

Svit



spašava živote



**DRŽAVNI PROGRAM PROBIRA
I RANOG OTKRIVANJA
PREKANCEROZNIH PROMJENA
I RAKA DEBELOG CRIJEVA
I REKTUMA**

Vrijeme je da mislite na sebe.

Rak debelog crijeva i rektuma – skriveni ubojica

Od raka debelog crijeva ili rektuma u Sloveniji godišnje oboli oko 1600 ljudi. Nažalost, mnogo ljudi zbog tog raka i umre – je bolest otkriju prerano. Naime, taj se rak u tijelu razvija više godina bez vidljivih znakova bolesti, a kad se pojave propoznatljivi simptomi, bolest je često u vrlo uznapredovaloj fazi kad je liječenje teško.

Ne samo da se rak debelog crijeva ili rektuma može potpuno izliječiti ako je otkriven dovoljno rano, nego ga možemo i spriječiti ako otkrijemo i uklonimo prekancerozne promjene na sluznici crijeva – polipe.

Dugogodišnja iskustva liječnika u inozemstvu i Sloveniji pokazuju da je teret raka debelog crijeva ili rektuma moguće vrlo smanjiti **redovitim testiranjem na skrivenu krv u stolici.** Naime, takvo testiranje omogućuje otkrivanje i uklanjanje polipa te otkrivanje bolesti u samoj početnoj fazi kad je potpuno izlječiva.

Zato od 2009. godine u Sloveniji imamo Program Svit koji je namijenjen muškarcima i ženama u dobi od 50 do 74 godine.

Sudjelovanje u Programu Svit pokriva vaše osnovno zdravstveno osiguranje jer troškove provedbe tog programa snosi Zavod za zdravstveno osiguranje Slovenije.

Program se provodi pod pokroviteljstvom Ministarstva zdravlja Republike Slovenije, a provodi ga Nacionalni institut za javno zdravstvo.

Redovitim testiranjem možete si spasiti zdravlje i život!

NIKAKO NEMOJTE ODBITI POZIV – TESTIRAJTE SE!

**RAK DEBELOG CRIJEVA I REKTUMA VRLO JE ČESTA
I VRLO TIHA BOLEST KOJA SE U TIJELU MOŽE
RAZVIJATI GODINAMA BEZ VIDLJIVIH ZNAKOVA.**

Proteklih godina Programu Svit otkrili smo polipe ili ranu fazu raka kod mnogih kojima nije bilo ni nakraj pameti da bi mogli biti bolesni. Ti su ljudi najbolji svjedoci koliko je važan Program Svit koji je mnogima spasio život.

Kad sam dobio poziv u Program Svit, neko vrijeme sam odgađao prije nego što sam odlučio sudjelovati. Nakon obavljenog testiranja dobio sam pozitivan nalaz. U stolici su našli krv! Danas sam zdrav. Imam dvoje djece i da se nisam odazvao na poziv Programa Svit, njihov život danas bi bio potpuno drugačiji. Čak i ako je testiranje malo neugodno, od esencijalnog je značenja da ga obavite jer bi inače moglo biti prekasno.

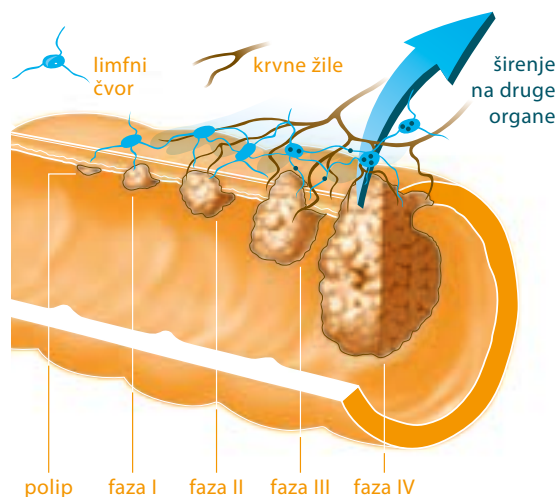


Za zdravlje se svakako vrijedi potruditi. Ja sam srećom zdrav – ali se u Programu Svit redovito testiram jer želim i ostati zdrav. Kada znamo način kako izbjeći podmuklu opasnost jedino je pametno da to i učinimo!

Viki Grošelj, alpinist

Kako se bolest odvija

Rak debelog crijeva i rektuma ugrožava i muškarce i žene. Taj oblik raka najčešće se razvije iz prekanceroznih promjena na sluznici – polipa. Stanice inače bezopasnog polipa s godinama se mogu promijeniti tako da se iz polipa razvije rak. Bolest napreduje sporo i vrlo skriveno. Ako je rak još ograničen samo na polip, lako se može odstraniti i onkološko liječenje često uopće nije potrebno. A ako bolest napreduje i počne se krvnim žilama i limfnim čvorovima širiti po tijelu, liječenje je može biti vrlo teško i nažalost ne uvijek uspješno. Zato promjene u debelom crijevu treba otkriti što prije!



