



Warszawa, dn. 19 listopada 2020r.

## W Światowy Dzień Raka Trzustki o Potrzebie Wczesnej Diagnostyki.

**Ponad 95 organizacji z 35 krajów 19 listopada apelować będzie o zwiększenie świadomości na temat czynników ryzyka i objawów raka trzustki.**

Rak trzustki ma najniższy wskaźnik przeżycia spośród częstych nowotworów złośliwych. Dlaczego tak się dzieje? *Ponieważ nowotwór ten trudno diagnozować i nie łatwo leczyć - mówi prof. Lucjan Wyrwicz. Trzustka nie jest narządem łatwo dostępnym do badania. Jednocześnie – objawy raka trzustki zwykle ujawniają się w momencie znacznego zaawansowania choroby, kiedy trudno jest mówić o możliwości łatwej operacji. Na raka trzustki zwykle nie chorują osoby młode, często mamy do czynienia z licznymi chorobami towarzyszącymi. To w całości powoduje, iż operacyjne usunięcia raka trzustki jest możliwe tylko u małej części chorych.*

Bardzo niewiele osób zna czynniki ryzyka raka trzustki, mało kto zna objawy i nie kojarzy ich z groźną chorobą nowotworową. W konsekwencji prowadzi to do diagnozy raka trzustki w jego zaawansowanym już stadium.

*„W Światowym Dniu Raka Trzustki jednoczymy się w ogólnoswiatowych działaniach na rzecz podniesienia poziomu świadomości jednego z najbardziej śmiertelnych nowotworów.”* powiedziała Julie Fleshman Prezes Światowej Koalicji Raka Trzustki (ang. World Pancreatic Cancer Coalition WPCC) *”Istnieje bardzo pilna potrzeba wczesnego rozpoznania tego raka. Nie ma jednak testu wykrywającego go na wczesnym etapie. Jeśli coraz więcej ludzi pozna czynniki ryzyka i objawy raka trzustki, pacjenci będą mieli więcej czasu, aby poddać się skutecznemu leczeniu i otrzymać wsparcie, dzięki któremu będą mogli podjąć walkę z chorobą.”*

*„Inicjatywa Światowej Koalicji Raka Trzustki, realizowana jest również w Polsce przez Fundację EuropaColon Polska, która jest członkiem World Pancreatic Cancer Coalition. Przewodnie hasło tegorocznej kampanii to: „Najwyższy czas” i jednoznacznie podkreśla rolę czasu w diagnozie raka trzustki, bowiem wczesne wykrycie tego nowotworu zwiększa szansę na skuteczną interwencję chirurgiczną i dalsze leczenie.”* – wyjaśnia Iga Rawicka Wiceprezes Fundacji EuropaColon Polska, członkini World Pancreatic Cancer Day Committee. *„Każdego dnia, ponad 1,257 osób na świecie jest diagnozowanych na raka trzustki, a szacuje się, że 1,184 umrze z powodu tej choroby. Rak trzustki charakteryzuje się najniższym wskaźnikiem przeżycia i wynosi w różnych krajach od 8% do 14%. W Polsce dziennie diagnozę raka trzustki słyszy 10 osób, a 5-letnie przeżycia wynoszą poniżej 10%. Niestety wykrywamy tego raka zbyt późno, dlatego też szanse na wyleczenie są tak niskie.”* - dodaje Rawicka.

Kluczem do wczesnego rozpoznania raka trzustki jest wiedza na temat czynników ryzyka i objawów, które często nie są kojarzone z chorobą i mogą być przypisane do innych, mniej poważnych i bardziej

