

## EVROPSKI TEDEN BOJA PROTI RAKU: 25.–31. maj 2020

### Tudi v času epidemije COVID-19 ne pozabimo na priporočila za zdravo življenje brez raka

**Ljubljana, 22. maj 2020:** Ob začetku Evropskega tedna boja proti raku ključni deležniki za obvladovanje raka v Sloveniji izpostavljajo, kako pomembno je, da Slovenke in Slovenci tudi v času epidemije COVID-19 in po njej skrbijo za svoje zdravje na vseh področjih, vključno s preventivo raka. Zveza slovenskih društev za boj proti raku, Onkološki inštitut Ljubljana, Nacionalni inštitut za javno zdravje, Ministrstvo za zdravje in Državni program obvladovanja raka opozarjajo, da je rak v Sloveniji vodilni vzrok prezgodnje smrti, opuščanje priporočil proti raku pa lahko privede do bistveno hujših posledic kot jih prinaša COVID-19. Prebivalce Slovenije pozivajo, naj še naprej skrbijo za zdrav življenjski slog, se ne prepustijo zdravju škodljivim razvadam, se odzovejo vabilom v presejalne programe za raka ter so pozorni na zgodnje znake raka in ne odlašajo z obiskom pri zdravniku.

**Dr. Urška Ivanuš, dr. med., predsednica Zveze slovenskih društev za boj proti raku:** "Letošnji evropski teden boja proti raku poteka v času epidemije COVID-19, zato je še toliko bolj pomembno, da posamezniki upoštevamo priporočila za zdravo življenje brez raka tudi v tem času, ko nas je morda bolj kot raka strah bolezni COVID-19 in ko morda nočemo obremenjevati zdravstvenih delavcev zaradi bolezni, ki niso povezane s COVID-19. Z upoštevanjem preprostih 12 priporočil Evropskega kodeksa proti raku lahko skupaj dosežemo, da ljudje v času epidemije COVID-19 in po njej ne bodo zbolevali in umirali zaradi rakov, ki bi jih lahko preprečili ali odkrili zgodaj."

**Da so pozivi strokovnjakov upravičeni, potrjujejo tudi številke.** Podatki slovenskega Registra raka na OI že kažejo upad onkoloških obravnav v državi. Že v marcu, še izraziteje pa v aprilu smo zaznali zmanjšanje števila novih bolnikov z rakom. Podatki o izdanih napotnicah, ki jih sicer vodi NIJZ, kažejo, da je bilo v aprilu izdanih manj napotnic za onkološko obravnavo – tako napotnic za prvi pregled, še večji upad je zaznan pri izdanih napotnicah za kontrolni pregled, praktično pa se je ustavilo napotovanje bolnikov na onkološko genetsko svetovanje in testiranje. Natančnega vzroka za upad onkoloških obravnav trenutno še ne poznamo – ali se ljudje sami v času epidemije niso s težavami obračali na osebne zdravnike, ali je bil otežen dostop do osebnih zdravnikov ali pa gre za zmanjšanje napotitev s strani zdravnikov, saj so bile diagnostične preiskave v obdobju epidemije okrnjene. Le delno lahko upad pripišemo začasni zaustavitvi presejalnih programov za raka in prenaročanju kontrolnih pregledov po zaključenem zdravljenju.

#### Rak ostaja glavni zdravstveni izziv v Sloveniji tudi v času epidemije COVID-19

- **Breme raka je v Sloveniji veliko in se iz leta v leto povečuje.** Kljub izjemnemu napredku na področju preventive, zgodnjega odkrivanja in zdravljenja v Sloveniji za rakom letno zboli okrog 15.200 ljudi in zaradi raka vsako leto umre okrog 6.200. Od leta 2009 je rak v Sloveniji vodilni vzrok smrti pri moških, pri ženskah je na drugem mestu.
- **V Sloveniji je rak vodilni vzrok prezgodnje smrti,** saj povzroča okrog 44 % vseh smrti pred 65. letom. Čeprav je več kot 60 % vseh zbolelih starejših od 65. let in rak velja za bolezen starejših, za rakom zbolevali in zaradi njega umirajo v povprečju mlajši kot pri bolezni COVID-19.

- Nekateri raki lahko preprečimo ali odkrijemo zgodaj, zato je nujno, da tudi v času epidemije COVID-19 in po njej kot družba in posamezniki  **naredimo vse, kar je v naši moči, da ljudje ne bodo zbolevali in umirali zaradi rakov, ki bi jih lahko preprečili ali odkrili zgodaj.** Mednarodna agencija za raziskovanje raka pri Svetovni zdravstveni organizaciji ocenjuje, da lahko z upoštevanjem [12 enostavnih priporočil Evropskega kodeksa proti raku](#) preprečimo okrog 40 % vseh smrti zaradi raka.

