



Državni program obvladovanja raka - 10 let

www.dpor.si

B. Zakotnik, S. Tomšič

Vsebina

1. Uvod

2. Dosežki

3. Izzivi

4. Zaključek

10 let DPOR

- Epidemije pridejo in gredo, **rak** - epidemija sodobnega človeka ostaja
- Zahvala vsem, ki ste konstruktivno sodelovali pri uresničevanju izzivov DPOR
- Vabilo vsem, za nadaljnje konstruktivno sodelovanje (DPOR 2022-2026), obvladovanje raka ni le zdravstveni, je tudi družbeni problem

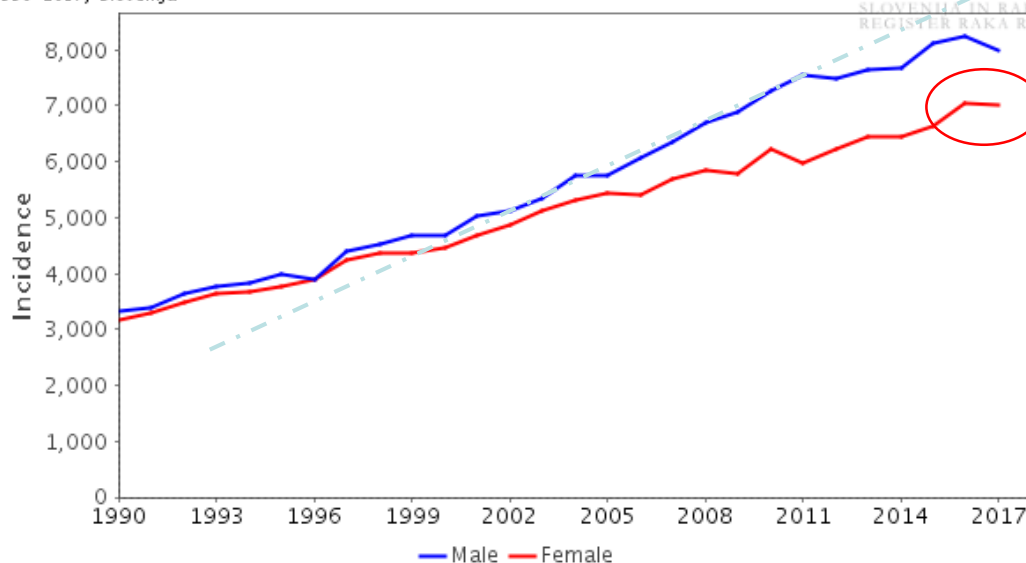
Strateški cilji DPOR 2010-2016 in 2017-2021

- 1. Upočasniti povečevanje incidence raka**
- 2. Povečati preživetje**
- 3. Izboljšati kakovost življenja bolnikov z rakom**
 - s celostno rehabilitacijo
 - paliativno oskrbo

1. Upočasniti povečevanje incidence raka

Incidence

all cancer sites (C00-C96)
male and female, all stages, 0 - 80+ years
1990-2017, Slovenija



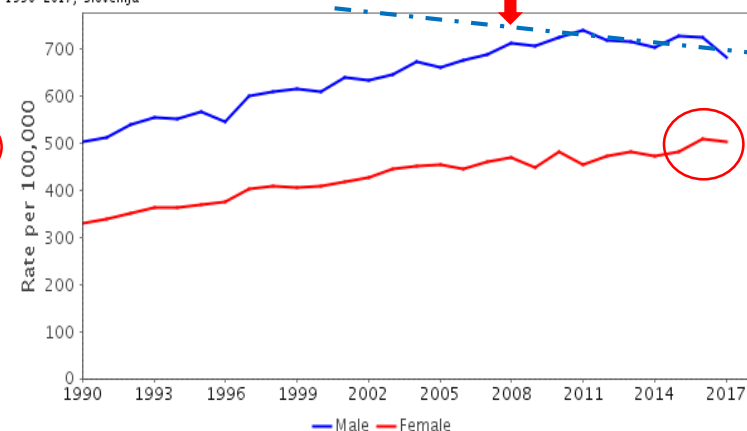
Institute of Oncology Ljubljana, Cancer Registry of Slovenia, 13.10.2020

Slovenija	2016	2017
Incidenca	15 072	14 987

Strokovni/Nadzorni svet DPOR
25.11.2020

Age standardized incidence rate (Slovenian standard)

all cancer sites (C00-C96)
slovenian standard, male and female
1990-2017, Slovenija



Institute of Oncology Ljubljana, Cancer Registry of Slovenia, 13.10.2020

Trend starostno standardizirane incidence raka pri moških se je obrnil navzdol!!!!

1. Upočasniti povečevanje incidence raka

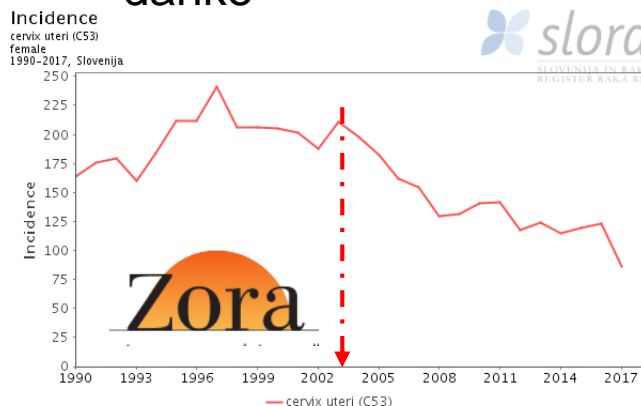
Katere intervencije so bile uspešne?