**19 LISTOPADA 2020**



powszechnych chorób. Zatem to najwyższy czas, aby dowiedzieć się więcej i odpowiednio wcześniej reagować. Najczęstsze objawy raka trzustki to bóle w środkowej części pleców, niewyjaśniony spadek masy ciała, żółtaczka (pożółkła skóra i białka) i nieustępujące bóle brzucha. Warto również zwrócić uwagę na świeżo rozpoznaną cukrzycę typu 2. Sama cukrzyca też może być jednym z czynników ryzyka zachorowania na raka trzustki, zwłaszcza, gdy u osób z wyrównanymi poziomami cukru we krwi obserwuje się nagłe zmiany tych wartości. Podczas kiedy nieznane są dokładne przyczyny leżące u podstaw większości przypadków raka trzustki istnieją dowody, że palenie, nadwaga i otyłość oraz historia raka trzustki w rodzinie i przewlekłe zapalenie trzustki mogą wpłynąć na wzrost ryzyka rozwoju choroby. Każda osoba, która doświadcza jednego lub więcej z powyższych objawów powinna zgłosić się pilnie do lekarza, kiedy zabieg chirurgiczny jest nadal możliwy i daje większe szanse przeżycia przez następne pięć lat albo dłużej.

Do wczesnej reakcji na niepokojące objawy zachęca prof. Wyrwicz: *„Pandemia COVID-19 nie zachęca pacjentów do spotkania z lekarzem. W przypadku raka trzustki tempo działania jest kluczowe. Przykładowo – udowodniono, iż aby operować raka trzustki badania kwalifikacyjne nie powinny być „za stare”, przy czym dopuszczalny czas opóźnienia wynosi trzy tygodnie. Tymczasem – do onkologa zgłaszają się osoby, które pierwsze objawy odczuwały przed kilkoma miesiącami. Niestety – rak trzustki nie poczeka. Codziennie w Klinice Onkologii i Radioterapii Narodowego Instytutu Onkologii przy ul. Wawelskiej w Warszawie oczekujemy na naszych pacjentów – proszę pamiętać, iż do onkologa można się zgłosić bez skierowania. W przypadku podejrzenia raka trzustki lekarz rodzinny może wystawić tzw. „zieloną kartę”, która dodatkowo może przyspieszyć diagnostykę nowotworu. Nie bójmy się pójść do lekarza jeśli odczuwamy niepokojące objawy.”*

*„Z powodu pandemii borykamy się z jednej strony z utrudnionym dostępem do lekarzy zarówno pierwszego kontaktu jak i specjalistów. Z drugiej strony obawiamy się wizyty właśnie z powodu ryzyka zakażenia się wirusem SARS-CoV-2. Apelujemy o rozwagę i nieodwlekanie wizyt. Wiele z nich może odbyć się online. Kiedy potrzebna będzie diagnostyka, przy zachowaniu reżimu sanitarnego powinniśmy się poddawać badaniom. W raku trzustki chodzi o natychmiastowe działanie.”* - argumentuje Iga Rawicka

W dniu 19-ego listopada, Fundacja EuropaColon Polska oraz Światowa Koalicja Raka Trzustki chciałyby zmobilizować wszystkich, by pomogli podnieść poziom świadomości o czynnikach ryzyka i objawach raka trzustki. **Założ na siebie coś fioletowego i prześlij nam swoje zdjęcie** elektronicznie dowolnym kanałem: Facebook, Twitter, Instagram, email: [kontakt@europacolompolska.pl](mailto:kontakt@europacolompolska.pl) Zapraszamy na nasze strony internetowe, na profile social media. Zachęcamy do udostępniania infografik kampanii, aby jak najwięcej osób mogło zapoznać się z przekazem na temat wczesnej diagnozy raka trzustki. **W czwartek na fioletowo zostanie podświetlony wiadukt w Gdańsku w ciągu ul. Kościuszki na wysokości CH Galeria Bałtycka, Stadion Wrocław we Wrocławiu i Most Śląsko-Dąbrowski w Warszawie.** To pierwszy polskie obiekty, który wezmą udział w naszej ogólnoswiatowej kampanii.

**19 LISTOPADA 2020**



### Rak trzustki objawy i ryzyko

Ważne jest, aby każdy odczuwając pewne objawy zwrócił uwagę, czy nie sugerują one raka trzustki. Wcześniejsza diagnoza z pewnością daje większe szanse na dłuższe przeżycie a nawet na wyleczenie. Niestety wciąż brak skutecznego badania przesiewowego w kierunku wykrycia raka trzustki. Dlatego tak ważna jest świadomość sygnałów ostrzegawczych i szybka reakcja. Szacuje się, że już niedługo rak trzustki będzie drugą przyczyną zgonów wśród nowotworów.