### Priporočila za zdravo življenje brez raka

Da se zaradi epidemije COVID-19 ne bo povečalo zbolevanje in umrljivost zaradi raka, Zveza slovenskih društev za boj proti raku, Onkološki inštitut Ljubljana, Nacionalni inštitut za javno zdravje, Ministrstvo za zdravje in Državni program obvladovanja raka v sodelovanju s številnimi slovenskimi strokovnjaki prebivalce in prebivalke Republike Slovenije pozivajo, da:

- **še naprej skrbijo za zdrav življenjski slog** z gibanjem, zdravo prehrano, zdravo telesno težo in zaščito pred sončnimi žarki.
- **se ne prepustijo zdravju škodljivim razvadam**, kot sta kajenje in uživanje alkohola, ki povzročajo bolezni, ki bi jih lahko povsem preprečili. Tobak je vodilni vzrok preprečljivih bolezni in smrti. Kajenju lahko pripišemo skoraj 15 % vseh novo ugotovljenih rakov v Sloveniji.
- **se odzovejo na vabilo na presejalne preglede** v okviru državnih programov za zgodnje odkrivanje predrakavih ali rakavih sprememb ZORA, DORA in SVIT in **vabilu na cepljenje proti rakom**, ki jih povzročajo okužbe s človeškimi papilomavirusi (HPV) in hepatitisom B.
- **so pozorni na zgodnje znake raka in ne odlašajo z obiskom pri zdravniku.** Vsak dan raka na novo odkrijemo pri povprečno 41 Slovincih in Slovenkah. Diagnostika in zdravljenje raka sta v Sloveniji potekala in bosta še naprej potekala varno in neprekinjeno tudi v času epidemije COVID-19 in po njej, saj je prav zgodnje odkritje raka tisti dejavnik, ki ključno doprinese k večjemu preživetju bolnikov.

### Spremljanje vpliva COVID-19 na onkološko zdravstveno varstvo

Slovenski Register raka že od začetka epidemije sodeluje s tujimi populacijskimi registri pri ugotavljanju kratkoročnega vpliva COVID-19 na onkološko zdravstveno varstvo. Dolgoročne kazalnike bremena raka, kot so preživetje bolnikov ali razporeditev stadijev ob diagnozi, bodo realno lahko v Registru raka RS vrednotili šele na daljši rok, ko se bo tudi videlo, kako hitro bomo zaostanke na vseh nivojih sistema uspeli nadoknaditi v času manj strogih ukrepov.

#### POZIV MEDIJEM:

**Verjamemo, da skupaj zmoremo več. Zato predstavnike medijev vabimo, da se pridružite Evropskemu tednu boja proti raku** in v okviru svojih zmožnosti in aktivnosti v tem tednu in tudi kasneje, skozi celo poletje, prispevate k ozaveščanju prebivalstva, kako pomembno je, da upoštevamo priporočila za zdravo življenje brez raka tudi v času, ko nas je morda bolj kot raka strah bolezni COVID-19 in ko morda nočemo obremenjevati zdravstvenih delavcev zaradi bolezni, ki niso povezane s COVID-19.

V ta namen smo priznane slovenske strokovnjake zaprosili **za pisne in video izjave**, ki so dostopne na spletni strani <https://priporocila.si/covid-19/>. Seznam strokovnjakov in njihova glavna sporočila najdete tudi v prilogi k tej izjavi. Lahko jih tudi kontaktirate za dodatna pojasnila.

*dr. Urška Ivanuš, predsednica Zveze slovenskih društev za boj proti raku*

*Izr. prof. dr. Irena Oblak, strokovna direktorica Onkološkega inštituta Ljubljana*

*Milan Krek, direktor Nacionalnega inštituta za javno zdravje*

*mag. Vesna Kerstin Petrič, vršilka dolžnosti direktorice Direktorata za javno zdravje Ministrstva za zdravje*

*prof. dr. Branko Zakotnik, koordinator Državnega programa za obvladovanje raka*

## Kontakti:

### Zveza slovenskih društev za boj proti raku

Trubarjeva 76a, Ljubljana

T: 051 267 332, 01 430 97 80

[sekretar@protiraku.si](mailto:sekretar@protiraku.si)

<https://priporocila.si>

<http://www.protiraku.si>



### Nacionalni inštitut za javno zdravje

#### Služba za komuniciranje

Trubarjeva 2, SI-1000 Ljubljana

Telefon: 01 2441 494, 01 2441 479

[pr@nijz.si](mailto:pr@nijz.si)

[www.nijz.si](http://www.nijz.si)

<https://www.program-svit.si/>



### Onkološki inštitut Ljubljana

#### Služba za odnose z javnostmi

Zaloška 2, SI-1000 Ljubljana

[mediji@onko-i.si](mailto:mediji@onko-i.si)

[www.onko-i.si](http://www.onko-i.si)

<https://zora.onko-i.si/>

<https://dora.onko-i.si/>

### Direktorat za javno zdravje

Ministrstvo za zdravje

Štefanova ulica 5, SI-1000 Ljubljana

Telefon: 01 478 60 01, 01 478 60 07

[gp.mz@gov.si](mailto:gp.mz@gov.si)

<https://www.gov.si/drzavni->

[organi/ministrstva/ministrstvo-za-zdravje/](https://www.gov.si/drzavni-organi/ministrstva/ministrstvo-za-zdravje/)



### Državni program obvladovanja raka

Ministrstvo za zdravje

Štefanova ulica 5, SI-1000 Ljubljana

T: 01 478 60 01

[koordinator-DPOR.mz@gov.si](mailto:koordinator-DPOR.mz@gov.si)

<http://www.dpor.si/>