**Izjava za medije OI ob pričetku rožnatega oktobra – meseca boja proti raku dojk**

**dr. Simona Borštnar, dr. med., internistka onkologinja, Sektor internistične onkologije OI**

***Izjava:***

‘’Spodbudna novica v obravnavi raka dojk je, da se presejalni program DORA uspešno širi na vse večji del države. V program DORA je trenutno vključenih že dve tretjini vseh slovenskih žensk med 50 in 69 letom. Dobra novica je tudi , da so po zapletih v preteklem letu sedaj dostopna vsa zdravila, ki so registrirana pri Evropski agenciji za zdravila. Nadejamo se, da bo tudi vnaprej tako. Kot slovensko zdravstvo v celoti,pa se žal spopadamo s pomankanjem zdravnikov, predvsem s kritičnim pomanjkanjem internistov onkologov, ki vodijo vsa zahtevnejša sistemska zdravljenja. Ob dejstvu, da se incidenca raka dojk se še vedno povečuje, sistemska zdravljenja pa so vedno kompleksnejša in daljša, to vodi v skrajševanje časa namenjenega posamezni bolnici in posledično slabši oskrbi. Pri zdravljenju raka dojk namreč že dolgo ni pomembno samo to, da bolnica preživi, pač pa tudi, da zdravljenje preživi kakovostno, z dobro obvladanimi neželenimi učinki in brez kasnih posledic. S skrajševanjem časa ambulantnih pregledov, v kar smo žal prisiljeni, niso zadovoljni bolniki, ravno tako pa tudi ne zdravniki, saj se med njimi veča obolevnost in žal tudi izgorelost.’’

***Podatki:***

**Epidemiologija raka dojk**

Rak dojk je v Sloveniji pomemben javno-zdravstveni problem. Vsak dan za rakom dojk zbolijo 3 do 4 bolnice, umre pa ena. V naši državi živi več kot 15.000 žensk, ki so se ali pa se trenutno zdravijo zaradi raka dojk. Verjetnost, da bo Slovenka zbolela za to boleznijo do 75. leta starosti, je 7-%. Najpogosteje za rakom dojk zbolevajo ženske od 50. do 65. leta.

**Najpogostejše vrste raka dojk**

V grobem govorimo o neinvazivnih rakih (okoli sto na leto) in invazivnih rakih (1200 do 1300 letno). Med invazivnimi raki pa te v grobem ločimo na hormonsko odvisne in hormonsko neodvisne ter HER2-pozitivne in HER2-negativne. Hormonska odvisnost pomeni, da so na rakavih celicah prisotni estrogenski in/ali progesteronski receptorji. Večina, kar tri četrtine rakov dojk je hormonsko odvisnih. HER2-pozitivnost pa pomeni, da so na rakavi celici prekomerno izraženi receptorji, ki prek rastnih dejavnikov sprejemajo signale za razmnoževanje rakavih celic. HER2-pozitivnih rakov je okoli 15-20 %. Če rakave celice ne izražajo niti estrogenskih in /ali progesteronskih niti HER2-receptorjev, pa govorimo o t.i. trojno negativnih rakih. Teh je okoli 15-20 %.

**Dejavniki tveganja za nastanek raka dojk**

Dejavniki tveganja so: spol (ženska 100-krat pogosteje zboli kot moški), starost (čim starejša je, večje je tveganje, da bo zbolela), prejšnji rak dojk, nekatere benigne spremembe v dojkah, starost ob prvi menstruaciji in ob menopavzi (nekoliko se poveča tveganje ob prvem perilu pred 12. letom in menopavzi po 55. letu), predhodno obsevanje prsnega koša (npr. zaradi raka v otroštvu), rodnost, starost ob prvem porodu in število porodov (večje je tveganje, če niso rodile ali pa so prvič rodile kasno), nekoliko pa poviša tveganje tudi jemanje hormonskih kontracepcijskih sredstev in nadomestnega hormonskega zdravljenja, debelost po menopavzi ter prekomerno pitje alkohola.

**Dedni rak dojk**

Ženske, pri katerih je sorodnica prvega reda (mati ali sestra) zbolela za rakom dojk, imajo dva- do trikrat večja nevarnost, da bodo tudi same zbolele. Pet odstotkov vseh rakov dojk je dednih, to pomeni, da je pri taki bolnici prisotna okvara genov BRCA1 in/ali 2 ali nekaterih drugih genov.

**Zgodnje odkrivanje raka dojk**

Samopregledovanje je pomembno ne glede na starost. Tako lahko zgodaj zatipamo zatrdline in opazimo spremembe, na katere morda sicer ne bi bile pozorne. Predmenopavzne ženske naj samopregled izvedejo med 7. in 14. dnem menstrualnega ciklusa, pomenopavzne ženske pa naj si izberejo določen dan v mesecu.

Treba je sistematično pretipati obe dojki, pa tudi pazduhi in nadključnični loži. Poleg novo nastalih zatrdlin je potrebna tudi pozornost glede spremembe v velikosti in obliki dojk ter barvi kože, uvlečenost bradavice ali izcedek iz nje.

V starostni skupini 50 do 69 let pa vsekakor priporočamo odziv na vabilo na presejalno mamografijo v presejalnem programu [DORA](http://dora.onko-i.si/domov/index.html?no_cache=1).

**Preventiva**

Za preprečevanje raka dojk in drugih rakov veljajo podobni ukrepi kot za preprečevanje kroničnih bolezni, kot so npr. bolezni srca in ožilja, to je zdrav življenjski slog. Sem spada največ zmerno uživanje alkohola in izogibanje kajenju. Tveganje raka dojk znižuje redna telesna aktivnost in vzdrževanje normalne telesne teže.