



## ***Nie ignoruj sygnałów ostrzegawczych. W raku trzustki liczy się czas.***

### ***Żądaj więcej i oczekuj zmian na lepsze.***

Informacja prasowa

Warszawa, dn. 14 listopada 2018r.

W Światowy Dzień Raka Trzustki, czwartek, 15 listopada, ludzie na całym świecie wezmą udział w działaniach mających na celu podniesienie świadomości społecznej na temat objawów i ryzyka wystąpienia raka trzustki pod hasłem „**Żądaj więcej**”. Każdego dnia u ponad 1250 osób na całym świecie zostanie zdiagnozowany raka trzustki, a szacunkowo 1180 osób umrze z powodu tej choroby. W Polsce mówimy o 3600 nowych przypadków rocznie. Rak trzustki ma najniższy wskaźnik przeżywalności wśród wszystkich głównych nowotworów. To jedyny nowotwór z jednocyfrowym pięcioletnim wskaźnikiem przeżycia (2-9 procent) niemal na całym świecie. Te dane to nie tylko statystyki, ale stojący za nimi chorzy, członkowie ich rodzin i przyjaciele. Szacuje się, że już niedługo rak trzustki będzie drugą przyczyną zgonów wśród nowotworów.

*"Objawy raka trzustki są dość mało charakterystyczne, nie ma ustalonej populacji o istotnie podwyższonym ryzyku do objęcia odpowiednim nadzorem co skutkuje tym, że choroba jest nadal słabo rozpoznawana, dlatego tak ważne jest zrozumienie sygnałów ostrzegawczych" powiedział **Błażej Rawicki, Prezes EuropaColon Polska**. „Dlatego nasza fundacja podjęła działania edukacyjne w tym obszarze. Tego typu inicjatywy jak Światowy Dzień Walki z Rakiem Trzustki pozwalają nie tylko oczekiwać, ale domagać się większej uwagi ze strony mediów, decydentów, lekarzy, lepszych warunków dla pacjentów i większej świadomości na temat samej choroby, jej objawów i potrzeby wczesnej diagnozy, a w ostatecznym rozrachunku, lepszych wyników w walce z tą potencjalnie śmiertelną chorobą.”*

Poznanie objawów i ryzyka pozostaje kluczem do wczesnej diagnozy. Obecnie nie ma standardowego testu przesiewowego, ani metody wczesnego wykrywania raka trzustki, chociaż prowadzone są badania w tych obszarach. **Prezes Rawicki** podkreśla, że „*Ważne jest, aby każdy z nas doświadczając pewnych objawów zwrócił uwagę, czy nie należą do typowego obrazu raka trzustki, i aby nie lekceważyli tego i zgłaszali się do lekarza.*” Badania pokazują, że pacjenci wcześniej zdiagnozowani, którzy mogą być poddani operacji, częściej mają większe szanse na przeżycie 5 lat więcej i dłużej.

Tak jak **p. Kasia Chmielewska**, u której zdiagnozowano raka trzustki w wieku 33 lat. Diagnoza trwała rok, właśnie dlatego, że nikt nie pomyślał, iż może być to nowotwór trzustki. „*Nie cierpiałam na żadną poważną czy przewlekłą chorobę zanim usłyszałam diagnozę.*” mówi p. Chmielewska. *I choć dla niej, jako mamy dwulatka oraz jej bliskich był to cios, to jak sama dodaje: „Na początku raczej nieświadomie, po pewnym czasie z całym bagażem kolejnych doświadczeń zaczęłam budować strategię walki z chorobą. Zaczęłam zdobywać wiedzę na temat raka trzustki. Mój mąż zmotywował mnie do poszukiwania pozytywnych historii. Odkryłam, że moja postawa ma ogromny wpływ na to, jak się czuję i jak sobie radzę z trudnym leczeniem. Zdrowa dieta, aktywność fizyczna dostosowana do moich warunków i faktycznych preferencji oraz celebrowanie codziennego życia stały się solidną podstawą mojej strategii. Będąc na chemii zaczęłam biegać. Zaczęłam bardzo ostrożnie, od 300 metrów. Szybko okazało się, że mogę zrobić to lepiej. Dzień po dniu, tydzień po tygodniu trenowałam i po paru miesiącach*

*przebiegłam pierwszy w życiu 10-kilometrowy dystansu. Staram się biegać co najmniej dwa razy w tygodniu. W lipcu 2016 roku, aby spełnić swoje marzenie, wspięłam się na Glossglockner (3798m), najwyższy szczyt Austrii. Było to trudne, ale dodało mi skrzydeł.”*

Jednak jak uświadamia nam **prof. Christoph Ziełiński prezydent Onkologicznej Grupy Badawczej Europy Centralnej (CECOG), dyrektor wydziału onkologii Uniwersytetu w Wiedniu:** *„Rak trzustki jest bardzo poważną chorobą, której występowanie w cywilizacji zachodu gwałtownie rośnie. Niestety śmiertelność jest prawie równa częstości występowania, ponieważ choroba jest bardzo oporna na leczenie. W przypadku zastosowania zabiegu operacyjnego jest to leczenie z wyboru. Następnie należy zastosować chemioterapię uzupełniającą z zastosowaniem schematu FOLFIRINOX, który wykazał najlepsze wyniki. W przypadku pacjentów z nieoperacyjnym rakiem trzustki i osób z chorobą przerzutową, chemioterapia jest jedyną opcją i ma na celu przedłużenie życia w jak największym stopniu, chociaż długoterminowa perspektywa nadal nie napawa optymizmem.”*