Na incidenco vpliva: Starost prebivalcev, življenjski slog, dejavniki okolja in genetski dejavniki

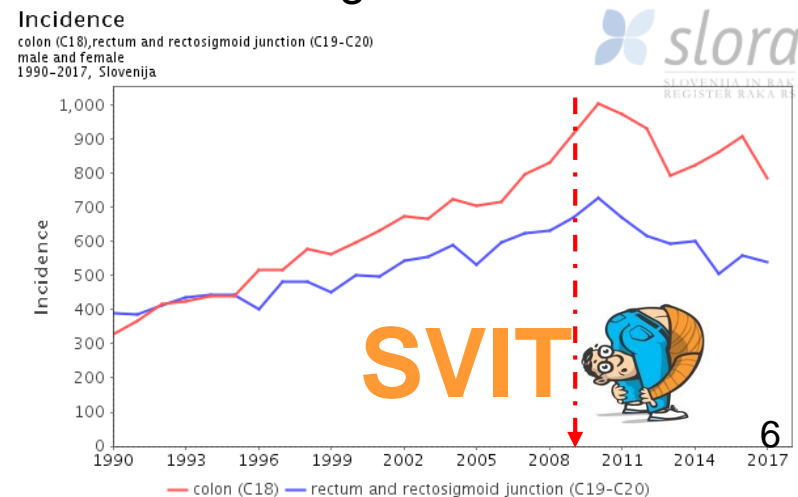
- Pričakovana življenjska doba se je v Sloveniji v zadnjih 25 let podaljšala za 8 let (moški 9, ženske 6), 60% raka po 65. letu!

Uspešne intervencije:

- Primarna preventiva KNB (zakonodaja, CINDI, primarno ZV z referenčnimi ambulantami in CKZ)
- Ukrepi proti okužbam povezanim s *Haelicobacter pylori*
- Presejanje za rak materničnega vratu in rak debelega črevesa in danke



Institute of Oncology Ljubljana, Cancer Registry of Slovenia, 13. 10. 2020



Institute of Oncology Ljubljana, Cancer Registry of Slovenia, 13. 10. 2020

12

nasvetov proti raku

Evropski
kodeks proti raku
2014

1 NE KADITE!

- Ne kadite in ne uporabljajte tobaknih izdelkov v kakršnikoli obliki!
- Kadilci, čim prej opustite kajenje!



3 VZDRŽUJTE ZDRAVO, NORMALNO TELESNO TEŽO!

- Debelost ogroža z rakom debelega črevesa in danke in številnimi drugimi rakavimi boleznimi.
- Vzdržujte normalno težo z uravnoteženo prehrano z veliko zelenjave in sadja in s telesno dejavnostjo!



5 PREHRANJUJTE SE ZDRAVO!

- Jejte veliko polnozrnatih izdelkov, stročnic, zelenjave in sadja!
- Ne jejte preveč kalorične hrane (z veliko sladkorja in mastnih živil) in se izogibajte sladkim pijačam!
- Izogibajte se mesnim izdelkom in jejte manj rdečega mesa in preslanih živil!



7 ČIM MANJ SE IZPOSTAVLJATE SONČNIM ŽARKOM!

- Uporabljajte zaščitna oblačila, pokrivala, sončna očala in kreme. Pazite, da vas, še posebej pa otrok, ne opeče sonce!
- Tudi sončenje v solarijih ni varno, saj je učinek podoben kot pri soncu.



9 VARUJTE SE PRED IONIZIRAJOČIM SEVANJEM!

- Kjer je v zemljišču več radioaktivnega elementa radona, lahko prodira v stavbe - v bivalne in delovne prostore.
- Redno zračenje pomembno zmanjša koncentracijo radona v prostorih in je zaščita pred nastankom pljučnega raka.



11 POSKRIBITE, DA BODO VAŠI OTROCI CEPLJENI PROTI:

- hepatitis B,
- humanim papilomskim virusom (HPV) (deklince).



2 NE KADITE V NAVZOČNOSTI DRUGIH!

- Vaše kajenje lahko škoduje zdravju ljudi v vaši okolici!
- Ne kadite doma, na delovnem mestu ali v javnih prostorih!



4 VSAK DAN BODITE TELESNO DEJAVNI!

- Omejite čas, ki ga preživite sede!
- Udeležujte se v raznih dejavnostih (hitra hoja, tek, kolesarjenje, plavanje, tek na smučeh)!



6 OMEJITE VSE VRSTE ALKOHOJNIH PIJAČ!

- Za preprečevanje raka je najbolje, da alkoholnih pijač sploh ne pijete.
- Če že kaj popijete, potem moški lahko največ dve enoti alkoholnih pijač dnevno, ženske pa samo eno (enota vsebuje 10 g čistega alkohola, kar je v 1 dl vina, v 2,5 dl piva, v 0,3 dl žganja ali v 2,5 dl mošta).



