

REGIJSKA DRUŠTVA IN NJIHOVO DELOVANJE V ČASU EPIDEMIJE COVID-19

Ksenija Noč

POVZETEK: Preventivne dejavnosti so ključne za zmanjševanje razvoja dejavnikov tveganja za nastanek bolezni, povezanih z nezdravim življenjskim slogom, kamor sodijo tudi rakasta obolenja. Ustrezna komunikacija je najpomembnejše orodje za posredovanje novih spoznanj, informiranje in opolnomočenje posameznika. Regijska društva za boj proti raku so pomembni člani Zveze društev za boj proti raku Slovenije, ki prispevajo k ustvarjanju slovenske družbe, v kateri ne bo nihče zbolel ali umrl za rakom zaradi nevednosti ali zaradi brezbričnosti države. Telemedicina in telepromocija zdravja naj bi v času pandemije COVID-19 postali najpomembnejši orodji v preventivnih programih preprečevanja raka. Ključni naj bi postali okrepitev virtualnih strategij zdravstvene oskrbe posameznika v zgodnjem odkrivanju rakastih obolenj in dostopnost do telestoritev.

Ključne besede: preventiva, rak, svetovni splet, koronavirus

UVOD

Kakovost življenja je sorazmerna življenjskemu slogu posameznika. Zdrav posameznik je vir razvoja zdrave družbe. Preventivno delovanje strokovnjakov znotraj sistema javnega zdravstva je kakovostno izvajanje ključnih javnozdravstvenih funkcij, ki jih mora zagotavljati država: spremljanje zdravja, zdravstvenega varstva in blaginje prebivalstva, pripravljenost obvladovanja zdravstvenih tveganj in nevarnosti za zdravje, varovanje in krepitev zdravja, zmanjševanje neenakosti v zdravju ter opolnomočenje lokalne skupnosti za varovanje zdravja. Boljše zdravje in z zdravjem povezana boljša kakovost življenja prebivalstva sta med drugimi ključni nalogi vsake lokalne skupnosti, ki mora skupaj z različnimi deležniki načrtovati aktivnosti za krepitev zdravja (1, 2).

Preventivno delovanje mora biti v skladu s standardi kakovosti: ustrezno (s poudarkom na izpolnjevanju potreb udeležencev ter v skladu z ustrezno

zakonodajo in strateškimi usmeritvami politike), etično (upoštevanje temeljnih vprašanj družbeno in osebno odgovornega ter etičnega ravnanja), utemeljeno na dokazih (z uporabo najboljših razpoložljivih znanstvenih dokazov), učinkovito (stroškovno in vsebinsko) ter izvedljivo in trajnostno (dosegljivi cilji v okviru razpoložljivih sredstev, z logičnimi in usklajenimi pristopi) (3).

Strokovnost in etičnost sta temelja preventivnega delovanja. Posegamo namreč v življenje različnih ciljnih skupin, pri čemer je najpomembnejši odnos človeka do sočloveka. Poleg individuuma je preventivno delo vedno usmerjeno širše: interesne skupine, lokalne skupnosti, mediji. Zato včasih zahteva dodatne vire, znanja, veščine (3).

Preventivne strategije so lahko:

- a. univerzalne – ciljna je celotna populacija (npr. lokalna skupnost, učenci ali sooseska);
- b. selektivne – ciljne skupine so specifične skupine ljudi, pri katerih je stopnja tveganja za bolezni, bodisi trenutno ali kadarkoli v življenju, znatno višja od povprečja (npr. prekomerni pivci, diabetiki);
- c. indicirane – cilj te preventive je identificiranje posameznikov, pri katerih se kažejo znaki, ki so močno povezani s posameznimi tveganji za razvoj npr. tveganih vedenj (4). Najpomembnejše orodje pri prizadevanjih za nova spoznanja in delitvi spoznanj, ki temeljijo na dokazih, je ustrezna komunikacija (5).

