



Према последњим проценама Светске здравствене организације и Међународне агенције за истраживање рака, оболевање од малигнух болести у свету је порасло на 19,3 милиона људи и регистровано је 9,9 милиона смртних случајева од свих локализација малигнух тумора у 2020. 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 малигнух болести који се доводе у везу са стилем живота и који су учесталији у индустријски развијеним земљама. Са друге стране, превентивни програми у развијеним земљама довели су 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. Нови подаци показују да се и даље већина земаља још суочава са повећањем апсолутног броја случајева малигнух болести који се касно дијагностикују и захтевају дуготрајно лечење и негу.

## **Глобално оптерећење раком у свету**

Према проценама у 2020. години готово половина нових случајева малигнух болести и близу две трећине смртних случајева од рака у свету се регистровало у Азији. То је делом последица и чињенице да на овом континенту живи више од 60% светске популације. У Европи, која чини само 9,0% светске популације, регистровано је 22,8% нових случајева рака и 19,6% смртних случајева од малигнух болести. За разлику од Европе у Америци, која чини 13,3% светске популације, регистровано је 20,9% новооболелих и 14,2% умрлих од рака. За разлику од других континената већи проценат смртних случајева од рака у односу на проценат новооткривених случајева је регистрован у Азији (58,3%; 49,3%) и Африци (7,1%; 5,7%) што се може се довести у везу са већим учешћем одређених локализација рака које имају лошију прогнозу, слабо преживљавање и са тиме да у многим земљама у Азији и Африци постоји ограничени приступ здравственој заштити и правовременој дијагностици и лечењу.

## **Оптерећење раком у Србији**

У Србији је током 2019. године од свих малигних тумора оболело 42.290 особа (22.544 мушкараца и 19.745 жена). Исте године од рака је умрло 21.340 особа оба пола, 12.134 мушкараца и 9.206 жена. Водећи узроци оболевања и умирања од рака у нашој земљи готово су идентични водећим узроцима оболевања и смртности од малигних 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, плућима, колону и ректуму и грлићу материце. Малигни тумори плућа и бронха водећа су локализација и у оболевању и у умирању међу мушкарцима, односно други су по учесталости узрок оболјевања и умирања међу женама са дијагнозом рака. Током 2019. године у Србији је од рака бронха и плућа оболело 4.794 мушкараца и 2.069 жена, а умрло је 3.624 мушкараца и 1.618 жена.

Према оболјевању и умирању у популацији жена, рак дојке налази се на првом месту међу малигним болестима – у Србији је у 2019. години од малигних тумора дојке оболело 4.636 и умрло 1.665 жена.

## **Превенција и рано откривање**

Као изузетан приступ у контроли малигних болести, превенција заузима кључно место у свим јавноздравственим програмима.

Научна истраживања довела су до следећих закључака:

30-50% малигних болести може се спречити избегавањем познатих фактора ризика

Употреба дувана је појединачно најзначајнији фактор ризика за развој малигних болести, који се повезује са око 22% смртних случајева од рака у свету.

Конзумирање алкохола повећава ризик од настанка рака уста, ждрела, дојке, дебелог црева и јетре.

Прекомерна телесна тежина и гојазност повезују се са настанком неких типова малигних болести (карцином ендометријума, дојке, дебелог црева, простате)

Свака претерана изложеност сунчевој светлости или вештачким изворима светлости, као што су соларијуми, повећава ризик од добијања свих врста рака коже.

Сваки десети случај рака је последица инфекције. Скоро 22% смртних исхода од рака у земљама у развоју и 6% у развијеним земљама су последица хроничне инфекције. У овом погледу, најзначајније су инфекције хепатитис Б или Ц вирусом (који су одговорни за настанак рака јетре), Humanim papiloma virusom (рак грлића материце) и i Helicobacter pylori

Хелицоба(рак желуца).

У Србији су 2013. године 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. Цилјна 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.

Процене стручњака су да је благовременим праћењем могуће открити трећину случајева малигних тумора у раној фази, које се могу потпуно излечити, као и да се брзом и делотворном терапијом може значајно продужити преживљавање код још трећине особа оболелих од рака.

Нека здрав начин живота и превентивни прегледи постану саставни део понашања, а не само обавеза!

- -