



Wrocław, 28 stycznia 2015 r.

Komunikat prasowy

Mówimy o raku coraz więcej. Ale badać się boimy

Czy nowotwór jest najgorszym, co może nas spotkać? Nie badamy się ze strachu lub wstydu. – Rak nadal jest traktowany jak choroba tajemnicza i wyjątkowo straszna. Tabu zostało już naruszone, ale trzeba je definitywnie złamać. Raka nie wolno się bać – mówi Jolanta Kwaśniewska, ambasadorka kampanii Rakoobrona prowadzonej przez Fundację Rosa.

Wielu Polaków traktuje ewentualną diagnozę raka jak wyrok śmierci. Dlatego wolą się nie badać i nie wiedzieć – unikają w ten sposób niepewności. Niektórzy są przekonani, że jeśli nie będą myśleli o nowotworach, to nie zachorują. Tak działa mechanizm tabu. Tymczasem nowotwory złośliwe można leczyć, a podstawą do walki z nimi jest wczesna diagnoza. O badaniach przesiewowych mówi się w Polsce coraz więcej, ale wielu z nas nadal ich nie robi. – *Informacje o profilaktyce onkologicznej są coraz łatwiej i szerzej dostępne, a z drugiej strony rak nadal jest postrzegany jako choroba, o której lepiej nawet nie myśleć. To pokazuje, jak wiele jest jeszcze do zrobienia* – mówi Jolanta Kwaśniewska.

Skalę problemu pokazują liczby. W ciągu ostatnich 30 lat liczba Polaków, którzy chorują na raka płuca wzrosła o prawie 100%, a liczba Polek aż o 400%. Dane WHO pokazują, że zarówno pod względem zachorowalności, jak i śmiertelności znajdujemy się w europejskiej czołówce. Dziś z powodu tego nowotworu umiera w naszym kraju więcej kobiet niż na raka piersi.

Przypadków czerniaka skóry jest dziś w Polsce 3 razy więcej niż 30 lat temu. Pod względem liczby zachorowań na tle krajów Unii Europejskiej wypadamy jeszcze nieźle – w 2012 roku odnotowano ich w Polsce 5,6 na 100 tys. mieszkańców (dane WHO). Dla porównania w Czechach 16,6, a w Holandii aż 24,4. Jednak pod względem umieralności dane te są już zbliżone – 2,8 dla Polski, przy 2,3 w Czechach i 3,9 w Holandii (także na 100 tys. osób).

Z kolei raka szyjki macicy co roku wykrywa się u około 4 tysięcy kobiet w naszym kraju. To o około 15% więcej niż średnio w krajach Unii Europejskiej, ale śmiertelność jest u nas wyższa aż o 70%. Co druga Polka chora na raka szyjki macicy umiera.



Dlaczego tak się dzieje? Nowotwory są w Polsce diagnozowane za późno, choć rak szyjki macicy czy czerniak skóry wykryte wcześniej są niemal całkowicie wyleczalne, a wczesne rozpoznanie raka płuca znacząco zwiększa szanse na przeżycie. Na przykład w przypadku raka szyjki macicy wystarczy regularnie wykonywać proste badanie cytologiczne przy okazji wizyty u ginekologa. Jednak wiele Polek uważa, że takie badanie to jak przyznanie się do niewłaściwego trybu życia. Nie wykonują cytologii, ponieważ za bardzo się wstydzą.

– Sytuacja z rakiem szyjki macicy to przykład na to, że tabu wokół nowotworów potrafi być szkodliwe. Nadal brakuje u nas świadomości, jak istotną jest profilaktyka. A przecież jeśli połączymy ją ze szczepieniami nastolatek przeciw wirusowi HPV, który wywołuje ten rodzaj raka, to jesteśmy w stanie niemal zupełnie pozbyć się go z Polski – dodaje Jolanta Kwaśniewska.

Profilaktyka to nie tylko regularne badania, lecz także styl życia. W przypadku ok. 30% nowotworów sami jesteśmy w stanie zmniejszyć ryzyko zachorowania. Tutaj również potrzebna jest edukacja uświadamiająca, jak duże znaczenie mają odpowiednia dieta i regularny ruch fizyczny, a przede wszystkim rezygnacja z wyjątkowo szkodliwych nawyków, jak palenie papierosów czy korzystanie z solarium.

– Z pełnym przekonaniem zaangażowałam się w kampanię Rakoobrona. Kampania pokazuje w nowoczesnej formie, że rak nie jest tajemniczą, przerażającą groźbą, lecz przedstawia profilaktykę onkologiczną jako jeden z elementów zdrowego trybu życia – mówi Jolanta Kwaśniewska. – To dobry sposób na to, żeby złamać tabu związane z nowotworami. Przemawia do ludzi w każdym wieku. Raka nie wolno się bać. Trzeba rozumieć, jakie są jego przyczyny i jak można zapobiegać zachorowaniu – podkreśla.

Kampania Rakoobrona jest skierowana do młodzieży i koncentruje się na edukacji w zakresie profilaktyki trzech groźnych nowotworów – raka płuca, czerniaka skóry i raka szyjki macicy. Dlaczego? Na te rodzaje raka chorują głównie ludzie starsi, ale złe nawyki kształtują się dużo wcześniej.

Program Rakoobrona przewiduje zajęcia edukacyjne w szkołach – dla uczniów klas II i III szkół gimnazjalnych oraz I-III szkół ponadgimnazjalnych. Dla szkół, które wyrażą zainteresowanie programem, Fundacja Rosa przygotowała profesjonalne materiały edukacyjne,



opracowane w atrakcyjnej dla młodych ludzi formie. Materiały są przekazywane bezpłatnie. Do programu mogą się zgłaszać szkoły z całej Polski.

Więcej o kampanii Rakoobrona: <http://www.rakoobrona.pl/>