

DOPRINOS ZVEZE SLOVENSКИH DRUŠTEV ZA BOJ PROTI RAKU K OBVLADOVANJU PANDEMIJE COVID-19

Urška Ivanuš

POVZETEK: Ob dobro znani pandemiji raka, s katero se razmeroma uspešno spoprijemamo in imamo izdelane strategije za njeno obvladovanje, se je leta 2020 pojavila nova pandemija COVID-19, ki nas je presenetila in s katero se, kljub izjemnemu razvoju znanosti in tehnologije, danes spopadamo na enak način kot s špansko gripo pred 100 leti. Z vseh koncev sveta in tudi iz Slovenije poročajo o poslabšanju kazalcev življenjskega sloga in zapoznelem odkrivanju predrakavih in zgodnjih rakavih sprememb zaradi začasno prekinjenih presejalnih programov za raka ter oklevanja posameznikov za obisk zdravnika ob simptomih in težav v dostopnosti do nekaterih zdravstvenih storitev. Vsaka dolgotrajna sprememba življenjskega sloga, ki vodi v opuščanje zdravih navad in izbir, vsako opuščanje udeležbe v presejalnih programih ZORA, DORA in Svit ali cepljenja proti okužbam, ki povzročajo raka, ter vsako odlašanje z obiskom zdravnika ob sumu na raka ima lahko resne in dolgotrajne posledice za zdravje. Poveča se tveganje, da bo posameznik zbolel za rakom, ki bi ga lahko preprečili, in poveča se tveganje, da bo rak odkrit v višjem stadiju, ko je zdravljenje intenzivnejše, prognoza in kakovost življenja pa zato slabši. Zato smo na Zvezi slovenskih društev za boj proti raku v času pandemije mobilizirali in povezali ključne deležnike za obvladovanje raka in skupaj spodbujali prebivalce, da tudi v času epidemije COVID-19 in po njej upoštevajo 12 priporočil Evropskega kodeksa proti raku in ne zanemarijo skrbi za zdravje na področjih, ki niso povezana z okužbo s SARS-Cov-2.

UVOD

Pandemija COVID-19 je globoko zarezala v vse segmente našega življenja, tako na ravni posameznika kot družbe. Da bi preprečili širjenje okužbe s SARS-Cov-2 in s tem zmanjšali zbolevanje in umiranje zaradi bolezni COVID-19 ter breme poznih posledic bolezni, smo tako v Sloveniji kot po svetu uvedli priporočila za povečanje zaščitnega vedenja na ravni posameznika in sistemske ukrepe za zmanjševanje števila socialnih kontaktov v družbi (1, 2). Na ravni posameznika se priporoča higiena rok

in kašlja, ne dotikanje obraza, ohranjanje varne razdalje pri socialnih stikih, nošnje mask, ko je to potrebno, in če zbolimo, ostanemo doma. Sistemski ukrepi so bili in so številni. V običajni ritem življenja so najbolj posegli zaprtje vseh šol in vrtcev, ukinitve javnega prevoza, zaprtje številnih dejavnosti in podjetij, spodbujanje dela na domu, omejevanje vseh stikov na ožje družinske člane in omejevanje gibanja na manjše administrativne enote ter določene dele dneva. Zdravstvo se je reorganiziralo z namenom, da se prepreči širjenje okužbe s SARS-COV-2 v zdravstvenih ustanovah in zagotovi nujno obravnavo bolnikov s covidom-19.

Te spremembe so vplivale na vse ravni našega zdravja, tako na fizično kot duševno in socialno (3). Nenadna sprememba utečenega življenjskega ritma in navad je globoko zarezala tudi v življenjski slog številnih posameznikov, iz različnih koncev sveta pa poročajo o pomembnem poslabšanju kazalnikov zdravega življenjskega sloga (6). Ob vsem tem se je zaradi nujne reorganizacije zmanjšala dostopnost do vseh ravni zdravstvenega sistema, vključno s primarno, in s tem se je zmanjšalo zgodnje odkrivanje in zdravljenje bolezni, vključno z rakom (7, 8). V Sloveniji smo ob prvi razglasitvi epidemije sistemsko zaustavili preventivne programe, vključno z vabljenjem in presejanjem v okviru vseh treh organiziranih presejalnih programov za raka (9, 10). Opuščanje preventivnih programov v zdravstvu, čeprav z jasnim namenom ohranjanja nujnih storitev, lahko v javnosti in pri odločevalcih spremeni v desetletjih trdega dela pridobljeno percepcijo o velikem pomenu primarne in sekundarne preventive za ohranjanje in krepitev zdravja.