Faze razvoja raka debelog crijeva

Rizik od razvoja tog raka povećavaju: kronična upala crijeva, obiteljska sklonost razvoju polipa, pušenje, konzumiranje alkohola, premalo kretanja, neuravnotežena prehrana, prekomjerna tjelesna težina i prekomjerno konzumiranje crvenog mesa.

Tko je najugroženiji

Rizik od oboljenja od raka debelog crijeva ili rektuma povećava se s dobi. Najviše oboljelih starije je od 50 godina, ali nažalost, ta bolest može pogoditi i mlađe.

Posebno su ugroženi:

- najbliži krvni srodnici bolesnika koji su od raka debelog crijeva ili rektuma oboljeli prije 60. godine (ako je obolio otac, majka, brat ili sestra),
- bolesnici s kroničnom upalnom crijevnom bolešću i
- bolesnici kod kojih su u tijelu već otkriveni polipi.

BUDUĆI DA PATOLOŠKE PROMJENE U TIJELU NE KRVARE CIJELO VRIJEME, VRLO JE VAŽNO DA U PROGRAMU SVIT SUDJELUJETE SVAKE DVIJE GODINE. TAKO SE POVEĆAVA MOGUĆNOST DA MOGUĆE KRVARENJE OTKRIJEMO PRAVODOBNO.



Kad je moja majka saznala da ima rak debelog crijeva odmah je počela s intenzivnim liječenjem koje je trajalo 2 godine. A pribjegli je i alternativnoj medicini. Bilo je prekasno. Majku sam izgubila kad sam imala 20 godina. Vjerujem da joj je odgovarajući stil života i raniji pregled mogao spasiti život.



Katja Lihtenvalner

Kako se možete uključiti u Program Svit

1. Što prije popunite i potpišite Izjavu o dobrovoljnom sudjelovanju i pošaljite je u Centar Svit.
2. Ako zadovoljavate kriterije za sudjelovanje u programu probira, poštom ćete dobiti dva kompleta za uzimanje uzoraka stolice. U privatnosti svojega doma prema uputama ćete uzeti dva uzorka i predati ih na poštu u priloženoj omotnici.
3. U središnjem laboratoriju Programa Svit izvršit ćemo analizu i utvrditi je li u uzorcima stolice prisutna krv.
4. Rezultat pretrage dobit ćete poštom u roku od oko tjedan dana.

Ako u uzorcima stolice ne otkrijem krv, nalaz će biti **negativan**.

To znači da u crijevu vrlo vjerojatno ne događa ništa neuobičajeno – na testiranje ćemo vas ponovo pozvati tijekom dvije godine, a zatim ćemo vas pozivati svake dvije godine dok ne navršite 74 godine. Nažalost, nijedna pretraga nije potpuno pouzdana, zato svejedno treba detaljno pratiti funkcioniranje tijela, a osobito redovitost stolice.

Program Svit spasio mi je život jer su zaposleni u programu bili ustrajni; na tome ću im uvijek biti zahvalna. Nakon kolonoskopije vrijeme se zaustavilo, dijagnoza rak stigla je tihim koracima. Zatim se sve odvijalo brzinom svjetlosti: bolnica, operacija, nalazi. Jedva percipiram što se dogodilo. Suđeno mi je da najgori scenarij nije dogodio. Ne odbijajte poziv za uzimanje uzorka stolice, i vi si spasite život!



Koji znakovi mogu značiti da je u crijevu došlo do patoloških promjena

- Vidljivo krvarenje u stolici,
- promjena u načinu pražnjenja (vrlo tanka stolica, zatvori nakon kojih slijedi proljev, crna stolica),
- teška ili ponavljajuća bol u trbuhu i
- nenamjerni gubitak tjelesne težine.

AKO SE POJAVE TAKVI PROBLEMI, ODMAH SE MORATE SAVJETOVATI SA SVOJIM IZABRANIM OSOBNIM LIJEČNIKOM.

