



## Svetový deň boja proti rakovine

Svetový deň proti rakovine sa pravidelne koná 4. februára. Ide o iniciatívu, v rámci ktorej sa môže zjednotiť celý svet s cieľom zvýšiť povedomie o rakovine a upozorniť na dôležitosť prevencie a zdravého životného štýlu. Svetový deň boja proti rakovine sa v roku 2018 nesie pod heslom **"My môžeme. Ja môžem."** Heslo ma upriamiť pozornosť na to, ako jednotlivci, ale aj celé kolektívy môžu pomôcť znížiť globálne bremeno rakoviny.

**Rakovina** je súhrnné všeobecné označenie pre ochorenia, ktoré sú charakterizované **nekontrolovateľným rastom nádorových buniek**, ktorého dôsledkom je vznik nádoru (tumoru). Nádorové bunky deštruujú normálne zdravé tkanivo, infiltrujú ho a metastázujú. Nádory sú multifaktoriálne ochorenia, ktorých vznik je podmienený pôsobením rôznych faktorov. Z hľadiska možného dopadu na organizmus ich rozdelíme na malígne a benígne. **Benígne (nezhubné) nádory** majú pomerne dobre ohraničený rast a netvorí metastázy. Kvôli malému počtu bunkových delení rastú pomaly. Ak je benígny nádor nepriaznivo umiestnený, či príliš veľký, môže sa malígne zvrhnúť. **Malígne (zhubné) nádory** rastú relatívne rýchlo, metastázujú do rôznych častí tela, prenikajú do ciev, odkiaľ putujú po tele a vytvárajú nové ložiská.

Bremeno rakoviny postihuje celý svet a neustupujúci každoročný nárast nových prípadov vyvoláva obavy. Rakovina zapríčiňuje na svete okolo **7,6 miliónov** úmrtí ročne. V Európe pribúda ročne asi **3,4 miliónov** nových prípadov a **1,8 mil.** úmrtí na rakovinu. Obe pohlavia sú postihnuté približne v rovnakej miere: 53,2% muži a 44,1% ženy. Najväčším zabijakom je **rakovina pľúc, hrubého čreva, konečníka, prsníka a žalúdka**. **Na Slovensku** je situácia obdobná. **Ročne sa registruje vyše 30 tisíc nových prípadov** a podľa nedávnych údajov **viac ako 6,6 tisíc úmrtí u mužov a 5,2 tisíc úmrtí u žien**.

Svetový deň boja proti rakovine nám dáva šancu premýšľať o tom, čo môžete urobiť, stanoviť si záväzok a prijať opatrenia.

### MY MÔŽEME:

- Podnietiť akciu, uskutočniť akciu
- Predchádzať rakovine
- Povzbudiť vnímanie
- Budovať zdravé prostredie
- Zlepšiť prístup k liečbe rakoviny
- Vybudovať kvalitnú pracovnú silu v starostlivosti o chorých s rakovinou
- Mobilizovať naše siete s cieľom poháňať pokrok
- Formovať zmenu politiky
- Odôvodniť investície do kontroly rakoviny
- Spolupracovať s cieľom zväčšiť dopad

### JA MÔŽEM:

- Viest' zdravý životný štýl
- Pochopiť, že včasné zacytenie môže zachrániť životy
- Žiadať podporu
- Podporovať druhých
- Prevziať kontrolu nad svojim životom s rakovinou
- Milovať a byť milovaný
- Byť samým sebou
- Vrátit' sa do práce
- Zdieľať svoj príbeh
- Otvorene o tom hovoriť

**Nech sa rozhodnete spraviť čokoľvek, bude to zmena v boji proti rakovine.**