Zveza slovenskih društev za boj proti raku (Zveza) je z 11 regijskimi društvi med nevladnimi organizacijami najstarejši in najpomembnejši nosilec preventive na področju raka, deluje od leta 1971. Poslanstvo Zveze je skupaj z regijskimi društvi prispevati k ustvarjanju take slovenske družbe, v kateri ne bo nihče zbolel ali umrl za rakom zaradi lastne nevednosti ali zaradi brezbriznosti države. Eno glavnih vodil pri oblikovanju strateških ciljev in programa dela Zveze je z leti postal Evropski kodeks proti raku (Kodeks) (11). Kodeks izdaja in revidira Mednarodna agencija za raziskovanje raka (IARC) pri Svetovni zdravstveni organizaciji (SZO). Zveza je skrbnica Kodeksa v Sloveniji že od takrat, ko je izšla prva različica

kodeksa. Program Zveze smo v letih 2017–2019 pomembno obogatili v okviru projekta »Evropski kodeks proti raku: Priporočila proti raku naj ne obvisijo v zraku«, v letih 2020–2022 pa nadaljujemo z dejavnostmi v okviru projekta »Evropski kodeks proti raku: Od mladih nog do zlatih let«. Oba projekta financira Ministrstvo za zdravje, slednjega v okviru Javnega razpisa za sofinanciranje programov varovanja in krepitev zdravja do leta 2022, objavljenem v Uradnem listu RS, št. 43/19. Programa si ne predstavljamo brez tesnega sodelovanja z Onkološkim inštitutom Ljubljana, Nacionalnim inštitutom za javno zdravje, Ministrstvom za zdravje in Evropsko ligo proti raku (ECL), ki je skrbnica ozaveščanja prebivalstva o priporočilih Kodeksa na evropski ravni.

Aktivnosti Zveze v času pandemije COVID-19 so osredotočene v mobilizacijo ključnih dolžnikov za obvladovanje raka v Sloveniji in ozaveščanje prebivalcev, kako pomembno je, da kljub pandemiji v največji možni meri tako posamezniki kot družba ohranimo zdrav življenjski slog, skrbimo za zdrave izbire, vključno z udeležbo na presejalnih programih za raka in s cepljenjem proti okužbam s HBV in HPV, ki povzročajo raka. Mednarodna agencija za raziskovanje raka pri Svetovni zdravstveni organizaciji ocenjuje, da lahko z upoštevanjem 12 enostavnih priporočil Evropskega kodeksa proti raku preprečimo okrog 40 % vseh smrti zaradi raka (11). Za doseg tega cilja je potrebna tako aktivacija posameznika, da priporočila izvaja, kot aktivacija družbe, ki mu to lahko olajša ali oteži. Zato Zveza poziva in spodbuja prebivalce in odločevalce, da tudi v času epidemije COVID-19 in po njej upoštevajo priporočila Evropskega kodeksa proti raku in ne zanemarijo skrbi za zdravje na področjih, ki niso povezana z okužbo z novim koronavirusom. V nadaljevanju so opisane glavne aktivnosti Zveze v času od marca do novembra 2020. Aktivnosti so strnjene tudi v infografikah (Slike 1–4) in na novi spletni podstrani Zveze (12), *Obvladovanje raka v času epidemije COVID-19 in po njej*.

VSTOP SLOVENIJE V PANDEMIJO COVID-19 V ČASU 37. SLOVENSKEGA TEDNA BOJA PROTI RAKU

37. slovenski teden boja proti raku se je zaključil tik pred razglasitvijo spomladanske epidemije COVID-19. Potekal je pod geslom »Brez kajenja je več življenja«. Kljub bližajoči se pandemiji COVID-19 smo izpeljali skoraj celotni program tedna, vključno s slavnostno sejo na Ministrstvu za zdravje in z žrebanjem nagrajencev iz osnovnih šol po vsej Sloveniji, ki so v šolskem letu 2019/2020 sodelovali v programu Zveze »Življenje je lepo – skrbim za svoje zdravje«. Odpovedali pa smo Dan odprtih vrat Onkološkega inštituta Ljubljana in novinarsko konferenco – namesto tega smo pripravili sporočilo za javnost.