**Ból w obrębie jamy brzusznej lub pleców** - ból w górnej części brzucha lub w połowie pleców może być spowodowany przez guz, który naciska lub atakuje nerwy lub narządy w pobliżu trzustki. Ból może również powstać, jeśli nowotwór blokuje przewód pokarmowy.

**Problemy trawienne** - utrata apetytu lub zmiana nawyków żywieniowych, ochota na inne niż zwykle potrawy, niestrawność i nudności, zmiany w wyglądzie stolca, utrata masy ciała. Niektóre lub wszystkie te objawy mogą wystąpić, gdy guz w trzustce naciska na żołądek lub początek jelita cienkiego.

**Żółtaczka** (zażółcenie skóry i (lub) oczu) ze świądem lub bez spowodowane nadmiarem bilirubiny (składnika żółci) we krwi. Guz w głowie trzustki może powodować zwężenie przewodu żółciowego i blokować przepływ żółci z pęcherzyka żółciowego do jelita cienkiego. Zaobserwować można również nieprawidłowo ciemny moc i lekkie lub tłuszczowe stolce.

**Zapalenie trzustki i niedawno rozpoznana cukrzyca** - badania sugerują, że nagły początek cukrzycy typu 2 u osób w wieku 50 lat lub starszych może być wczesnym objawem raka trzustki, szczególnie u tych, które mają niski wskaźnik masy ciała (BMI), doświadczają ciągłej utraty masy ciała lub nie mają historii rodzinnej cukrzycy. Nagła zmiana poziomu cukru we krwi u chorych na cukrzycę, u których wcześniej występowała dobrze kontrolowana cukrzyca, może być również objawem raka trzustki.

Powyższe objawy powinny zaniepokoić i skłonić do skontaktowania się z lekarzem w celu wykluczenia raka trzustki lub jak najwcześniejszej diagnozy.

### Czynniki ryzyka zachorowania na raka trzustki:

Choć przyczyn większości przypadków raka trzustki nie znamy to naukowcy zidentyfikowali kilka czynników ryzyka, które mogą zwiększać prawdopodobieństwo rozwoju raka trzustki.

- Rodzinna historia raka trzustki (5-10%)
- Historia rodzinna innych nowotworów
- Cukrzyca
- Zapalenie trzustki (przewlekłe i dziedziczne)
- Palenie
- Otyłość
- Wiek
- Sposób odżywiania

19 LISTOPADA 2020



###

### Fundacja EuropaColon Polska

Fundacja EuropaColon Polska należy do europejskiej społeczności działającej w ramach Digestive Cancers Europe (poprzednio EuropaColon). Możliwość korzystania z międzynarodowego know-how, kontaktów z organizacjami pacjentów na całym świecie, daje niepowtarzalną okazję wykorzystania i dzielenia się wiedzą i doświadczeniem z korzyścią dla pacjentów. Działania Fundacji nakierowane są na choroby układu pokarmowego z naciskiem na choroby onkologiczne – rak jelita grubego, żołądka i przełyku, trzustki oraz wątroby. Fundacja jest członkiem międzynarodowych organizacji działających w obszarze raka trzustki: Pancreatic Cancer Europe, World Pancreatic Cancer Coalition, a także European Cancer Patient Coalition, GI Cancer Alliance, Global Colon Cancer Association oraz Polska Koalicja Pacjentów Onkologicznych i Polska Koalicja Medycyny Spersonalizowanej.

Facebook: <https://www.facebook.com/EuropaColonPolska/>

Twitter: <https://twitter.com/EuColonPolska>

Instagram: EuropaColonPolska

<https://europacolompolska.pl/>

<https://www.digestivecancers.eu/pancreatic-cancer-map/>

Kontakt dla mediów: Iga Rawicka; [iga@europacolompolska.pl](mailto:iga@europacolompolska.pl); tel. 600 600 166

19 LISTOPADA 2020