Zveza slovenskih društev za boj proti raku (Zveza SD BPR) je z 11 regijskimi društvi med nevladnimi organizacijami najstarejši in najpomembnejši nosilec preventive na področju raka v Sloveniji. Zveza deluje v javnem interesu za vse državljane – ne glede na to, ali so člani ali ne – in ima status humanitarne organizacije. Osnovni strateški cilji Zveze SD BPR so:

- a. izobraževanje raznih ciljnih skupin o učinkovitejšem preprečevanju zbolevanja in čim hitrejšem odkrivanju rakavih bolezni;
- b. zagovorništvo – opozarjanje zdravstvene politike na pomanjkljivosti, ki bi jih morali urediti za učinkovitejše obvladovanje bremena raka;

- c. povezovanje z regijskimi društvi za boj proti raku in z drugimi nevladnimi organizacijami na področju obvladovanja raka v domovini in tujini;
- č. zbiranje sredstev za izvajanje programov in delovanje zveze ter za druge potrebe na področju obvladovanja raka.

Vizija Zveze SD BPR je skupaj z regijskimi društvi postati prepoznaven deležnik v celovitem programu obvladovanja raka v Sloveniji, njeno poslanstvo pa je prispevek k ustvarjanju slovenske družbe, v kateri ne bo nihče zbolel ali umrl za rakom zaradi nevednosti ali brezbričnosti države (6).

PANDEMIJA NOVEGA KORONAVIRUSA IN DELOVANJE GORENJSKEGA DRUŠTVA ZA BOJ PROTI RAKU

V Vuhanu na Kitajskem so decembra 2019 zaznali več primerov pljučnic. Pri bolnikih so izključili številne običajne povzročitelje pljučnic oz. respiratornih okužb in potrdili okužbo z novim koronavirusom. Nov koronavirus so poimenovali SARS-CoV-2, bolezen, ki jo virus povzroča, pa COVID-19. V Sloveniji smo prvo okužbo z novim koronavirusom potrdili 4. marca 2020. 12. marca 2020 je bila razglašena epidemija. Epidemiološko situacijo se spremlja z okrepljenim testiranjem, glede na število okuženih pa država sprejema in prilagaja ukrepe za zajezitev širjenja novega koronavirusa. Priča smo hitremu in eksponentnemu širjenju virusa in že več kot milijon smrti ljudi po svetu zaradi covid-19 (7, 8, 9).

Pandemija covid-19 je močno zaznamovala slehernega človeka. Strah, neznano in nejasno so pri ljudeh vzbudili stiske, nemoč, dvome po eni strani, po drugi strani pa upanje, altruizem, solidarnost. Moč moderne tehnologije, svetovnega spleta in družabnih omrežjih je postala glavno orodje znanosti na eni strani in t. i. covid skeptikov na drugi strani. Skupine in posamezniki, ki ustvarjajo negativen vpliv na javno mnenje, so namreč vedno zelo aktivni na družabnih omrežjih in pripovedujejo zgodbe z malo ali nič znanstvenimi dejstvi, s čimer krepijo strah med ljudmi in vzbujajo dvom (10).

Svetovni splet uporabnikom z različnimi orodji in aplikacijami daje možnost oblikovanja in komentiranja vsebin in delitev teh z drugimi uporabniki (11). Pandemija COVID-19 je (bila) neznanka. Sorazmerno z znanstvenimi in strokovnimi informacijami so se oblikovale teorije zarot, nepreverjene in nestrokovne informacije, paradoksalno pa so se prave in kredibilne informacije spopadale z nepreverjenimi, mnogokrat skeptičnimi osebnimi pogledi, tudi znotraj stroke. Svetovni splet predstavlja odlično orodje za diseminacijo zdravstvenih informacij. Posameznikom omogoča zasebnost, neposrednost, udobje, anonimnost. Sicer omogoča pretok velike količine informacij, obenem pa tudi tveganje izgube pomembnih dejstev in poveličevanje nepomembnih, nepreverjenih, celo škodljivih informacij (11, 12).

Telemedicina naj bi v času pandemije COVID-19 postala najpomembnejše orodje v preventivnih programih preprečevanja raka. Ključni naj bi postali okrepitev virtualnih strategij zdravstvene oskrbe posameznika v zgodnjem odkrivanju rakastih obolenj in dostopnost do telestoritev. Problem predstavljata dostop in upravljanje z informacijsko komunikacijsko tehnologijo (IKT). Dostopnost do IKT, izobraževanje in usposabljanje za telemedicino in telepromocijo zdravja so izziv za vse, ki delujejo v preventivi (13).

