

4 lutego - Światowy Dzień Walki z Rakiem

W Polsce ponad milion osób żyje ze zdiagnozowanym nowotworem. Każdego dnia kilkaset osób dowiaduje się, że ma raka i rozpoczyna walkę o swoje życie. Wskaźniki wyleczeń nowotworów

w naszym kraju poprawiają się, ale nadal pozostają gorsze w porównaniu do państw Europy Zachodniej. Nowotwory złośliwe stanowią drugą przyczynę zgonów w Polsce. Główną przyczyną takiego stanu rzeczy jest niedoskonały i niedofinansowany system opieki onkologicznej.

W Oddziale Onkologicznym z Pododdziałem Hematologicznym WSZ w Koninie w roku 2023 było 5992 hospitalizacji, spośród których najwięcej dotyczyło raka piersi (834), raka jelita grubego (572) oraz raka płuca (455). W oddziale prowadzona jest chemioterapia, immunoterapia i hormonoterapia chorych zazwyczaj z wszystkimi typami nowotworów złośliwych - choć tylko sporadycznie zdarzają się osoby z mięśniakiem i czerniakiem. Ogólna liczba leczonych pacjentów ograniczona jest ilością łóżek oraz foteli, które posiadamy w Oddziale, z uwagi na to, ilość pacjentów nie zwiększyła się szczególnie w ostatnich latach, ale można zauważyć wyraźną tendencję do obniżania się średniej wieku chorych, u których rozpoznajemy choroby nowotworowe. Coraz częściej nowotwory złośliwe pojawiają się u bardzo młodych osób, jak np. rak piersi i rak jelita grubego przed 40 r.ż., czy rak płuca przed 50 r.ż.

Na przestrzeni ostatnich lat pojawiło się sporo nowych programów terapeutycznych, umożliwiających nowoczesne leczenie w przypadku różnych nowotworów złośliwych - dzięki temu wyraźnie wydłużyła się długość życia Pacjentów leczonych paliatywnie; niejednokrotnie chorzy z rozsiały rakiem płuca czy rakiem jelita grubego osiągnęli wieloletnie przeżycia.

Światowy Dzień Walki z Rakiem jest okazją do przypomnienia, jak ważna w zapobieganiu chorobom nowotworowym jest profilaktyka.

ZALECENIA EUROPEJSKIEGO KODEKSU WALKI Z RAKIEM

- Nie pal.
- Stwórz w domu środowisko wolne od dymu tytoniowego.
- Utrzymuj prawidłową masę ciała.
- Bądź aktywny fizycznie w codziennym życiu.
- Przestrzegaj zaleceń prawidłowego sposobu żywienia.
- Jeśli pijesz alkohol dowolnego rodzaju, ogranicz jego spożycie.
- Unikaj nadmiernej ekspozycji na promienie słoneczne.
- Chroń się przed działaniem substancji rakotwórczych w miejscu pracy.
- Uważaj na wysoki poziom radonu w otoczeniu.

- Karm piersi?. Unikaj hormonalnej terapii zastępczej.
- Zaszczep dziecko przeciwko wirusowemu zapaleniu wątroby typu B i wirusowi brodawczaka ludzkiego – HPV.
- Bierz udział w badaniach przesiewowych w celu wczesnego wykrywania raka jelita grubego, raka piersi i raka szyjki macicy!

Dowiedz się więcej:

<https://www.gov.pl/web/zdrowie/profilaktyka-onkologiczna>

<https://www.zwrotnikraka.pl/>

http://12sposobownazdrowie.pl/12_sposobow.pdf

Źródło:

<https://www.zwrotnikraka.pl/>

https://www.cancer.eu/wp-content/uploads/2018/01/ecac_pl.pdf

Publikowane od

pt., 02.02.2024 - 14:29

Publikowane do

śr., 12.01.2028 - 14:29