

Март, месец за подигање на свеста за ракот на дебелото црево, 2022 година



Колоректалниот карцином е трет најчест тип на рак во светот, во 2020 година, беа дијагностицирани речиси 2 милиони случаи. Тоа е втора најчеста причина за смрт од рак, што доведува до речиси 1 милион смртни случаи годишно. Ова е и покрај фактот што постојат ефективни скрининг техники кои би можеле да го намалат бројот на смртни случаи од оваа болест.

Месецот за подигање на свеста за колоректалниот карцином се одбележува во Март за да се нагласи важноста на скринингот за колоректален карцином, како и да се промовираат здрави животни навики кои можат да го намалат ризикот кај лицето за развој на рак на дебелото црево, ректумот или анусот - трите различни типови на рак, заеднички наречени колоректален карцином.

Истражувачите на IARC докажаа дека различни фактори можат да го зголемат или намалат ризикот кај една личност за развој на колоректален карцином. Повеќето од овие фактори, исто така, влијаат на ризикот од развој на други видови рак, на сличен начин зголемувајќи го или намалувајќи го.

На пример, консумирањето алкохол е одговорно за повеќе од 160 000 нови случаи на колоректален карцином во 2020 година, или 8% од сите случаи на болеста дијагностицирани таа година.

Друг фактор кој го зголемува ризикот од развој на колоректален карцином е дебелината. Дебелината е одговорна за повеќе од 85.000 случаи на рак на дебелото црево и 25.000 случаи на ректален карцином дијагностицирани во 2012 година, или околу 23% од сите случаи на колоректален карцином дијагностицирани таа година. Дебелината, исто така, го зголемува ризикот на лицето да развие најмалку седум други видови на рак.

Намерното губење на тежината, физичката активност и диетите богати со риба, овошје и зеленчук може да го намалат ризикот кај лицето за развој на колоректален карцином. Присуството на организиран скрининг каков што има и во нашата држава ја зголемува шансата за откривање на колоректален карцином кога тој е во порана и лекувачка фаза.

Подготвил: Бранка Крстев, Дипл. соц. работник/ Одделение за социјална медицина,
Март, 2022 година

Извор: <https://www.iarc.who.int/featured-news/colorectal-cancer-awareness-month-2022/>

Marsi, muaj për ngritjen e vetëdijes të kancerit në zorrën e trashë, 2022



Kanceri kolorektal është lloji i tretë më i zakonshëm i kancerit në botë, në vitin 2020 janë diagnostikuar pothuajse 2 milionë raste. Është shkaku i dytë më i zakonshëm i vdekjeve nga kanceri, duke çuar në afro 1 milion vdekje në vit. Kjo përkundër faktit se ekzistojnë teknika efektive depistuese që mund të zvogëlojnë numrin e vdekjeve nga kjo sëmundje.

Muaji i ndërgjegjësimit për kancerin kolorektal festohet në mars për të theksuar rëndësinë e shqyrtimit të kancerit kolorektal, si dhe për të promovuar një mënyrë jetese të shëndetshme që mund të zvogëlojë rrezikun e një personi për të zhvilluar kancer të zorrës së trashë, rektumit ose anusit. - tre llojet e ndryshme të kancerit, zakonisht i quajtur kanceri kolorektal.

Studiuesit e IARC kanë treguar se një sërë faktorësh mund të rrisin ose ulin rrezikun e një personi për të zhvilluar kancer kolorektal. Shumica e këtyre faktorëve ndikojnë edhe në rrezikun e zhvillimit të kancereve të tjera, duke i rritur ose ulur ato në mënyrë të ngjashme.

Për shembull, konsumi i alkoolit është përgjegjës për më shumë se 160,000 raste të reja të kancerit kolorektal deri në vitin 2020, ose 8% e të gjitha rasteve të sëmundjes të diagnostikuara atë vit.

Një tjetër faktor që rrit rrezikun e zhvillimit të kancerit kolorektal është obeziteti. Obeziteti është përgjegjës për më shumë se 85,000 raste të kancerit të zorrës së trashë dhe 25,000 raste të kancerit të zorrës së trashë të diagnostikuar në vitin 2012, ose rreth 23% e të gjitha rasteve të kancerit kolorektal të diagnostikuar atë vit. Obeziteti gjithashtu rrit rrezikun e një personi për të zhvilluar të paktën shtatë lloje të tjera kanceri.

Humbja e qëllimshme e peshës, aktiviteti fizik dhe dietat e pasura me peshk, fruta dhe perime mund të zvogëlojnë rrezikun e një personi për të zhvilluar kancer kolorektal. Prania e skriningut të organizuar në vendin tonë rrit mundësinë e zbulimit të kancerit kolorektal kur ai është në fazën e hershme dhe kurative.

Përgatitur nga: Branka Krstev, punëtor i dipl. soc. / Reparti i mjekësisë sociale
Mars, 2022

Burimi: <https://www.iarc.who.int/featured-news/colorectal-cancer-awareness-month-2022/>