Slika 1. Infografika Zveze iz začetnega obdobja pandemije, ki opozarja na soočanje z dvema pandemijama – že znani pandemiji raka se je pridružila pandemija novega koronavirusa SARS-Cov-2. Za Zvezo izdelala: TJASART.

Že pred razglasitvijo prve epidemije COVID-19 smo v sporočilu za javnost ob slovenskem tednu boja proti raku opozorili, da nova pandemija COVID-19 ne sme biti razlog, da prenehamo vlagati napore v zmanjševanje obsega in škode, ki jo povzroča druga pandemija – pandemija raka, pri kateri ima kajenje posebno vlogo. Raba tobaka namreč povzroči največ preprečljivih smrti in zgodnjih smrti ter rakov tako v svetu kot Sloveniji. Kajenju lahko pripišemo skoraj 15 % vseh novo ugotovljenih rakov v Sloveniji. Kadi vsak četrti prebivalec Slovenije, zaradi posledic kajenja pa v Sloveniji vsako leto umre več kot 3.000 ljudi. Glavno sporočilo sode-

lujočih deležnikov ob letošnjem tednu boja proti raku je bilo enotno – še naprej se bomo skupaj zavzemali za učinkovito zmanjševanje razširjenosti rabe tobaka in posledic kajenja v okviru vseh ravni preventive in za ustrezno zakonodajo v upanju ter želji, da čez nekaj desetletij Slovenci ne bodo več zbolevali in umirali zaradi bolezni, povezanih s tobakom.



Slika 2. Infografika 37. slovenskega tedna boja proti raku, marca 2020, ki v ospredje postavlja kajenje kot glavni povzročitelj preprečljivih bolezni in rakov na svetu ter v Sloveniji. Za Zvezo izdelala: TJASART.

LANSIRANJE NOVE SPLETNE STRANI OBVLADOVANJE RAKA V ČASU EPIDEMIJE COVID-19 IN PO NJEJ TER OZAVEŠČANJE PREK MEDIJEV OB EVROPSKEM TEDNU BOJA PROTI RAKU

Preklic spomladanske epidemije COVID-19, vključno s ponovnim zagonom preventivnih dejavnosti v Sloveniji, je sovpadal z Evropskim tednom boja proti raku. Zveza slovenskih društev za boj proti raku je zato v dveh tednih mobilizirala in povezala ključne deležnike za obvladovanje raka v Sloveniji, poleg Zveze še Onkološki inštitut Ljubljana, Nacionalni inštitut za javno zdravje, Ministrstvo za zdravje in Državni program obvladovanja raka. Konec maja smo v medijih skupaj izpostavili, kako pomembno je, da Slovenke in Slovenci tudi v času epidemije COVID-19 in po njej skrbijo za svoje zdravje na vseh področjih, vključno s preventivo raka. Spomnili smo, da je rak v Sloveniji vodilni vzrok smrti in prezgodnje smrti, opuščanje priporočil proti raku pa lahko privede do hudih posledic za zdravje.

Vzpostavili smo tudi prvo slovensko spletno stran, namenjeno Slovincem in Slovenkam, na kateri smo objavili priporočila 20 strokovnjakov in odločevalcev ter 11 video posnetkov (12, 13). Na spletni strani in v medijih smo objavili prve analize obvladovanja raka v času covid-19 v Sloveniji, ozaveščali o pomenu preventive raka in pozvali prebivalce k upoštevanju 12 priporočil proti raku tudi v času pandemije COVID-19 s tem, da še naprej skrbijo za zdrav življenjski slog, se ne prepustijo zdravju škodljivim razvadam, se odzovejo vabilom v presejalne programe za raka ter so pozorni na zgodnje znake raka in ne odlašajo z obiskom pri zdravniku.



Slika 3. Pasica Zveze ob Evropskem tednu boja proti raku, maja 2020, ki v ospredje postavlja aktivacijo posameznika za preventivo raka v času pandemije COVID-19 s povezavo na novo spletno podstran Zveze z informacijami o obvladovanju raka v času pandemije COVID-19, dostopno na <https://priporocila.si/covid-19/>. Za Zvezo izdelali: CNJ in TJAŠART.

