Informacja prasowa

**W Sejmie o zdrowiu**

**Profilaktyka to pierwszy krok do zdrowia – bardzo często o tym zapominamy**

**Wczesna diagnostyka raka tarczycy i niebarwnikowych raków skóry pozwala na szybsze   
i skuteczniejsze leczenie, a przede wszystkim na wyleczenie pacjenta. Z punktu widzenia ekonomicznego jest odciążeniem dla budżetu państwa, ponieważ dzięki niej zmniejszają się koszty terapii. Z wykonywania diagnostyki już na wczesnym etapie rozwoju choroby wynikają same korzyści, a mimo to nawyk chodzenia Polaków na badania profilaktyczne wciąż nie jest na zadowalającym poziomie.**

**– *Szczególnie teraz, gdy wielkimi krokami zbliżamy się do sezonu wakacyjnego bardzo ważne jest to, żeby pamiętać jakie skutki może przynieść nadmierna ekspozycja na promieniowanie UV. Dodatkowo 25 maja przypada Światowy Dzień Tarczycy, więc to idealny moment by szeroko mówić o profilaktyce, szczególnie tych nowotworów, które bardzo często są bagatelizowane. Mowa tu   
o raku tarczycy oraz o niebarwnikowych nowotworach skóry. W ramach kampanii „Motyle pod ochroną” oraz kampanii „Rak UV” chcemy zwrócić uwagę posłanek i posłów na pacjentów onkologicznych oraz pokazać jak ważna jest profilaktyka w przebiegu procesu leczenia* – wyjaśnia Elżbieta Kozik, Prezes Zarządu** **Polskie Amazonki Ruch Społeczny.**

Na co dzień Polskie Amazonki Ruch Społeczny działają w zakresie poprawy sytuacji pacjentów onkologicznych oraz szerzenia świadomości dotyczącej profilaktyki, diagnostyki oraz leczenia wszystkich rodzajów nowotworów. Tym razem odbiorcami ich przekazu będą parlamentarzyści. Jednym z elementów wydarzenia będzie możliwość wykonania badania USG pod kątem raka tarczycy oraz badania dermatoskopowego pod kątem nowotworów skóry, czyli dwóch bardzo często bagatelizowanych jednostek chorobowych, których wczesne wykrycie przynosi same korzyści. Inicjatywa ma na celu zwrócenie uwagi parlamentarzystów na istotność wczesnego wykrywania obu jednostek chorobowych.

**Pamiętaj o swojej tarczycy – motyle pod ochroną**

Rak tarczycy co roku diagnozowany jest u ok. 3 tys. osób. W przeciwieństwie do wielu innych typów nowotworów, o raku tarczycy mówi się stosunkowo mało. Uważany jest za dość rzadką chorobę, ale   
z roku na rok wzrasta poziom zachorowalności na nią. Jest to choroba tak zwanych młodych dorosłych, czyli osób w wieku 20-40 lat, szczególnie kobiet. W 90% przypadków leczenie kończy się sukcesem, ale jak każda choroba nowotworowa odciska piętno na życiu pacjenta.

Nie są znane szczegółowe przyczyny powstawania tego nowotworu, ale do czynników mogących mieć wpływ na jego rozwój są: nadmiar lub niedobór jodu, nadmierne wydzielanie hormonu przysadki mózgowej - TSH – tyreotropiny, która stymuluje do pracy tarczycę; narażenie na promieniowanie   
w wyniku radioterapii okolic głowy, szyi i klatki piersiowej; czynniki genetyczne, w przypadku historii choroby w rodzinie.

- *Objawy, które mogą świadczyć o problemie związanym z tarczycą to powiększenie węzłów chłonnych szyi, chrypka, zmiana barwy głosu, czy trudności z przełykaniem. Jednak najczęściej występującym objawem raka tarczycy są wyczuwalne zgrubienia w przedniej części szyi – tzw. guzki. Takie objawy koniecznie należy zgłosić lekarzowi, który skieruje na USG tarczycy, które jest w stanie wykryć nawet najmniejsze zmiany. Profilaktycznie takie badanie należy wykonywać raz na dwa lata, o ile lekarz nie zalecił innej częstotliwości* – wyjaśnia Magdalena Knefel, Polskie Amazonki Ruch Społeczny.

**Niewielka zmiana na skórze? To może być rak!**

Słońce bez odpowiedniej profilaktyki może być dla nas naprawdę niebezpieczne. Raki skóry to najczęściej występujące nowotwory złośliwe u człowieka o białym kolorze skóry - stanowią 30% wszystkich rozpoznawanych nowotworów złośliwych. W świadomości Polaków rak skóry, błędnie kojarzony jest wyłącznie z czerniakiem, na temat którego wiedza wśród społeczeństwa jest większa. Do raków skóry zaliczamy również niebarwnikowe nowotwory skóry, tj. rak podstawnokomórkowy – najczęstszy rak skóry, stanowiący 80% zachorowań oraz rak kolczystokomórkowy stanowiący 15-20%. Ponad 90% nowotworów niebarwnikowych skóry jest bezpośrednio związanych z promieniowaniem ultrafioletowym.

Obraz kliniczny obu niebarwnikowych nowotworów skóry, jest zróżnicowany i zależy od umiejscowienia. Zasadniczą różnicą między rakiem kolczystokomórkowym skóry, a rakiem podstawnokomórkowym skóry są komórki z których powstają. Rak kolczystokomórkowy powstaje   
z komórek warstwy kolczystej, natomiast rak podstawnokomórkowy z komórek warstwy podstawnej. Czynnikiem ryzyka rozwoju raka podstawnokomórkowego jest kumulacyjna dawka promieni słonecznych. Za pojawienie się raka kolczystokomórkowego odpowiadają intensywne przerywane kąpiele słoneczne.

Zmiany dotyczące obu nowotworów występują najczęściej na odsłoniętych częściach ciała, głównie   
w obrębie głowy lub szyi, ale mogą również pojawić się na kończynach, tułowiu czy genitaliach. Rak kolczystokomórkowy w porównaniu do raka podstawnokomórkowego charakteryzuje się gwałtowniejszym wzrostem oraz większą skłonnością do miejscowej destrukcji i tworzenia przerzutów.

**–** *Istotnym elementem w profilaktyce raka skóry jest samoobserwacja, która powinna odbywać się przynajmniej raz w miesiącu. Polega ona na sprawdzeniu skóry pod kątem nowych zmian oraz obserwacji wcześniejszych. Raz w roku warto udać się do dermatologa na badanie dermatoskopem, aby sprawdzić wszystkie zmiany powstałe na ciele. W przypadku gdy któraś z nich budzi pewne podejrzenia pobiera się wycinek, który następnie poddawany jest badaniu histopatologicznemu*   
**–** wyjaśnia Magdalena Knefel. – *Badanie dermatoskopowe jest naprawdę szybkie i nie trzeba się na nie specjalnie przygotowywać, dlatego tym bardziej warto je wykonać. Warto żeby osoby, które nie wykonały tego badania po wakacjach udały się na nie już teraz i pamiętały o jego corocznym wykonywaniu. Szczególnie po okresie wiosna-lato, kiedy to nasza skóra jest najbardziej narażona na oddziaływanie promieni UV* – dodaje.

Więcej informacji o kampaniach na:

* Motyle pod ochroną -<https://ruchspoleczny.org.pl/aktualnosci/motyle_pod_ochrona_co_znaczy_rak_tarczycy-139.html>
* Rak UV - [www.rakuv.pl](http://www.rakuv.pl)