Jak podkreśla **prof. Lucjan Wyrwicz, kierownik Kliniki Onkologii i Radioterapii w Centrum Onkologii w Warszawie:** *„Aby wykorzystać wiedzę, którą dysponujemy w jak najbardziej optymalny sposób należy wprowadzić model opieki koordynowanej. Pacjentów z rakiem trzustki powinno operować się w ośrodkach, w których chirurdzy posiadają odpowiednie doświadczenie, które dysponują dostępem do najnowocześniejszych metod leczenia, zwłaszcza, że do chirurgicznego usunięcia guza kwalifikuje się mniej niż 20% chorych. Warto zatem zmaksymalizować szanse pacjentów.”* Największe innowacje pojawiające się aktualnie w leczeniu raka trzustki, dotyczą raczej form podawania chemioterapii. Niestety nowotwór ten jest mało wrażliwy na aktywację układu immunologicznego. *„Optymizmem napawają ostatnie wyniki badań dotyczących nowych metod leczenia przedoperacyjnego, ale także nowy standard leczenia pooperacyjnego. W zasadzie w tym zakresie nie znajduję jakichkolwiek ograniczeń w naszym ośrodku względem najlepszych ośrodków europejskich”. - dodaje prof. Wyrwicz.*

Nowotwór trzustki atakuje coraz młodsze osoby choć częstość występowania zwiększa się z wiekiem. Ponad 80% raków trzustki dotyczy osób po 55. roku życia. Dla 25-latki, u której w badaniu USG lekarz nie mógł zobaczyć trzustki, bo zasłaniał ją 16-centymetrowy guz, diagnoza w kierunku nowotworu trzustki musiała być ogromnym zaskoczeniem. **P. Patrycja Rządowska** po roku od diagnozy, utracie 12 kg i wielu trudnych chwilach, których doświadczyła mówi: *„Miałam szczęście, ponieważ był to ostatni moment na wykrycie nowotworu. Czas w przypadku tej choroby jest kluczowy. Miałam najlepsze wsparcie, o jakim mogłam marzyć - moją rodzinę, moich przyjaciół, moich lekarzy – to była moja ogromna armia, która pomogła mi przeżyć. Dziś żyję pełnią życia. Sama jestem psychologiem z zawodu. I właśnie rozpoczęłam specjalizację w kierunku psychoonkologii. Chcę pomagać innym. Dzielę się swoją historią bo może ktoś pójdzie na badania i zdąży na czas, przed rakiem trzustki.”*

### **Jakie są objawy raka trzustki?**

Rak trzustki często nie daje żadnych objawów w początkowym stadium choroby, co może utrudniać jej wczesną diagnozę. Objawy mogą być nieoczywiste, mogą pojawiać się i znikać, a ich nasilenie może być różne u różnych osób. Można nie mieć żadnych lub mieć wszystkie z tych objawów. Bardzo ważne jest, aby pamiętać, że objawy mogą być spowodowane przez inne, bardziej powszechne przyczyny. Mogą również być spowodowane stanami takimi jak: zapalenie trzustki, kamica żółciowa, zespół jelita drażliwego (IBS) lub zapalenie wątroby.



Co powinno nas zaniepokoić:

- ból brzucha i środkowego odcinka kręgosłupa
- niewyjaśniona utrata masy ciała
- żółta skóra lub oczy
- zmiana w stolcu
- nagłe pojawienie się cukrzycy
- problemy z trawieniem

### **Jakie są czynniki podwyższonego ryzyka występowania raka trzustki?**

Przyczyna większości przypadków raka trzustki jest nieznaną, ale badania naukowe zidentyfikowały następujące czynniki ryzyka, które mogą zwiększać prawdopodobieństwo, że rak trzustki się rozwinie.

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

### **Światowy Dzień Raka Trzustki**

Światowy Dzień Walki z Rakiem Trzustki - World Pancreatic Cancer Day (WPCD) obchodzony w trzeci czwartek listopada, podczas miesiąca świadomości raka trzustki, poświęcony jest zwiększaniu globalnej świadomości na temat raka trzustki. To inicjatywa Światowej Koalicji na Rzecz Raka Trzustki, która skupia ponad 70 organizacji z 30 krajów na sześciu kontynentach, Fundacja EuropaColon Polska jest jednym z członków Koalicji. Działamy wspólnie, aby podnieść świadomość i zainspirować innych do podjęcia aktywności. Celem WPCD 2018 jest zwrócenie uwagi na objawy i ryzyko związane z rakiem trzustki oraz pilną potrzebę wcześniejszej diagnozy w celu poprawy wyników leczenia pacjentów.

### **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 ich wiedzy, projektów i doświadczeń z korzyścią dla polskich pacjentów. Działania Fundacji nakierowane są na obszar dedykowany układowi pokarmowemu, z naciskiem na choroby onkologiczne – rak przełyku, wątroby, trzustki, żołądka, jelita grubego. Fundacja jest członkiem europejskiej organizacji Pancreatic Cancer Europe i ogólnoświatowej koalicji World Pancreatic Cancer Coalition.

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