RAZSVETLIMO SVET IN SLOVENIJO – LANSIRANJE GLOBALNE STRATEGIJE SVETOVNE ZDRAVSTVENE ORGANIZACIJE ZA ELIMINACIJO RAKA MATERNIČNEGA VRATU

SZO je 17. novembra 2020 lansirala globalno strategijo za eliminacijo prvega raka na svetu, raka materničnega vratu (14). Ob tem je potekala globalna akcija Razsvetlimo svet, s katero so številne države po svetu obeležile ta zgodovinski dogodek z osvetlitvijo lokalnih znamenitosti v turkizni barvi. Akciji se je pridružila tudi Zveza slovenskih društev za boj proti raku z regijskimi društvi. V turkizni barvi so se ta večer svetili Blejski



Slika 4. Infografika ob lansiranju globalne strategije SZO za eliminacijo raka materničnega vratu 17. novembra 2020. Za Zvezo izdelala: TJASART.

grad, Mesarski most v Ljubljani, Karantena in Vetrinjski dvor v Mariboru ter Hram kulture Arnolda Tovornika v Selnici ob Dravi (Sliki 5 in 6). Pripravili smo poročilo s fotografijami in z izjavami ministra za zdravje, predsednice Zveze, predstavnika Evropske zveze proti raku in drugih slovenskih strokovnjakov ter županov vseh štirih občin, v katerih so razsvetlili znamenitosti. Skupaj s široko skupino deležnikov pri obvladovanju raka materničnega vratu v Sloveniji – poleg Zveze še Državni program ZORA, Onkološki inštitut Ljubljana, Nacionalni inštitut za javno zdravje, Ministrstvo za zdravje in Svetovna zdravstvena organizacija – smo pripravili tudi izjavo za javnost. Aktivna so bila tudi regijska društva, še posebej v Mariboru, kjer so razsvetlili kar tri znamenitosti, v več regijah pa so objavili novico tudi v lokalnih medijih.

Slovenski strokovnjaki in odločevalci so v družbi vabljenih strokovnjakov iz tujine ta dan obeležili na 10. izobraževalnem dnevu programa ZORA, ki je zaradi pandemije potekal virtualno. Dr. Vitaly Smelov iz SZO je več kot 600 udeležencem predstavil strategijo eliminacije raka materničnega vratu in razložil, zakaj se je SZO odločila za lansiranje strategije med pandemijo COVID-19. SZO je države pozval, naj se zavežejo k ciljem 90-70-90 in s tem pripomorejo k skupni viziji za svet brez raka materničnega vratu. Ukrepajo naj v smeri, da čim prej dosežejo 90-odstotno precepljenost deklic proti HPV, 70-odstotno udeležbo žensk v kakovostnem presejalnem programu in vsaj 90-odstotno zdravljenje odkritih predrakavih in rakvah

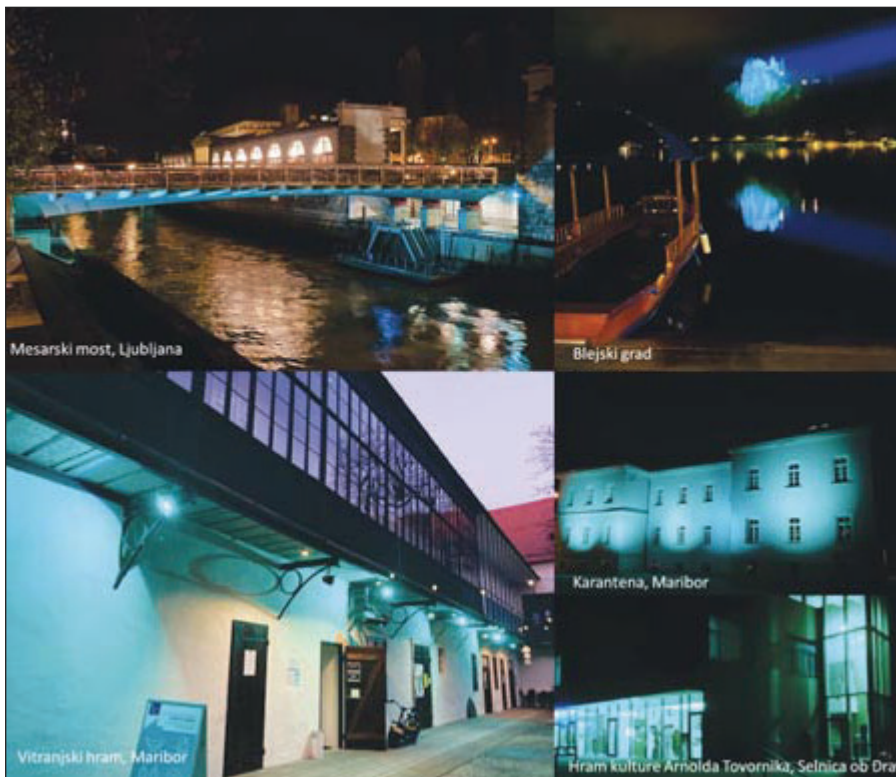
sprememb materničnega vratu. David Ritchie, strokovni sodelavec Evropske zveze proti raku, katere članica je tudi naša Zveza, je udeležence pozdravil v imenu Evropske zveze in se pridružil mnenju drugih strokovnjakov, da bo morda Slovenija ena prvih evropskih držav, ki bo eliminirala raka materničnega vratu kot javnozdravstveni problem.