8 NA DELOVNEM MESTU SE ZAŠČITITE PRED NEVARNIMI SNOVMI, KI POVZROČAJO RAKA!

- Pozanimajte se, s kakšnimi snovmi imate opravka na delovnem mestu!
- Upoštevajte navodila za varnost in zdravje pri delu!



10 ŽENSKE!

- Dojenje manjša ogroženost z rakom, zato dojite svoje otroke, če je le mogoče!
- Omejite jemanje hormonskih zdravil za lajšanje menopavznih težav, saj so povezana z nekaterimi vrstami raka!



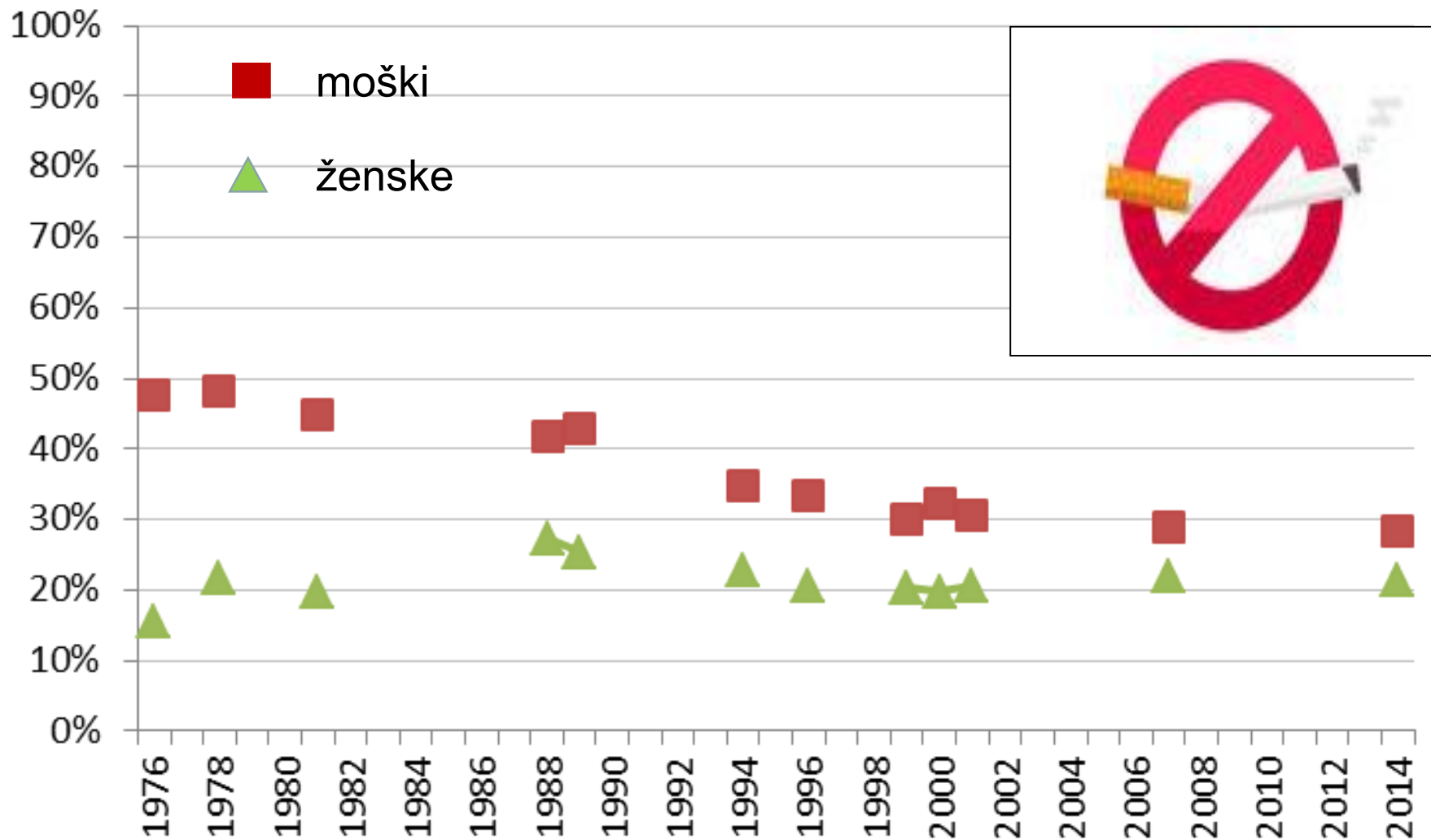
12 UDELEŽUJTE SE ORGANIZIRANIH PRESEJALNIH PROGRAMOV!

