



**4. FEBRUAR  
SVETSKI DAN BORBE  
PROTIV RAKA**



# PREMA PROCENAMA SVETSKE ZDRAVSTVENE ORGANIZACIJE I MEĐUNARODNE AGENCIJE ZA ISTRAŽIVANJE RAKA:

- 
- obolevanje od malignih bolesti u svetu je poraslo na 19,3 miliona ljudi,
- registrovano je 9,9 miliona smrtnih slučajeva od svih lokalizacija malignih tumora u 2020.godini
- tokom života, jedan od pet muškaraca i jedna od šest žena će oboleti od raka
- jedan od osam muškaraca (u svetu) će umreti od nekog oblika maligne bolesti
- i jedna od jedanaest žena (u svetu) će umreti od nekog oblika maligne bolesti



- Preventivni programi u razvijenim zemljama doveli su do značajnog smanjenja stopa obolevanja od nekih lokalizacija raka, kao što su rak pluća i rak grlića materice, ali novi podaci pokazuju da se i dalje većina zemalja još suočava sa povećanjem apsolutnog broja slučajeva malignih bolesti koji se kasno dijagnostikuju i zahtevaju dugotrajno lečenje i negu.

# GLOBALNO OPTEREĆENJE RAKOM U SVETU



- U 2020. godini polovina novih slučajeva malignih bolesti i blizu dve trećine smrtnih slučajeva od raka u svetu se registrovalo u Aziji (na ovom kontinentu živi više od 60% svetske populacije). U Evropi, koja čini samo 9,0% svetske populacije, registrovano je 22,8% novih slučajeva raka i 19,6% smrtnih slučajeva od malignih bolesti.
- **Rak pluća, rak dojke i rak debelog creva su vodeće lokalizacije raka u obolevanju i u umiranju u svetu.** Rak pluća kod muškaraca čini 14,3% svih smrtnih slučajeva od raka; slede karcinom prostate (14,1%) i kolorektalni karcinom (10,6%). Rak dojke je najčešći maligni tumor kod žena (24,5%) i vodeći je uzrok smrti od raka kod žena (15,5%), a slede ga rak pluća (13,7%) i rak debelog creva (9,5%).

# OPTEREĆENJE RAKOM U SRBIJI



- Vodeći uzroci obolevanja i umiranja od raka u našoj zemlji identični su vodećim uzrocima obolevanja i smrtnosti od malignih tumora u većini zemalja u razvoju: Muškarci u našoj sredini najviše su obolevali od raka pluća, kolona i rektuma i prostate. Kod žena maligni proces je najčešće bio lokalizovan na dojci, plućima, kolonu i rektumu i grliću materice.



# PREVENCIJA MALIGNIH BOLESTI

- Prevenција malignih bolesti -najefikasniji način u kontroli malignih bolesti, jer je na približno dve trećine faktora rizika koji su odgovorni za nastanak raka moguće uticati, značajno menjati pa čak i potpuno eliminisati.
- Blizu polovine malignih bolesti može biti izbegnuto : **prestankom pušenja, ograničenim konzumiranjem alkohola, izbegavanjem suvišnog izlaganja Suncu, zadržavanjem optimalne težine, konzumiranjem zdrave hrane, vežbanjem, zaštitom od infekcija koje se mogu razviti u rak (vakcinacijom) - zapravo zdravim načinom života**