Ko govorimo o preventivi proti raku in evropskem kodeksu proti raku, ne moremo mimo pomena ohranjanja in krepitev zdravega življenjskega sloga, telesne dejavnosti, zdrave in uravnotežene prehrane, izogibanja in uspešnega soočanja s stresom, krepitev duševnega zdravja ter udeležbe v preventivnih programih za zgodnje odkrivanje rakastih obolenj. Pandemija je krepitev zdravega življenjskega sloga močno okrnila (14). Močan vpliv pandemije se že in se bo občutil tudi na področju duševnega zdravja kot posledica socialnih, ekonomskih in psiholoških stisk, na splošno pa se je med populacijo zvišala zlasti visoka mera stresa in tesnobe (15).

Gorenjsko društvo za boj proti raku je pomemben člen multidisciplinarnega povezovanja različnih deležnikov delovanja v preventivi na Gorenjskem. Društvo ima sedež v Zdravstvenem domu Jesenice, kadrovska za sedba društva pa je tesno prepletena z zaposlenimi v zdravstvenem domu. Društvo izvrstno sodeluje z Nacionalnim inštitutom za javno zdravje,

območno enoto Kranj in Zdravstveno vzgojnim centrom (ZVC) Zdravstvenega doma Jesenice. V okviru Lokalne skupine za krepitev zdravja občine Jesenice, Žirovnica in Kranjska Gora (tudi širše na Gorenjskem) ima Gorenjsko društvo za boj proti raku skupaj z ZVC Jesenice pomembno vlogo pri ozaveščanju proti raku, informiranju, izobraževanju ter povezovanju ključnih deležnikov medsektorskega in medsebojnega sodelovanja za zmanjševanje raka na lokalnem nivoju.

Aktivnosti, vezane na delovanje Gorenjskega društva za boj proti raku, se večinoma izvajajo v sinergiji z ZVC Jesenice. Tudi letošnje leto 2020 se je začelo optimistično, s standardnimi aktivnostmi ob Svetovnem dnevu boja proti raku, zaznamovanimi s stojnicami, dogodki in medijskim udeleževanjem. Slovenski teden boja proti raku, prvi teden v marcu, se je pričel z grenkim priokusom negotovosti, saj se je ravno v tistem tednu v Sloveniji potrdila prva okužba s SARS-CoV-2. Ob razglasitvi epidemije v Sloveniji so vse uradne preventivne dejavnosti v zdravstvu zamrzile svoje delovanje.

Kljub epidemiji, kadrovske prerazporeditvah znotraj zdravstvenega sistema in napornih delovnih dneh se je v tem času okrepila zavest regijskega društva o promociji zdravja; primarno sicer za preprečevanje bolezni COVID-19, na splošno pa za ohranjanje in vzpodbujanje zdravega življenjskega sloga in tudi preprečevanje rakastih obolenj. Socialna omrežja (predvsem Facebook – FB) in kanali medsebojnega sodelovanja ZVC Jesenice, Zveze društev za boj proti raku, Društva onkoloških bolnikov Slovenije ter drugih so postali vir strokovnih, pomembnih in vzpodbudnih informacij. Na družabnem omrežju FB so bile objavljene številne objave, vezane na preprečevanja raka in na krepitev zdravega življenjskega sloga, z možnostjo anonimnega zastavljanja vprašanj prek zasebnih sporočil. Kot primer dobre prakse se je izkazal evropski teden boja proti raku meseca maja 2020, ko je bil na družabnem omrežju FB vsak dan posvečen enemu od najpogostejših rakov (koža, dojka, prostata, črevesje), en dan pa celotnim priporočilom proti raku. S tem se je na eni strani nekoliko preusmerila pozornost s covid-19, po drugi strani pa se je ozavestil pomen presejalnih programov, zgodnjega odkrivanja in ne zanemarjanja ostalih

zdravstvenih težav posameznikov kljub omejitvam zaradi epidemije COVID-19.