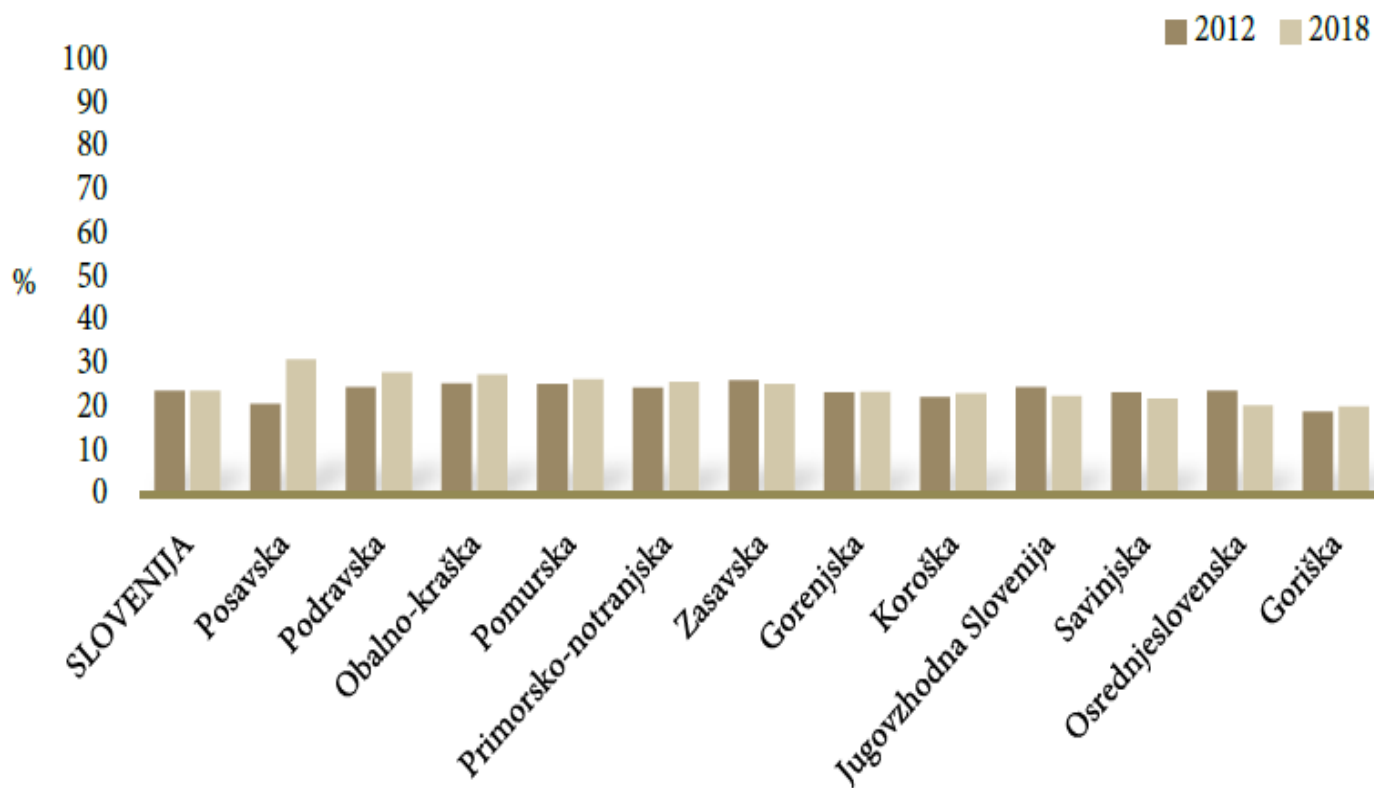
- Po 50. letu starosti opravite test na prikrito krvavitev v blatu, ki vam ga omogoča program SVIT!
- Ženske, redno hodite h ginekologu na pregled celic v brisu materničnega vratu! Če dobite vabilo na pregled v programu ZORA, se nanj nemudoma odzovite!
- Ženske, starejše od 50 let, se naročite na preventivni mamografski pregled. Če dobite vabilo programa DORA, se odzovite vabilu!



VSAKDO IMA
SVOJE ZDRAVJE V SVOJIH ROKAH!

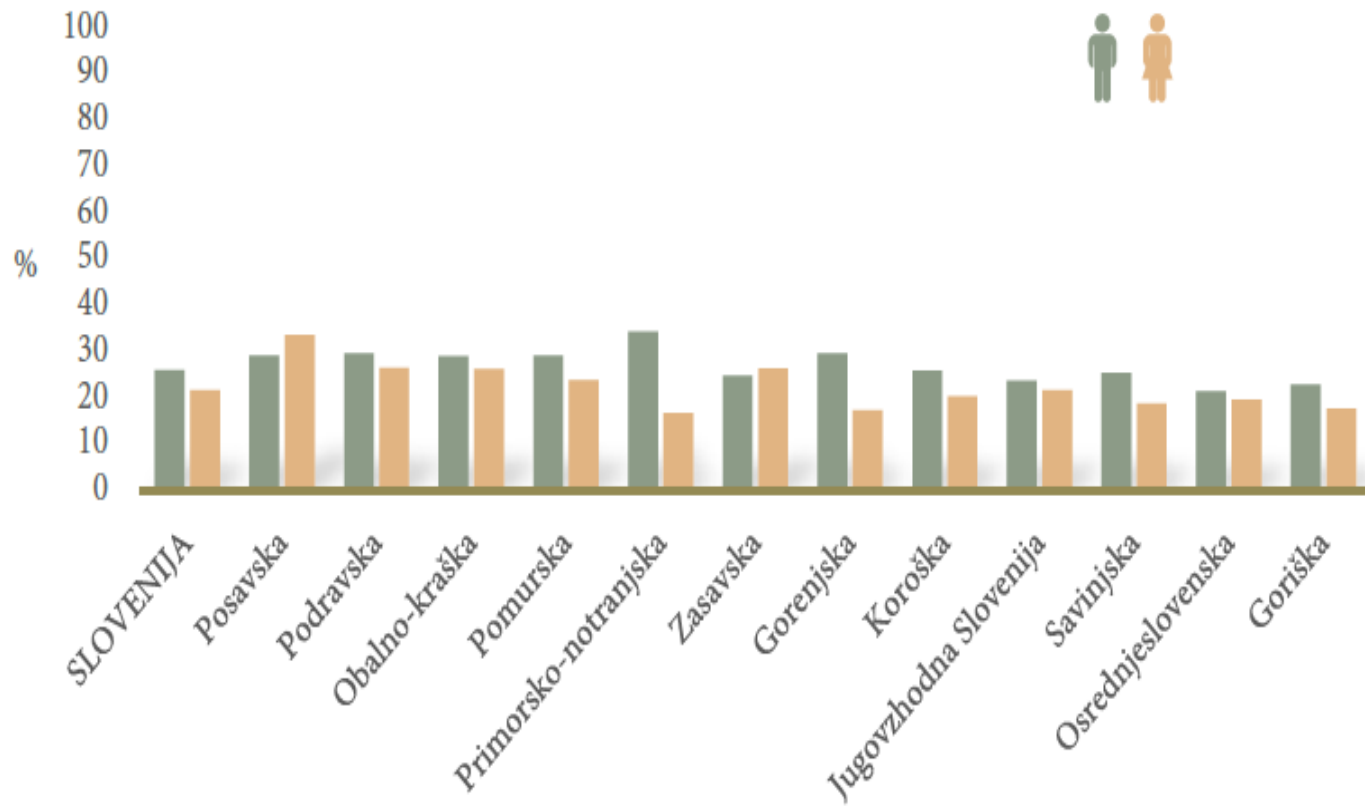
Kadilci 1976-2014 (18+)