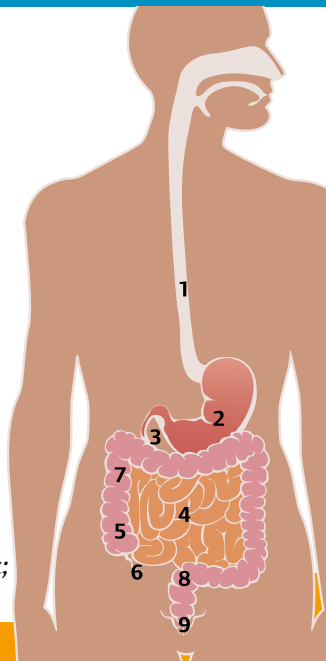
A što ako u uzorcima stolice otkrijemo krv

Ako je rezultat pretrage u Programu Svit **pozitivan**, znači da smo u uzorcima stolice našli krv. To nikako ne znači da imate rak – znači samo da je u crijevu došlo do krvarenja. Zato hitno treba utvrditi zašto je u stolici krv.

Detaljna pregled debelog crijeva koji će objasniti uzroke krvarenja zove se kolonoskopija.

Uzrok krvarenja uglavnom su polipi, tvorbe sluznica iz kojih se s godinama može razviti rak. Moglo bi ih se nazvati tempiranom bombom, zato ih treba ukloniti.

1 jednjak; 2 želudac; 3 dvanaesnik;
4 tanko crijevo; 5 slijepo crijevo; 6 crvuljak;
7 debelo crijevo; 8 rektum; 9 anus



Kolonoskopija

Iskustva dosadašnje provedbe Programa Svit pokazala su da kod oko 6 % ljudi koji se uključe u Program Svit u uzorcima stolice otkrijemo krv. Svima koji dobiju pozitivan nalaz testiranja na skrivenu krv u stolici savjetujemo da u Programu Svit obave kolonoskopiju. Kod te pretrage liječnik specijalist savitljivom cjevčicom debljine prsta na kojoj je mala kamera pregleda debelo crijevo koje prije pretrage mora biti dobro očišćeno. Ako liječnik otkrije polipe, uglavnom ih već tijekom pretrage može ukloniti, što je potpuno bezbolno. Uzete uzorke tkiva šalje i na detaljan mikroskopski pregled.

Ako bude potrebna kolonoskopija, najprije ćete posjetiti svojega izabranog osobnog liječnika. Zajedno ćete napraviti plan o tome kako ćete obaviti pregled koji za sudionike Programa Svit organizira središnja jedinica programa. Nazvat ćete pozivni centar Programa Svit i putem telefona dogovoriti datum pregleda u jednom od ovlaštenih Svitovih kolonoskopskih centara koji su raspoređeni po cijeloj Sloveniji. Riječ je o dijagnostičkim centrima koji zadovoljavaju najstrože kriterije kvalitete obavljanja takvih pregleda.

Pregled je malo neugodan, ali za većinu ljudi bezbolan.



A što ako se ispostavi da je riječ o raku

Ako se detaljnom pretragom ispostavi da se u crijevu nalaze kancerozne promjene, odmah će se početi liječenje. Provodit će se pod vodstvom vrhunskih stručnjaka za liječenje raka u suradnji s pacijentovim izabranim osobnim liječnikom.

Suvremena medicinska dostignuća i metode liječenja omogućuju da se rak debelog crijeva ili rektuma potpuno izliječi – samo ako je otkriven dovoljno rano. Što prije – to bolje!

PRIJE NEGO ŠTO SMO U SLOVENIJI POČELI PROVODITI PROGRAM SVIT BILO JE SAMO 12 % SLUČAJEVA RAKA DEBELOG CRIJEVA OTKRIVENIH U RANOJ FAZI – A U PROGRAMU SVIT VIŠE OD 70 % SLUČAJEVA RAKA OTKRIJEMO TOLIKO RANO DA ONKOLOŠKO LIJEČENJE UOPĆE NIJE POTREBNO.

NE BOJTE SE SVIJETA U SVOJEM TIJELU! TESTIRAJTE SE!

Redovito testiranje na skrivenu krv u stolici vrlo je važno ulaganje u zdravlje. Zato je vrlo važno da se u Program Svit uključite svaki put kad budete pozvani.

Kolonoskopija je pokazala da imam više velikih polipa. Bez programa probira ništa ne bih naslutila i vjerojatno bi loše završilo. A zaslugom tog programa mogu nasmijana hodati svijetom. Nadam se da će moje iskustvo potaknuti sve koji možda oklijevaju o tome bi li se uključili u Program Svit i bi li išli na kolonoskopiju. Učinite to i spasite svoje zdravlje!



Amalija Falež

Što možemo učiniti da uopće ne obolimo

- Redovito sudjelovati u Programu Svit i drugim programima probira.
- Odlučiti se za zdrav način života. Mnogo se kretati, održavati normalnu tjelesnu težinu, zdravo se hraniti.
- Odreći se pušenja, štetnog pijenja alkohola i drugih štetnih navika.
- Poslušati svoje tijelo i kod problema s crijevom posjetiti svojeg liječnika.
- I druge poticati na takvo postupanje.



