

Światowy Dzień Walki z Rakiem

Autor: Michał Muszyński

02.02.2018.

Zmieniony 02.02.2018.

4 LUTEGO

ŚWIATOWY DZIEŃ WALKI Z RAKIEM

4 lutego obchodzony jest Światowy Dzień Walki z Rakiem. Został on ustanowiony w 2000 r. podczas Światowego Szczytu Walki z Rakiem, który odbył się w Paryżu. Przyjęto wtedy również tzw. „Kartę Paryską”, zaś państwa, które ją podpisały zobowiązały do stworzenia programów profilaktycznych i odpowiednich warunków do leczenia nowotworów.

Z inicjatywy Polskiego Towarzystwa Onkologicznego, trwają obecnie prace nad stworzeniem „Strategii Walki z Rakiem w Polsce 2015–2025”. Jej częścią jest uchwalony przez Radę Ministrów „Narodowy Program Zwalczania Chorób Nowotworowych” (M.P. z 2018, poz. 6) na lata 2016 – 2024, który określa 5 priorytetów:

- promocja zdrowia i profilaktyka nowotworów,
- profilaktyka wtórna, diagnostyka oraz wykrywanie nowotworów,
- wspieranie procesu leczenia nowotworów,
- edukacja onkologiczna,
- wspomaganie systemu rejestracji nowotworów.

Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) podkreśla, że działania profilaktyczne mogą obniżyć liczbę zachorowań na raka nawet o 30 %. W dbałości o zdrowie, każdy powyżej 20 roku życia powinien regularnie wykonywać:

- podstawowe badania profilaktyczne: morfologia, OB, stężenie glukozy we krwi oraz badanie ogólne moczu – raz do roku;
- pomiar ciśnienia tętniczego, kontrola wagi oraz ogólne badanie u lekarza internisty – raz do roku;
- pomiar poziomu elektrolitów we krwi (potas, sód, magnez, fosfor, wapń) – raz na 3 lata (ewentualne niedobory w organizmie powodujące np. przemęczenie, drżenie mięśniowe, nadciśnienie)
- lipidogram, czyli pomiar stężenia cholesterolu we krwi oraz jego frakcji HDL i LDL, a także trójglicerydów – raz na pięć lat.
- USG jamy brzusznej – co 3 do 5 lat
- RTG klatki piersiowej – raz na pięć lat (w szczególności osoby palące)
- kontrolę dermatologiczną – w przypadku występowania wielu znamion,
- kontrolę stomatologiczną – raz na pół roku.

Dokładny kalendarz zalecanych badań profilaktycznych dostępny jest pod adresem:
www.zwrotniakra.pl/kalendarz-badan-profilaktycznych-kobieta-mezczyzna/