Vir: Nacionalna raziskava o tobaku, alkoholu in drugih drogah 2012 in 2018

Slika 4: Odstotki kadilcev med prebivalci Slovenije, starimi 15 do 64 let, po statističnih regijah, 2012 in 2018



Vir: Nacionalna raziskava o tobaku, alkoholu in drugih drogah 2018

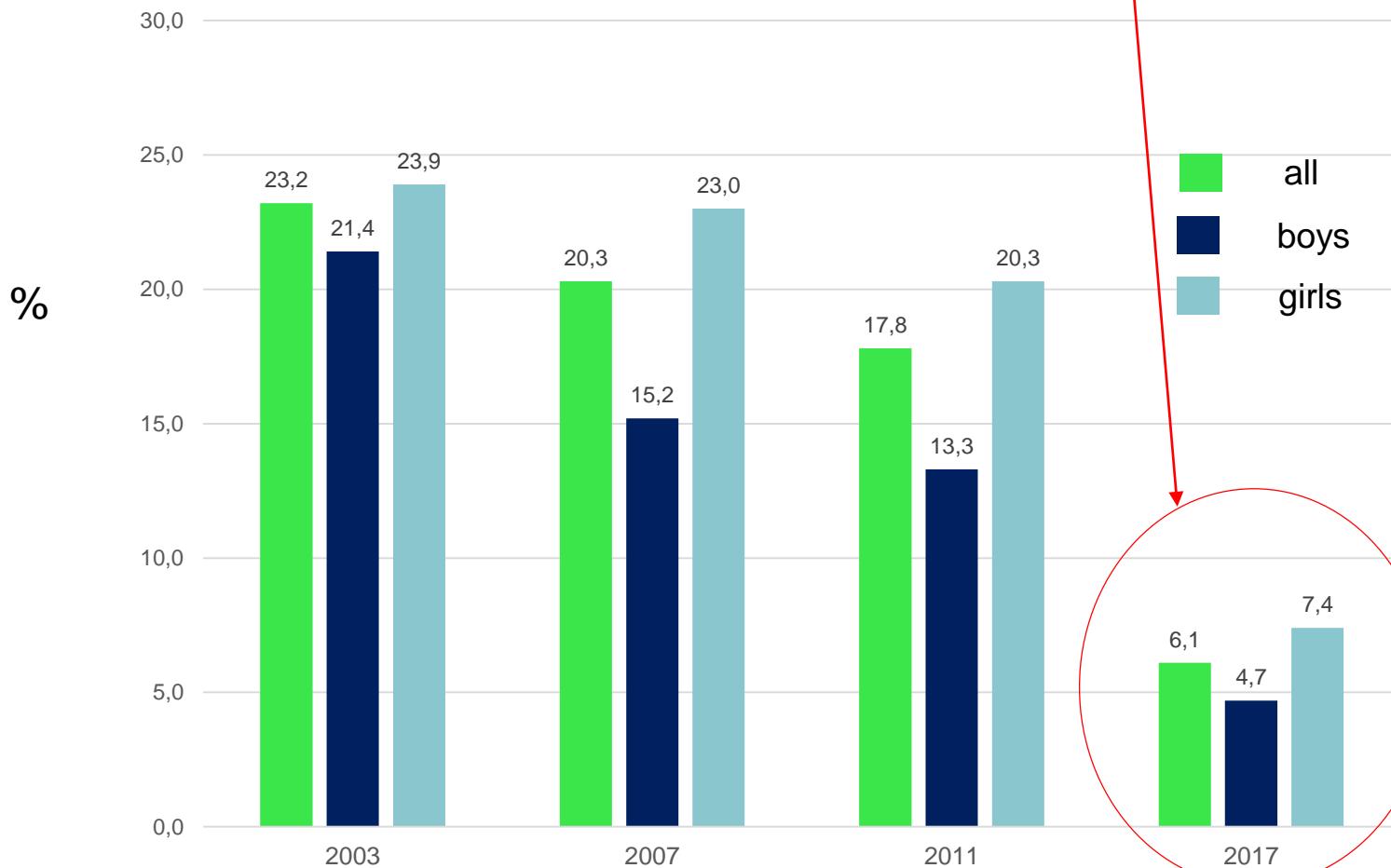
Slika 3: Odstotki kadilcev med prebivalci Slovenije, starimi 15 do 64 let, po statističnih regijah in spolu, 2018



