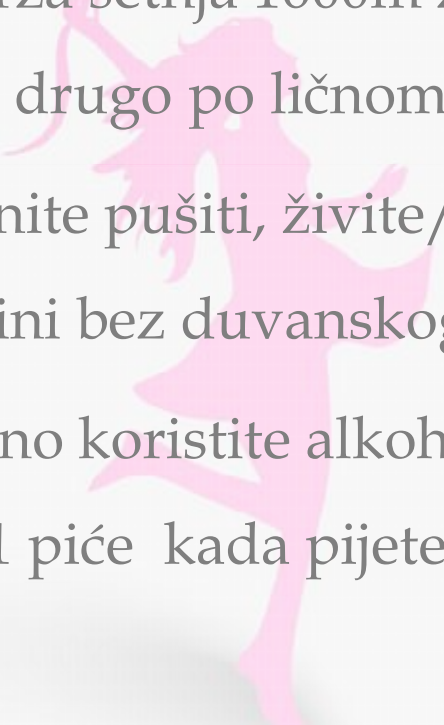
Uvođenje pozitivnih ponašanja!

Redovne kontrole zdravlja!

Odazovi se na skrining pregled, uradi mamografiju!



Brinite o svome zdravlju!

- jedite dnevno 5 porcija povrća i voća (>400g/dan)
 - ribu jedite bar 1x nedeljno
 - jedite žitarice od celog zrna
 - održavajte telesnu težinu u granici normalnih vrednosti
 - pazite na skrivene masnoće
 - čitajte etikete na proizvodima
 - ostanite fizički aktivni svaki dan, brza šetnja 1600m za 15 min ili drugo po ličnom izboru
 - prestanite pušiti, živite/radite u sredini bez duvanskog dima
 - umereno koristite alkohol/ samo 1 piće kada pijete
- 

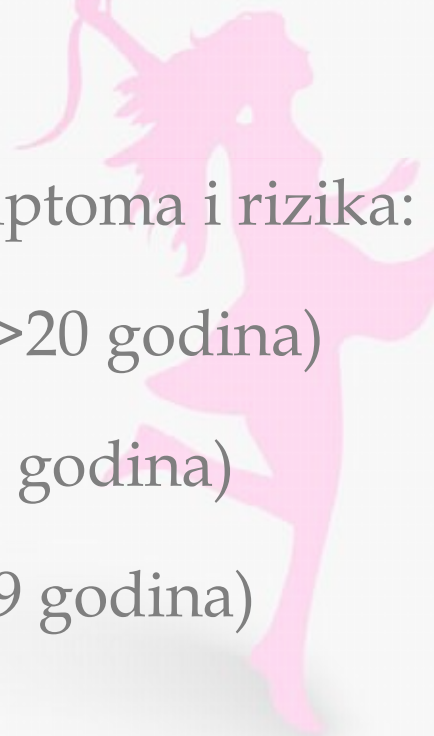


Brinite o svome zdravlju!

Redovne kontrole zdravlja!

Rutinski režim pregleda za žene bez simptoma i rizika:

- samopregled dojki 1x mesečno (žene >20 godina)
- klinički pregled 1x godišnje (žene >30 godina)
- mamografija 1x u 2 godine (žene 50-69 godina)

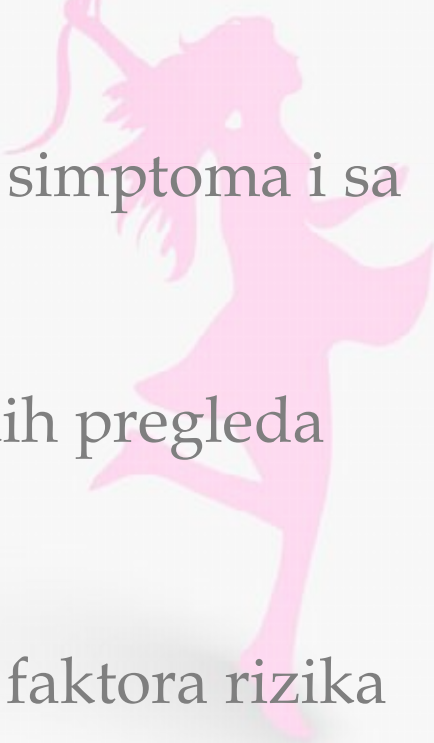




Brinite o svome zdravlju!

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, zavisno od faktora rizika
- 

Zašto skrining?

Da bi se smanjile nejednakosti u svetu:

- Dg postaviti u ranoj fazi bolesti
- Dg postaviti za 60 dana
- obezbediti savremenu th i negu svima i svugde
- mamografija – otkriva rak 1-3 godine pre nego ga žena može napipati
- u Srbiji – kod 30% žena rak se otkrije dok je do 2cm



Cilj skrininga

- otkrivanje karcinoma dojke u početnom stadijumu kod većeg procenta žena nego što je to danas
- time se omogućuje smanjenje mortaliteta žena od karcinoma dojke i smanjenje invaliditeta
- poboljšanje kvaliteta života obolelih žena od karcinoma dojke



Realizacija skrininga u SBO 03.03.-31.12.2025.

Kategorije	Broj	%	% (oduzete isključene)	
Pozvane žene	2127		-	
Isključene	642	30.2%	-	
Odbile skrining	498	23.4%		
Pristale na skrining	987	46.4%	66.5%	
Došle na mamografiju	806	37.9%	54.3%	81.7%
Očitane mamografije	806	100%		
BIRADS 4 i 5	18*	2.2%		

*18 BIRADS-a kod 17 žena (1 žena obostrano + nalaz)

A large pink awareness ribbon is positioned on the left side of the slide, extending across the middle. To the right, there is a faint pink silhouette of a woman in a dynamic, jumping or dancing pose. The background is a light, neutral color.

Planirane aktivnosti

- 20. marta (petak) od 10.30h panel diskusija „Znanje spašava život - prevencija i rana detekcija raka dojke“

Visoka škola strukovnih studija u Subotici, Banijska 67

-Dejana Baltes, Udruženje “Jedna uz drugu”

-Dr sci. med. Hajnalka Požar, VSOVSU

-Prim. mr sc. med. dr Nada Kosić Bibić, ZJZ Subotica

Moderator: Samira Ćurčić, DZ Subotica

Planirane aktivnosti



- 20. marta (petak) od 8-19h provera interakcije lekova u Apotekarskoj ustanovi Subotica – svim obolelim ženama
 - ogranak u ul. Matije Gupca 26
 - ogranak u ul. Braće Radića 118



Organizatori i partneri:

- Zavod za javno zdravlje Subotica
 - Opšta bolnica Subotica
 - Dom zdravlja Subotica
 - Apotekarska ustanova Subotica
 - VSOVSU
 - UG „Jedna uz drugu“
 - Crveni krst Subotica
 - Grad Subotica
 - mediji
- 



informisana i edukovana
žena



brine o svom zdravlju



odlazi na skrining



ZDRAVA I SREĆNA JE!