

Marzec 2023r.

## MARZEC – EUROPEJSKIM MIESIĄCEM ŚWIADOMOŚCI RAKA JELITA GRUBEGO

Trwa Europejski Miesiąc Świadomości Raka Jelita Grubego, w ramach którego Fundacja EuropaColon Polska wspólnie z Digestive Cancers Europe prowadzą wspólną kampanię edukacyjną podejmując działania zmierzające do podniesienia świadomości na temat tego nowotworu w całej Europie.

Rak jelita grubego to drugi u kobiet i trzeci u mężczyzn najczęściej występujący nowotwór w Europie. Każdego roku diagnozuje się go u około 500 000 Europejczyków, a blisko 250 000 z nich umiera. W Polsce diagnozę słyszy ponad 19 000 osób, z czego ponad 12 000 umiera. Wielu z tych zgonów można uniknąć stosując profilaktykę pierwotną i badania przesiewowe. Wykrycie raka jelita grubego we wczesnym etapie daje 90% 5-letnich przeżyć. Co więcej, różnica w kosztach leczenia między wczesnym i późnym etapem diagnozy jest prawdopodobnie dziesięciokrotnie wyższa - między 4000 a 40 000Euro.

Niestety, w Europie istnieją ogromne różnice w organizacji i dostępności badań przesiewowych raka jelita grubego. Niewiele krajów, takich jak Słowenia i Holandia, mają podobny wskaźnik aktywnego uczestnictwa w badaniach, który wynosi 65%. Tylko 14% obywateli Europy w zalecanej grupie wiekowej (50-74 lat) zostało zaproszonych na populacyjne badania przesiewowe raka jelita grubego. W Polsce na badania kolonoskopowe zgłaszalność wynosiła do 2022 roku 17%. W 2019 roku wykonano 69 699 kolonoskopii, w 2020r. 82 378, a w 2021r. 96 285 badań, w 2022 został wstrzymany. Od 2023 roku w Polsce Program Badań Przesiewowych Raka Jelita Grubego został przeniesiony do Narodowego Funduszu Zdrowia i jest prowadzony w ponad 600 ośrodkach. Mogą się do nich zgłaszać osoby pomiędzy 50 a 65 rokiem życia oraz między 40 a 49 rokiem życia, u których w bliskiej rodzinie występował rak jelita grubego. Jednym z czynników ryzyka raka jelita grubego jest brak aktywności fizycznej, która prowadzi m. in. do nadwagi i otyłości, a prowadzona regularnie aktywność fizyczna zmniejsza ryzyko występowania raka jelita grubego o 40–50%.

Z tego powodu powstała bezpłatna aplikacja Step Up (StepApp Digestive Cancer Europe), która zlicza kroki, a do pobrania, której zachęcamy. StepUp ma na celu wspólne zaangażowanie ogółu społeczeństwa i możliwość poszerzenia wiedzy na temat raka jelita grubego i jak można mu zapobiec rozmawiając m. in. o zmianie stylu życia, zdrowszym odżywianiu i potrzebie wykonywania badań przesiewowych by zwiększyć zainteresowanie udziałem w badaniach przesiewowych w Polsce i całej Europie.

*Mam nadzieję, że Polacy chętnie zaangażują się w liczenie kroków z myślą o profilaktyce raka jelita grubego. To nowotwór, któremu możemy naprawdę zapobiec prowadząc zdrowy styl życia i wykonując badanie przesiewowe zgłaszając się na kolonoskopię. To badanie ratuje życie. Wykrywa raka jelita grubego we wczesnym stadium, kiedy możemy go niemal w 100% wyleczyć. Warto wykonać ja raz w życiu i „nie mieć tego gdzieś”. – przekonuje Iga Rawicka, Prezes Fundacji EuropaColon Polska.*

*Aplikacja jest dostępna na Google Play lub Apple Store. To niepieska ikonka StepApp (DigestiveCancersEurope) Zdrowie i fitness. Zapraszam do wspólnej zabawy. Policzmy ile chodzą Polacy. Policzmy to w marcu 2023 - miesiącu świadomości raka jelita grubego. – dodaje Iga Rawicka*

---

Digestive Cancers Europe (DiCE) to europejska organizacja pacjentów działająca na rzecz walki z nowotworami układu pokarmowego, reprezentując społeczność międzynarodową z 26 krajów.

Digestive Cancers Europe ma na celu zrzeszanie wszystkich kluczowych interesariuszy by wspólnie działać na rzecz przyjęcia najlepszych praktyk w profilaktyce, diagnostyce i leczeniu nowotworów. Misją DiCE jest przyczynienie się do wczesnej diagnostyki, zmniejszenia śmiertelności z powodu nowotworów przewodu pokarmowego i zwiększenia całkowitego czasu przeżycia oraz podniesienia jakości życia. Już od 15 lat, co roku w marcu, Digestive Cancers Europe (wcześniej EuropaColon) obchodzi Europejski Miesiąc Raka Jelita Grubego (ECCAM).

Fundacja EuropaColon Polska została powołana w marcu 2017 roku. Jest członkiem wielu międzynarodowych organizacji, w tym Digestive Cancers Europe. Celem działań Fundacji jest przede wszystkim zwiększenie świadomości ogółu społeczeństwa na temat nowotworów układu pokarmowego ze szczególnym uwzględnieniem raka jelita grubego. Podstawowym celem Fundacji jest promowanie profilaktyki, wczesnego wykrywania i właściwego leczenia nowoczesnymi i skutecznymi metodami terapeutycznymi w celu poprawy jakości życia pacjentów z nowotworami układu pokarmowego oraz pomoc w powrocie do zdrowia.