# Dodatno gradivo za medije

# TEDEN BOJA PROTI RAKU: 4.–9. marec 2019

# »Evropski kodeks=manj raka«

# Osnovni podatki o raku v Sloveniji

*Dr. Maja Primic Žakelj, dr. med.*

*Predsednica Zveze slovenskih društev za boj proti raku*

# Povzetek

* *Podatki Registra raka RS kažejo, da v zadnjih letih zboli za rakom več kot 14.000 Slovenk in Slovencev, blizu 8.000 moških in več kot 6.000 žensk, umre pa več kot 6.000, približno 3.500 moških in 2.700 žensk; med nami živi več kot 100.000 ljudi, ki so kadarkoli zboleli zaradi ene od rakavih bolezni. Od rojenih leta 2015 bosta do svojega 75. leta starosti predvidoma za rakom zbolela eden od dveh moških in ena od treh žensk.*
* *Za leto 2018 je ocenjeno, da je v Sloveniji zbolelo 15.300 ljudi, 8.764 moških in 6.793 žensk.*
* *Kljub temu, da se ogroženost z rakom zmerno veča, je največja v starejših letih; od vseh rakavih bolnikov, zbolelih leta 2015, je 62 % moških in 60 % žensk zbolelo po 65. letu starosti. Ker se slovensko prebivalstvo stara, je samo zaradi vedno večjega deleža starejših pričakovati, da se bo število novih primerov raka še večalo.*
* *Najpogostejši raki pri nas (kože, prostate, debelega črevesa in danke, pljuč in dojke), ki predstavljajo skoraj 60 % vseh rakov, so povezani z nezdravim življenjskim slogom, čezmernim sončenjem, nepravilno prehrano, kajenjem in čezmernim pitjem alkoholnih pijač; ogroženost z njimi je treba zmanjšati z ukrepi primarne preventive.*
* *Presejalni programi za rake, ki jih priporoča Svet Evropske zveze (EZ) in smo jih uvedli tudi v Sloveniji, ter zgodnje odkrivanje, bodo zmanjšali umrljivost za rakom dojk, debelega črevesa in danke in rakom materničnega vratu; pri slednjih dveh bodo zmanjšali tudi incidenco.*
* *Petletno čisto preživetje odraslih slovenskih bolnikov s katero koli vrsto raka (brez nemelanomskega kožnega), ki so zboleli v obdobju 2011–2015, je že večje od 57 %.*

# Slovenija je bila po oceni za leto 2018 v prvi tretjini evropskih držav po zbolevnosti in umrljivosti za rakom (https://ecis.jrc.ec.europa.eu/):

* Kot ocenjujejo strokovnjaki Mednarodne agencije za raziskovanje raka, je bila Slovenija leta 2018 po incidenčni stopnji (starostno standardizirani na evropsko prebivalstvo) vseh rakov razen kožnega (598,8/100.000) na devetem mestu med 40 evropskimi državami.
* Pred nami so bile Madžarska, Irska, Norveška, Danska, Belgija, Francija, Anglija (UK) in Nizozemska.
* Po umrljivostni stopnji smo bili leta 2018 na sedmem mestu. Pred nami so bili Slovaška, Madžarska, Hrvaška, Poljska, Danska in Latvija.

**Osnovni podatki o raku v Sloveniji 2015 (Letno poročilo RRRS, dostopno na: https://www.onko-i.si/fileadmin/onko/datoteke/dokumenti/RRS/LP\_2015.pdf)**