Epidemija COVID-19 nam je približala tudi aplikacije, namenjene telekonferencam. Zoom in podobne aplikacije so postali bistvo medsebojnega sodelovanja in komuniciranja. Telekonference so se izkazale tudi za lažji vir medsebojnega povezovanja. Gorenjsko društvo za boj proti raku je v sodelovanju z ZVC Jesenice prek aplikacije Zoom posnelo tudi dve delavnici, in sicer *Zakaj cepiti proti HPV* (delavnica za starše šestošolcev) in *Rožnata delavnica* (preventiva proti raku na dojkah). Obe delavnici sta bili organizirani za ciljno populacijo prek spletne pošte. Odzivi so bili odlični – tako s strani staršev, ki so se udeležili delavnice o HPV, kot s strani žensk, katerim je bila posredovana Rožnata delavnica, smo prejeli kar nekaj pozitivnih povrtanih informacij. Izkazali so se hitra dostopnost in zajetje velikega števila ciljne populacije.

ZAKLJUČEK

Epidemija nas je po eni strani okrnila, saj se mnoge dejavnosti regijskih društev verjetno izvajajo še na zadnje atome etičnega pogona in altruizma. Po drugi strani pa smo spoznali moč IKT in medsebojnega povezovanja ter sodelovanja različnih strokovnih in humanitarnih združenj. Samo, če stopimo skupaj, smo močnejši in uspešnejši. Res je, da je potrebno sledenje in udejstvovanje, vendar se moramo zavedati, da je v današnjem času vsak glas strokovnjaka izjemno pomemben.

LITERATURA

1. Farkaš Lainščak J., Huber I., Maučec Zakotnik J., Sedlar N., Vrbovšek S., ur. Program integrirane preventive KNB in zmanjševanje neenakosti v zdravju pri odraslih: pilotno testiranje integriranih procesov vključevanja in obravnave ciljne populacije v okviru projekta Skupaj za zdravje. Ljubljana: Nacionalni inštitut za javno zdravje; 2015. p. 8–15.
2. Talič S., Košir M. Priročnik na temo osnov preventive in vrednotenja preventivnih programov. Ljubljana: Inštitut za raziskave in razvoj; 2017. p. 10–14.

3. Kašnik M., Rostohar K., Pogorevc N. Standardi kakovosti preventivnih programov na področju drog. Ljubljana: Nacionalni inštitut za javno zdravje; 2016. p. 5–32.
4. Preventiva, pregled osnovnih strategij in pojmov; nd [ogled 27. 10. 2020]. Dostopno na: <https://www.preventivna-platforma.si/o-preventivi/>
5. Vrdelja M. Komuniciranje cepljenja skozi prizmo situacijske teorije javnosti: magistrsko delo. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za družbene vede; 2017. p. 18–26.
6. Zveza slovenskih društev za boj proti raku, o zvezi; nd [ogled 27. 10. 2020]. Dostopno na: <http://www.protiraku.si/>
7. Koronavirus – SARS-CoV-2 – ključne informacije; 2020 [ogled 27. 10. 2020]. Dostopno na: <https://www.nijz.si/sl/koronavirus-2019-ncov>
8. Koronavirus (SARS-CoV-2); 2020 [ogled 27. 10. 2020]. Dostopno na: <https://www.gov.si teme/koronavirus-sars-cov-2/>
9. Coronavirus disease (COVID-19) pandemic; 2020 [ogled 27. 10. 2020]. Dostopno na: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>
10. Shelby A., Ernst K. Story and Science how providers and parents can utilize storytelling to combat Anti-Vaccine misinformation. *Hum Vacc Immunother.* 2013; 9 (8): 1795–801.
11. Boot C., Meijman F. J. The public and the internet: multifaceted drives for seeking health information. *Health Inform J.* 2010; 16 (2): 145–56.
12. Larson H. J., Cooper L. Z., Eskola J., Katz L. S., Ratzan S. Addressing the vaccine confidence gap. *The Lancet.* 2011; 378 (9790): 526–35.
13. Lyon D. Cancer prevention during the COVID-19 pandemic. *Oncol nurs forum.* 2020; 47 (5): 491–92.
14. Bentlage E., Ammar A., How D., Ahmed M., Trabelsi K., Chotourou H. et al. Practical recommendations for maintaining active lifestyle during the COVID-19 Pandemic: A systematic literature review. *Int J Env Res Pub He.* 2020; 17 (6265): 1–22.
15. Petzold B. M., Bendau A., Plag J., Pyrkosch L., Maricic Mascarel L., Betzler F. et al. Risk, resilience, psychological distress, and anxiety at the beginning of the COVID-19 pandemic in Germany. *Brain Behav.* 2020; 10 (9): 1–19.