Zahvaljujući Programu Svit dijagnosticiran mi je rak koji sam uspješno pobijedila. Svima koji dobiju poziv preporučujem – prihvatite ga! Samo malo dobre volje potrebno je da se uvjerite kakvo je vaše zdravlje. Preventivni program koji nam je na raspolaganju neprocjenjiv je.

Marija Lili Gričar

Otkad u Sloveniji imamo Program Svit mnogi slučajevi raka otkriveni su u ranom stadiju. Kod takvih pacijenata operacije su lakše, a prognoza mnogo bolja. Zato nemojte odbiti poziv za preventivni program koji vam može sačuvati život!

*Prim. dr. Franc Jelenc,
predstojnik Kliničkog odjela
za abdominalnu kirurgiju UKC Ljubljana*



O državnom programu ranog otkrivanja prekanceroznih promjena i raka debelog crijeva i rektuma u Sloveniji

Program Svit zove se državni program probira jer se ranijim otkrivanjem prekanceroznih promjena smanjuje vjerojatnost obolijevanja od raka debelog crijeva i rektuma te povećava mogućnost preživljavanja bolesnika s otkrivenim rakom.

Program su omogućili Ministarstvo zdravlja Republike Slovenije i Zavod za zdravstveno osiguranje Slovenije. Sudjelovanje u Programu Svit pokriva obvezno zdravstveno osiguranje. Poziv u program dobivaju žene i muškarci u dobi od 50 do 74 godine. Testiranje u Programu Svit treba obavljati svake dvije godine do navršene 74 godine.

Program Svit kvalitetna je zdravstvena usluga koja slijedi preporuke Europske komisije i uzima u obzir otkrića suvremene struke i iskustva najuspješnijih preventivnih programa ranog otkrivanja prekanceroznih promjena i raka u državama Europske unije i drugdje u svijetu. Program Svit osigurava kvalitetu svih usluga, od probirnih i dijagnostičkih postupaka do liječenja otkrivenog raka.

Pozivanje u program i laboratorijske pretrage stolice na skriveno krvarenje

ponavljamo svake dvije godine. Analize uzoraka stolice obavljamo u središnjem laboratoriju Programa Svit za cijelu Sloveniju. O pozitivnim rezultatima odmah obavještavamo sudionike i njihove izabrane osobne liječnike, a o negativnim samo sudionike. Izabrane osobne liječnike jednom godišnje obavještavamo o svim njihovim pacijentima koji su sudjelovali u programu.

Kolonoskopije obavljaju posebno osposobljeni specijalisti internisti – gastroenterolozi i kirurzi u posebno organiziranim centrima po cijeloj Sloveniji. Preglede uklonjenih tkiva obavljaju specijalisti histopatolozi. Liječenje provode specijalisti u različitim medicinskim centrima.

Stručnu kvalitetu Programa Svit nadzire vijeće programa koje čine priznati specijalisti različitih struka. Nositelj Programa Svit je Nacionalni institut za javno zdravstvo koji provodi, vodi i koordinira program, a u provedbi programa sudjeluje zdravstveno osoblje mnogobrojnih zdravstvenih ustanova iz cijele Slovenije.

Za dodatne informacije u vezi s Programom Svit možete:

- svaki dan od 9 do 14 sati nazvati na telefonski broj pozivnog centra Programa Svit 01 620 45 21;
- pisati na adresu Program Svit, p. p. 241, 1001 Ljubljana ili svit@nijz.si odnosno poslati telefaks na broj 01 620 45 29;
- posjetiti internetsku stranicu Programa Svit www.program-svit.si;
- posjetiti kontaktnu točku Programa Svit u preventivnom centru svojeg doma zdravlja ili
- posjetiti svojega izbranog osobnog liječnika.

Po vašoj želji možemo vam poslati materijal o Programu Svit i na talijanskom ili mađarskom jeziku. Zvučni materijal i materijal na slovenskom znakovnom jeziku dostupni su na internetskoj adresi www.program-svit.si gdje ćete naći i druge zanimljive informacije.

Nadamo se da ste se već odlučili za testiranje u Programu Svit.

Sa željom da donesete mudru odluku za svoje zdravlje, lijepo vas pozdravljamo.

Suradnici Programa Svit



Nacionalni inštitut
za **javno zdravje**

Center Svit
P.P. 241, 1001 Ljubljana
telefon 01 620-45-21
telefaks 01 620-45-29
svit@nijz.si
www.program-svit.si