

4. február 2020 – Svetový deň proti rakovine



Téma trojročnej kampane 2019 – 2021: „Ja som a budem“

Cieľom je každoročne zabrániť miliónom úmrtí, ktorým sa dá predísť zvyšovaním povedomia a vzdelávania o rakovine, naliehaním vlád a jednotlivcov z celého sveta, aby prijali opatrenia proti tejto chorobe.

Viac ako tretine všetkých druhov rakoviny možno zabrániť znížením vystavenia sa rizikovým faktorom ako sú **fajčenie, obezita, fyzická nečinnosť, infekcie, alkohol, znečistené životné prostredie, karcinogény z povolania, ožarovanie.**

Preveniou rakoviny pečene je aj **očkovanie proti vírusu hepatitídy typu B (HBV)**, pred rakovinou krčka maternice chráni **očkovanie proti ľudskému papilomavírusu (HPV).**



... rakovina si nevyberá, je to globálna epidémia, týka sa všetkých vekových skupín aj krajín,

...mnoho typov onkologických ochorení, ktoré boli považované za smrteľné sa už dnes dá liečiť a mnoho ľudí môže byť úspešne vyliečených,

...včasná identifikácia a odhalenie rakoviny zlepšuje šance na úspešnú liečbu, často pri nižších nákladoch a s menšími vedľajšími účinkami na pacientov,

...existujú nákladovo efektívne testy, ktoré pomáhajú včasne odhaliť rakovinu hrubého čreva, prsníka, krčka maternice, ústnej dutiny,



...správnu stratégiou je možné zabrániť každému tretiemu onkologickému ochoreniu,

...rakovina nie je len zdravotný problém, ale má ďalekosiahle sociálne a ekonomické dôsledky i dopad na ľudské práva.

Varovné príznaky, ktoré netreba podceňiť

Nezvyčajné zhluky alebo opuchy - zhubné nádory sú často bezbolestné a môžu sa zväčšovať s pribúdajúcou rakovinou.

Kašeľ, dýchavičnosť alebo ťažkosti s prehĺtaním - nezanedbávajte pretrvávajúce epizódy kašľa, dýchavičnosť alebo ťažkosti s prehĺtaním.

Zmeny funkcie čriev - napríklad zápcha a hnačka alebo krv nájdená v stolici.

Neočakávané krvácanie - zahŕňa krvácanie z pošvy, krv nájdená v stolici, v moči alebo pri kašli.

Nevysvetliteľné chudnutie - neúmyselné a nevysvetliteľné chudnutie za krátke obdobie.

Únava - ktorá sa prejavuje ako extrémna a závažný nedostatok energie. Ak je únava spôsobená rakovinou, jednotlivci majú zvyčajne aj iné príznaky.

Bolesť - zahŕňa nevysvetlenú alebo pretrvávajúcu bolesť, ktorá prichádza a odchádza.

Nové znamienko alebo zmeny na znamienku - hľadajte zmeny vo veľkosti, tvare, farbe a ak sa stanú krvácajúcimi alebo mokvajúcimi.

Komplikácie s močením - zahŕňajú potrebu močiť naliehavo, častejšie alebo neschopnosť ísť, keď potrebujete alebo bolesť pri močení.

Nezvyčajné zmeny na prsníkoch - zmeny vo veľkosti, tvaru alebo pocite, zmeny kože a bolesť.

Strata chuti do jedla - aj napriek pocitu hladu.

Bolesť alebo vred, ktorý sa nelieči - vrátane defektov v ústach.

Pálenie záhy alebo poruchy trávenia - pretrvávajúce alebo bolestivé pálenie záhy alebo poruchy trávenia.

Silné nočné potenie - nepodceňujte ťažké nočné potenie.