Slika 5. Razsvetlimo svet in Bled. Razsvetljen Blejski grad ob lansiranju globalne strategije SZO za eliminacijo raka materničnega vratu 17. novembra 2020. Avtor fotografije: Miro Zalokar.

DRUGE AKTIVNOSTI ZVEZE IN REGIJSKIH DRUŠTEV ZA BOJ PROTI RAKU

Obvladovanju raka v luči preventive je bil posvečen tudi XVIII. seminar »In memoriam dr. Dušana Reje« v letu 2020, v okviru katerega je izšel tudi ta zbornik prispevkov. Aktivnosti regijskih društev za boj proti raku niso zastala in so svoje poslanstvo nadaljevala tudi v času pandemije COVID-19 v sodelovanju z lokalnimi deležniki, vsako po svojih zmožno-



Slika 6. Kolaž razsvetljenih slovenskih znamenitosti v turkizni barvi ob lansiranju globalne strategije SZO za eliminacijo raka materničnega vratu 17. novembra 2020. Avtorji fotografij: Miro Zalokar (Bled), Darija Strah (Ljubljana), Borut Ambrožič (Maribor in Selnica ob Dravi).

stih. Aktivnosti društev bodo predstavljene v Poročilu Zveze slovenskih društev za boj proti raku za leto 2020, ki bo izšel predvidoma ob 38. slovenskem tednu boja proti raku marca 2021, nekatere pa so predstavljene tudi v posebnem prispevku v tem zborniku (15). Društva so aktivnosti izvajala tudi v okviru projekta Zveze, ki ga sofinancira ministrstvo za zdravje »Evropski kodeks proti raku: Od mladih nog do zlatih let«, in pod okriljem Fundacije za financiranje invalidskih in humanitarnih organizacij (FIHO).

ZAKLJUČEK

Pristopi primarne in sekundarne preventive so izjemno učinkoviti za obvladovanje bremena raka, saj je z upoštevanjem 12 priporočil proti raku možno preprečiti okrog 40 % vseh rakov. Ker vseh rakov ne znamo in ne zmoremo preprečiti, je pomembno, da preostale odkrijemo v čim zgodnejši fazi, ko je zdravljenje manj intenzivno, prognoza in kakovost življenja po zdravljenju pa boljši. V času epidemije COVID-19 in po njej se vsak zase in skupaj kot družba soočamo z negotovostjo na skoraj vseh področjih svojega življenja. Zato je toliko pomembneje, da ne dopustimo, da se negotovost prikrade na področja, ki jih znamo in zmoremo obvladovati. Sem sodi zagotovo tudi preventiva raka. Zato je Zveza slovenskih društev za boj proti raku v času pandemije mobilizirala in povezala ključne slovenske deležnike v boju proti raku. Skupaj smo se intenzivno lotili ozaveščanja in opolnomočenja prebivalcev za ohranjanje in krepitev zdravja ter izvajanje priporočil proti raku. Verjamemo, da smo s tem doprinesli svoj majhen doprinos k velikemu cilju – da se zaradi pandemije COVID-19 v Sloveniji pandemija raka ne bo poslabšala.