Mladi in kajenje

GLOBAL YOUTH TOBACCO SURVEY 2017

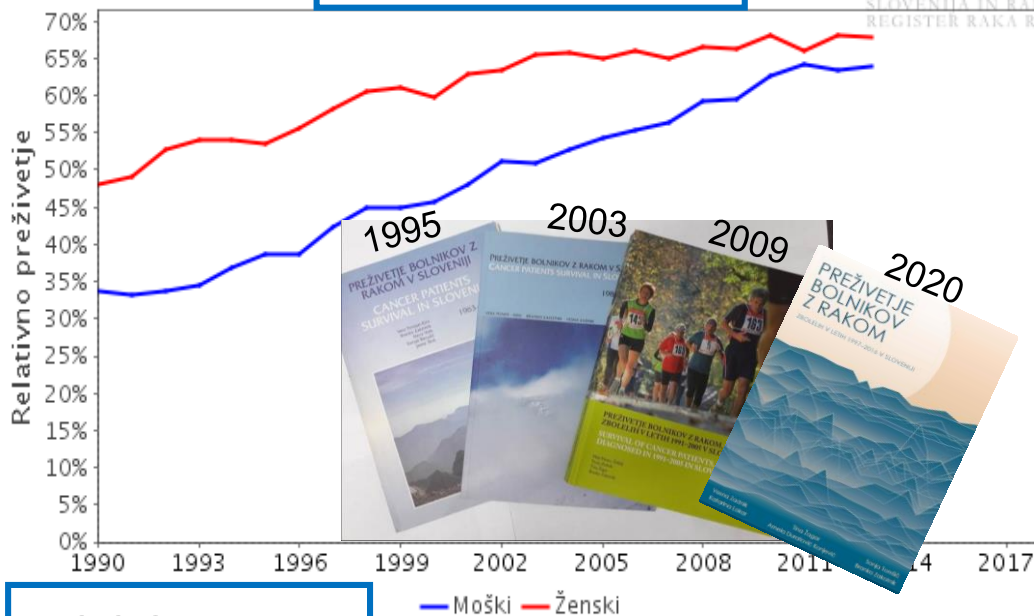
Smokers - 13 -15 years old,
GYTS Slovenija, 2003, 2007, 2011, 2017



2. Povečati preživetje

Relativno preživetje
vsi raki (C00-C96)
moški in ženske, 5-letno, 0-80+ let
1990-2017, Slovenija

2017: 66%!



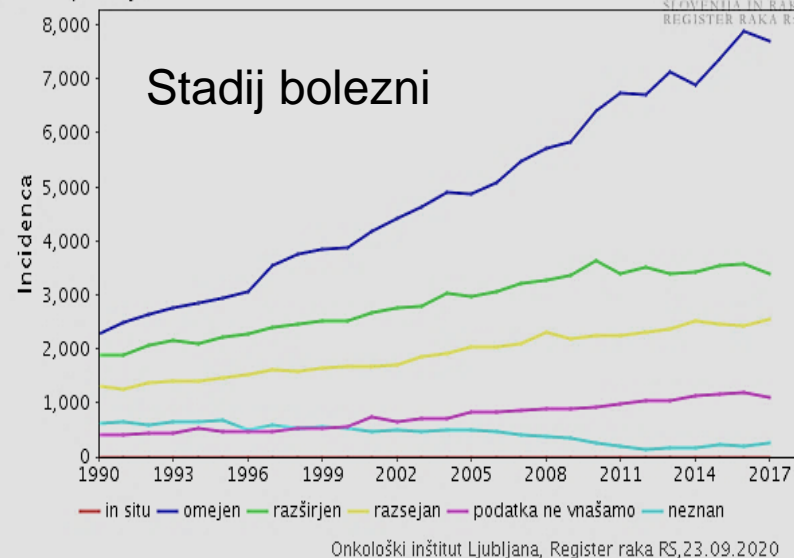
**1990:
41%!**

— Moški — Ženski

Onkološki inštitut Ljubljana, Register raka RS, 23.09.2020

Incidenca

vsi raki (C00-C96)
moški in ženske, vsi stadiji, 0 - 80+ let
1990-2017, Slovenija



Onkološki inštitut Ljubljana, Register raka RS, 23.09.2020

Na preživetje vpliva:

- Stadij bolezni
- Pravilno in pravočasno zdravljenje

2. Povečati preživetje - **Stadij bolezni**

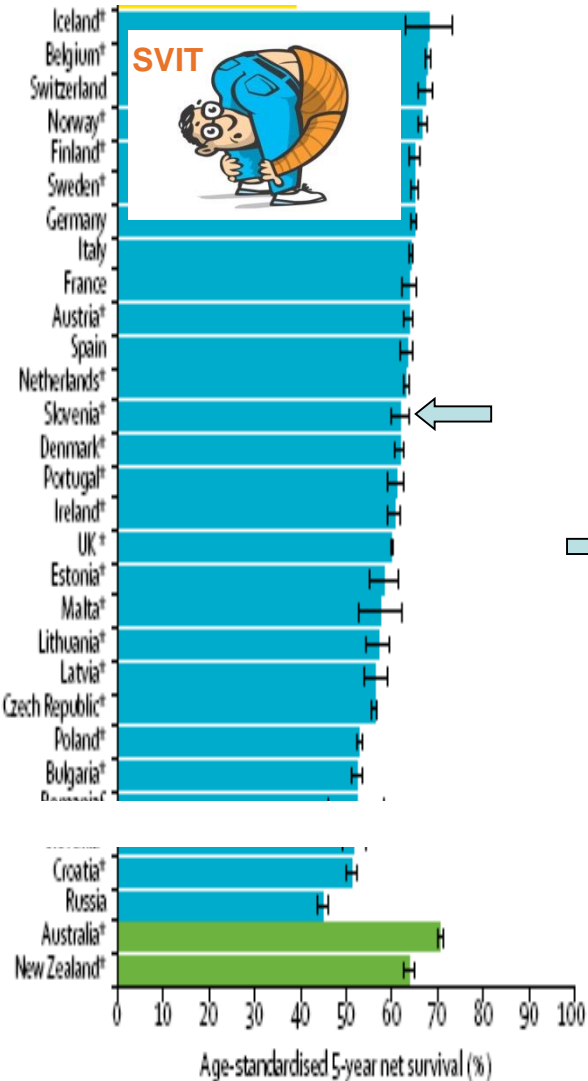
Stadij FIGO	ZORA odzivnice		neZORA neodzivnice		Stadij TNM	DORA Vabljene in odzivnice		neDORA Nevabljene in neodzivnice	
	N	%	n	%		n	%	N	%
p<0,00001									
I	240	81,1	124	40,8					
II	46	15,5	91	29,9	I	450	65,6	951	40,2
III	9	3,1	58	19,1	II	178	25,9	830	35,0
IV	1	0,3	31	10,2	III	54	7,9	414	17,5
VSI	296	100	304	100	IV	4	0,6	174	7,3
					VSI	686	100	2369	100

Stadij TNM	SVIT odzivniki		neSVIT neodzivniki	
	n	%	n	%
p<0,00001				
I	608	44,8	370	13,5
II	255	18,8	655	23,9
III	391	28,8	910	33,1
IV	103	7,6	809	29,5
VSI	1357	100	2744	100

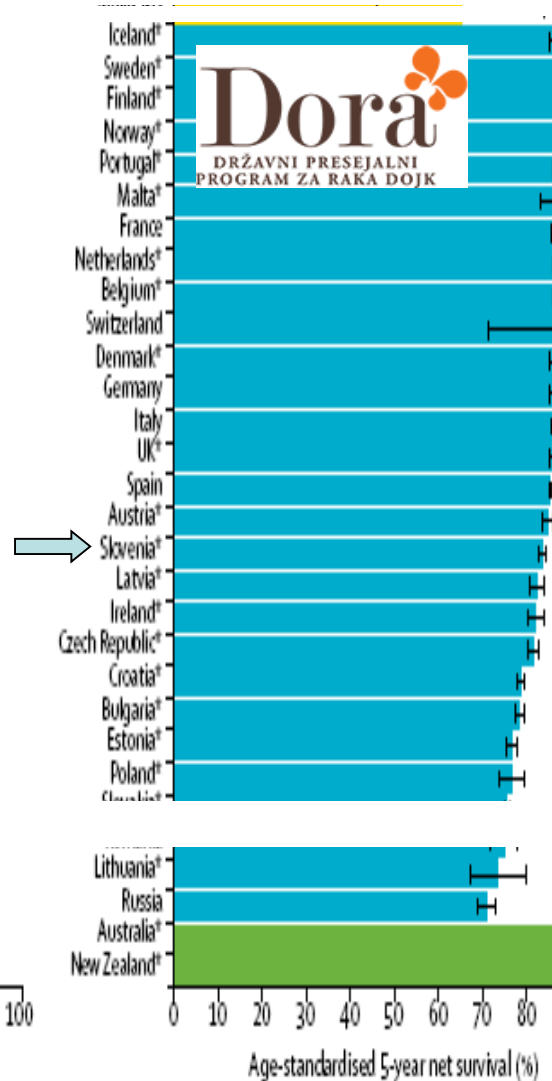
Umrljivost bolnikov, ki so zaradi presejanega raka zboleli je pri odzivnicah/kih 4-5x manjša kot neodzivnicah/kih zaradi nižjega stadija!