* Leta 2015 je v Sloveniji za rakom zbolelo 14.329 ljudi (7.859 moških in 6.470 žensk). Od rojenih leta 2015 bosta do svojega 75. leta starosti predvidoma za rakom zbolela eden od dveh moških in ena od treh žensk
* Leta 2015 je za rakom umrlo 6.216 Slovencev, 3.484 moških in 2.732 žensk. Med nami je živelo 102.393 ljudi (46.168 moških in 56.225 žensk), ki so kadarkoli zboleli za eno od rakavih bolezni (prevalenca).
* **V splošnem se groba incidenčna in umrljivostna stopnja raka večata; g**roba incidenčna stopnja se je v zadnjih dvajsetih letih skoraj podvojila, v zadnjem desetletju se veča za 1 % povprečno letno (2,4 % pri moških in 1,6 % pri ženskah). Groba umrljivostna stopnja se veča za 1,0 % povprečno letno pri moških in 1,1 % letno pri ženskah.
* **Več kot polovica tega povečanja gre pripisati staranju prebivalstva,** saj ima z daljšo življenjsko dobo tudi več ljudi možnost dočakati to bolezen. Starostno standardizirana incidenčna stopnja kaže, da se tveganje raka veča počasneje. Spodbudno pa je, da se umrljivost zaradi raka (če ne upoštevamo staranja) manjša,  predvsem od sredine devetdesetih let, kar kaže na večjo uspešnost zdravljenja.
* Rak ni ena sama bolezen, temveč več sto različnih. Te lahko vzniknejo v vseh tkivih in organih človeškega organizma. Razlikujejo se po pogostosti, zdravljenju in izidu, imajo pa tudi različne bolj ali manj znane nevarnostne dejavnike. **Pet najpogostejših vrst raka pri nas – kožni (brez melanoma), rak prostate, pljuč, rak debelega črevesa in danke in dojke obsegajo skoraj 60 odstotkov vseh novih primerov rakavih bolezni.** Raki teh organov so sicer povezani z nezdravim življenjskim slogom, čezmernim sončenjem, nepravilno prehrano, kajenjem in čezmernim pitjem alkoholnih pijač, pa radonom v delovnih in bivalnih prostorih; ogroženost z njimi je treba zmanjšati z ukrepi primarne preventive. Pri moških je bil z 20,3 odstotka vseh rakov na prvem mestu rak prostate, sledili so mu kožni rak (brez melanoma), pljučni rak in debelega črevesa in danke. Pri ženskah je bil na prvem mestu rak dojk (20,4 %), sledili so mu kožni rak (brez melanoma), rak debelega črevesa in danke ter pljučni rak.
* **Med pogostejšimi rakavimi boleznimi** se je v zadnjih 10 letih pri moških najhitreje večala incidenčna stopnja (SS) rakov prostate in kože (melanom in nemelanomski rak). Manjšala pa se je incidenčna stopnja (SS) pljučnega in želodčnega raka Pri ženskah se je najhitreje večala incidenčna stopnja kožnega (obeh vrst) in pljučnega raka, manjšala pa se je incidenca raka materničnega vratu.
* Poseben izziv državam so **redke rakave bolezni** (opredeljene kot tiste, ki jih je manj kot **6/100.000)**. Skupaj so redki raki v Sloveniji v deset-letnem obdobju 2004–2013 predstavljali kar 23 % od vseh novo ugotovljenih primerov raka – letno je za njimi zbolelo okrog 2.880 bolnikov. Za te bolezni je značilno da so pogostejši pri otrocih in mladostnikih. Kot pri vseh redkih boleznih so tudi pri redkih rakih težave podobne, saj jih pozno in težko diagnosticirajo, njihov nastanek in možnosti zdravljenja so slabo raziskani ali pa najustreznejše zdravljenje ni dostopno. Njihovo zdravljenje mora biti zaradi zadostne izkušenosti omejeno na en sam državni onkološki center.
  + **Petletno čisto preživetje**moških bolnikov s katerokoli vrsto raka razen nemelanomskega kožnega, ki so zboleli v obdobju 2011–2015, je bilo že 55,5-odstotno, žensk pa 59,2-odstotno in se z leti veča.

**(Več v Letnem poročilu RRRS, dostopno na:** [**https://www.onko-i.si/fileadmin/onko/datoteke/dokumenti/RRS/LP\_2015.pdf/**](https://www.onko-i.si/fileadmin/onko/datoteke/dokumenti/RRS/LP_2015.pdf/) **ter na spletišču Slora:** [**www.slora.si**](http://www.slora.si)**)**