LITERATURA

1. Chu D. K., Akl E. A., Duda S., Solo K., Yaacoub S., Schünemann H. J. COVID-19 Systematic Urgent Review Group Effort (SURGE) study authors. Physical distancing, face masks, and eye protection to prevent person-to-person transmission of SARS-CoV-2 and COVID-19: a systematic review and meta-analysis. *Lancet*. 2020; 395(10242): 1973–1987.
2. Li Y., Campbell H., Kulkarni D., Harpur A., Nundy M., Wang X. et al. The temporal association of introducing and lifting non-pharmaceutical interventions with the time-varying reproduction number (R) of SARS-CoV-2: a modelling study across 131 countries. *Lancet Infectious Diseases*. 2020. (Epub v pripravi za tisk.)
3. Preamble to the Constitution of WHO as adopted by the International Health Conference, New York, 19 June–22 July 1946; signed on 22 July 1946 by the representatives of 61 States (Official Records of WHO, no. 2, p. 100) and entered into force on 7 April 1948.
4. Balanzá-Martínez V., Kapczinski F., de Azevedo Cardoso T., Atienza-Carbonell B., Rosa A. R., Mota J. C., De Boni R. B. The assessment of lifestyle changes during the COVID-19 pandemic using a multidimensional scale. *Rev Psiquiatr Salud Ment*. 2020. (Epub v pripravi za tisk.)

5. Hu Z., Lin X., Chiwanda Kaminga A., Xu H. Impact of the COVID-19 Epidemic on Lifestyle Behaviors and Their Association With Subjective Well-Being Among the General Population in Mainland China: Cross-Sectional Study. *J Med Internet Res*. 2020; 22(8): e21176.
6. SloFit, Fakulteta za šport UL. Upad gibalne učinkovitosti in naraščanje debelosti slovenskih otrok po razglasitvi epidemije COVID-19. Novinarska konferenca, 22. september 2020, Ljubljana [ogled 15. 11. 2020]. Dostopno na: http://www.slofit.org/Portals/0/Clanki/COVID-19_razvoj_otrok.pdf?ver=2020-09-24-105108-370
7. Carethers J. M., Sengupta R., Blakey R., Ribas A., D'Souza G. Disparities in Cancer Prevention in the COVID-19 Era. *Cancer Prev Res (Phila)*. 2020; 13(11): 893–896.
8. Zadnik V., Mihor A., Tomsic S., Zagar T., Bric N., Lokar K., Oblak I. Impact of COVID-19 on cancer diagnosis and management in Slovenia - preliminary results. *Radiol Oncol*. 2020; 54(3): 329–334.
9. Novak Mlakar D., Jarm K. in Ivanuš U. Vpliv COVID-19 na izvajanje presejalnih programov za raka. Zbornik XVIII. Seminarja »In memoriam dr. Dušana Reje«; 3. 12. 2020, spletno izobraževanje.
10. Ivanuš U., Jerman T., Florjančič M. Poročilo o rezultatih in upravljanju programa ZORA v letu 2019 in v pandemiji COVID-19. Zbornik 10. izobraževalnega dne programa ZORA; 17. 11. 2020, spletno izobraževanje.
11. Schüz J., Espina C., Villain P., Herrero R., Leon M. E., Minozzi S. et. al. Working Groups of Scientific Experts. European Code against Cancer 4th Edition: 12 ways to reduce your cancer risk. *Cancer Epidemiol*. 2015; 39 Suppl 1: S1–10.
12. Zveza slovenskih društev za boj proti raku. Obvladovanje raka med epidemijo COVID-19 in po njej [ogled 15. 11. 2020]. Dostopno na: <https://priporocila.si/COVID-19/>
13. Zveza slovenskih društev za boj proti raku. Kanal Youtube [ogled 15. 11. 2020]. Dostopno na: <https://www.youtube.com/channel/UCAOsflLaFkwIT6AdEN8Ndig>
14. Global strategy to accelerate the elimination of cervical cancer as a public health problem. Geneva: World Health Organization, 2020.
15. Noč K. Regijska društva in njihovo delovanje v času epidemije COVID-19. Zbornik XVIII. Seminarja »In memoriam dr. Dušana Reje«; 3. 12. 2020, spletno izobraževanje.