Starostno standardizirano 5-letno preživetje bolnikov zbolelih 2010-2014 (The Lancet, January 2018)

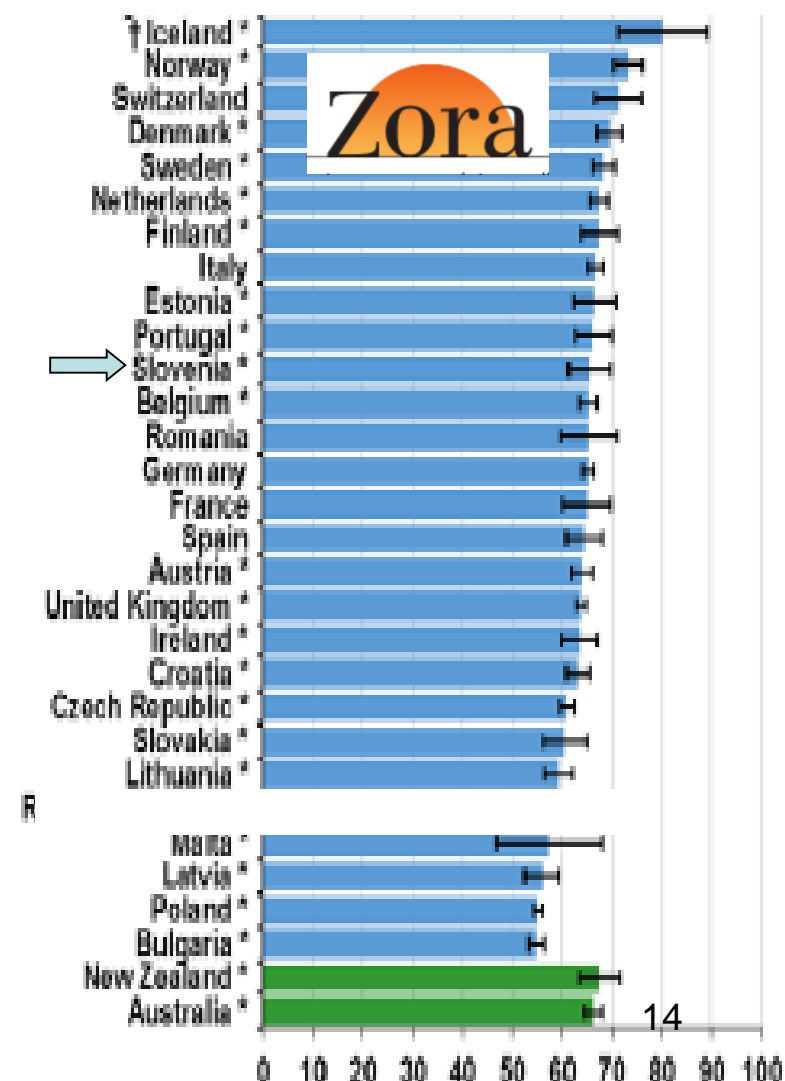
DEBELO ČREVO



DOJKA



MATERNIČNI VRAT



2. Povečati preživetje

Pravilno in pravočasno zdravljenje

- Priporočila/Smernice
- Dostopnost (kadri, aparature, prostori)
 - Podatkov o tem ali se diagnostika in zdravljenje izvajata skladno s smernicami in pravočasno **nimamo** (razen za presejalne programe ZORA, DORA, SVIT)
 - DPOR 2017-2021 to predvideva v sklopu kliničnih registrov za pogoste rake – izvedba tega pred uvedbo aktivne registracije ni bila možna

3. Izboljšati kakovost življenja bolnikov

– celostna rehabilitacija

- Smernice, pilotni projekt celostne rehabilitacije (rak dojke), na osnovi katerega je potrebno celostno rehabilitacijo zagotoviti vsem našim bolnikom z rakom (Patient Centered Cancer Care)

– paliativna oskrba

- Vrsta premikov na področju izobraževanja, publikacij
- V celotni državi ni zagotovljena enakost (ISIS avgust 2019)
- Državni program paliativne oskrbe kot DPOR praznuje 10 let in kot DPOR nujno potrebuje nov Akcijski načrt za naslednjih 5 let pripravljen podobno kot za DPOR!

Izzivi DPOR 2022-2026

- **Na osnovi opravljene analize kadrovskih potreb le to uvesti v prakso**
- **Vzpostavitev kliničnih registrov in mreže zdravljenj za pogoste rake**
- **Poenotena informacijska tehnologija za sodobno, ažurno klinično delo, realno spremljanje stroškov zdravljenja**
- **Aktivno vodenje in financiranje programa, zasledovanje ciljev in spremljanje uspešnosti programa**

Zaključek

- Zdravstvenega problema številka 1. se je potrebno lotiti organizirano (**DPOR 2022-2026**) v skladu z letos izpostavljeno prioriteto EU – **EU Beating Cancer Plan**
- Imamo dobro načrtan dokument, potrebno ga bo prilagoditi sodobnim izzivom in našim možnostim!
- Načrtati bo potrebno bolj učinkovit način in strukturo vodenja DPOR

DPOR 2022-2026

junij 2020 –
april 2021

- Srečanja z deležniki, priprava novih izhodišč

maj 2021

- Javna razprava

junij – sept. 2021

- Priprava končnega besedila novega DPOR

okt. – nov. 2021

- Potrditev DPOR 2022-2026 na vladi

jan. 2022 –
dec 2026

- Veljavnost novega akcijskega načrta DPOR