

4. februar: SVETOVNI DAN BOJA PROTI RAKU

Bolezen zaznamuje vsakega posameznika. Lahko privede čustvenih pretresov in rak zagotovo spada med bolezni, ki človeka usodno zaznamuje in ga čustveno pretrese. Ta bolezen še vedno spremlja nekakšna stigma, kljub strokovnemu napredku medicine in napredovalim vse boljšim zdravljenjem. Ob svetovnem dnevu boja proti raku Vas želimo **vzpodbuditi in poudariti pomen zdravega življenjskega sloga** kot so: opustitev kajenja, izogibanjem pasivnemu kajenju, ohranjanje primerne telesne teže, povečana telesna dejavnost, zdravo prehranjevanje, omejevanje pitja alkoholnih pijač, izogibanje čezmernemu sončenju ter udeleževanje v presejalne programe kot so Svit, Dora in Zora. Omenjeni presejalni programi so programi, kateri nam pomagajo odkriti bolezen dovolj zgodaj ali pa lahko z njimi celo preprečimo nastanek bolezni.

ZORA: je preventivni program za odkrivanje predrakavih in zgodnjih rakavih sprememb na materničnem vratu. Vsaka ženska, stara med 20 in 64 leti, ki v zadnjih treh letih ni opravila pregleda z odvzemom brisa materničnega vratu, dobi na dom pisno vabilo na pregled iz ginekoloških ambulant.

SVIT: je preventivni zdravstveni program, ki je namenjen preprečevanju in zgodnjemu odkrivanju raka na debelem črevesu in danki. Vključuje moške in ženske v starosti od 50 do 74 let, na vsaki 2 leti.

DORA: je državni presejalni program za rak dojke. Program vabi vse ženske, starosti od 50 do 69 let na mamografijo, ki je izvedena na vsaki dve leti .