



Dve zbrane proti KRCa
názorná edukácia verejnosti
OZ europacolon

28. apríl 2011

Osoby a obsadenie

- **Rakovina hrubého čreva a konečníka**
 - 3600 novozasiahnutých pacientov každoročne
 - 1700 ľudí ktorí zomrú každoročne na toto ochorenie
- **Zbrane, ktoré proti nej máme a vieme že fungujú**
 - primárna prevencia, životospráva, výživa, pohyb, striedmosť
 - sekundárna prevencia, skríning FOB testy, kolonoskopie
- **Nedostatok informácií**
 - málo aktívnych žiadateľov o prevenciu, predsudky
- **Obrovská maketa čreva, ktorou sa dá prejsť ako tunelom**
- **Pacientske združenie europacolon**

Národný prieskum znalosti ochorenia, statusu pacientov, prevencie, r. 2007

Edukačné kampane, vkladačka plus7, billboardy, infolinky, weby, r.2007-2011

TOUR s obrovskou maketou čreva /ktorou sa dá prejsť/, r. 2008 - 2009

MINI - pilotný skríning, FOB testy pre verejnosť, r. 2009 – 2010

ČREVOTOUR v maďarčine, r. 2010

ČREVOTOUR stred a sever SR, r. 2011

Výsledky národného prieskumu znalosti rakoviny hrubého čreva u obyvateľov Slovenska

/reprezentatívny prieskum prebiehal v r. 2007/

- **až ¼** respondentov si myslí, že rakovina hrubého čreva a konečníka (KRCA) sa nedá včas diagnostikovať
- **iba 17%** respondentov pozná varovné príznaky
- **len 20%** opýtaných dostáva informácie o KRCA od svojho praktického lekára
- **až 40%** respondentov by napriek prvotným príznakom (tmavá stolica) nenavštívilo lekára

Napriek tomu, že na základe prvej komunikácie Europacolón bolo poskytnutých verejnosti mnoho informácií o rakovine hrubého čreva a konečníka prostredníctvom médií;

Napriek tomu, že každý pozná niekoho, kto má toto ochorenie;

Napriek tomu, že na Slovensku beží národný skríníngový program, žiaľ na požiadanie

- sú výsledky národného prieskumu viac ako znepokojujúce.

Apríl 2007

Vznik europacolón slovensko



- **MUDr. Tomáš Šálek, riaditeľ NOÚ**
- **Patrik Herman – zakladateľ neziskovej organizácie**
- **Ing. Jana Pifflová Španková – prezidentka neziskovej organizácie**
- **MUDr. Rudolf Hrčka, CSc. čestný člen správnej rady**
- **MUDr. Elena Šušková, predsedníčka sekcie pacientov**
- **Pacienti s KRca**



Edukácia v médiách



europacolon slovensko

Rakovina je voči životu ľahostajná



Patrik Herman

Všetko to bolo rýchle a nečakané. To hrozne slovo som ani nedokázal vystožiť. Pozreli sme sa vzájomne do očí a otec pochopil. Pustili sa do fatálneho boja. Bol neuveriteľne statočný. Možno stačilo málo – raz do roka návšteva u lekára, jednoduchý, banálny test a otec mohol íť... Už bolo neskoro... Rakovina hrubého čreva nemá pravidlá – treba byť vždy krok pred ňou. Nikto kvôli sebe, ale aj kvôli svojim blízkym. Dnes je ten správny čas, lebo zajtra vám už rakovina nemusí dať šancu!

Patrik Herman, televízny moderátor a zakladateľ Europacolon Slovensko

Cuťová 14, 813 39 Bratislava, www.europacolon.sk

Čo je kolorektálny karcinóm

Ide o rakovinu hrubého čreva (kolón) a konečníka (rektum). Rakovina hrubého čreva a konečníka často vzniká z nezhubných nádorov, ktoré sú známe ako adenómy či adenómové polypy. Niekedy začnú rásť a ich bunky zmenia štruktúru, tvar a funkciu. Proce sa môžu vyvinúť až do rakoviny hrubého čreva a konečníka (kolorektálny karcinóm).

Príznaky

Ak má byť liečba úspešná, je mimoriadne dôležité odhaliť ochorenie včas a čo najskôr navštíviť odborníka. Medzi najčastejšie príznaky patria:

- dlhotrvajúce poruchy vyčúvania stolice (hnačka alebo zápcha),
- veľmi tmavé sfarbenie stolice,
- kvácanie z konečníka bez bolesti, svrbenie, podráždenie a opuch,
- bolesť v brušnej oblasti (plynatosť, silná bolesť) bez zjavnej príčiny,
- pocit, že črevo sa úplne nevyprázdňuje,
- nevyveštená úrava, horúčka, závrty,
- nechúť do jedla, strata hmotnosti.

Rizikové faktory

Preruš príčinu vzniku rakoviny hrubého čreva a konečníka sa zatiaľ nepodarilo odhaliť, no poznáme faktory, ktoré riziko ochorenia zvyšujú.

- ochorenie v rodine
Mnohí pacienti majú príbuzných, ktorí trpia alebo trpeli rovnakou diagnózou.

- vyšší vek
Riziko rakoviny hrubého čreva a konečníka rastie najmä po päťdesiatke, i keď niekedy choroba napadne aj mladých ľudí.

- iné ochorenia hrubého čreva a konečníka
Pacienti, ktorí už mali v minulosti polypy v hrubom čreve, trpia rakovinou hrubého čreva a konečníka častejšie. Rovnako aj pacienti s Crohnovou chorobou.

- obezita
Klinické štúdie potvrdili, že obezita má priamy vzťah k rakovine hrubého čreva a konečníka.

- stravovanie a životný štýl
Riziko ochorenia zvyšuje strava bohatá na tuky a chudobná na vlákninu, pitie alkoholu, fajčenie, stres a sedavý spôsob života.

EUROPACOLON Slovensko, návratka

Meno: _____

Príezvisko: _____

Adresa: _____

E-mail: _____

Súhlasím, že uvedené údaje môžu byť spracované a použité pre ďalšie potreby projektu Europacolon Slovensko.

tu pokračuje

V prípade, že máte záujem získať o projekte Europacolon Slovensko viac informácií alebo sa stať členom združenia Europacolon Slovensko, zašlite nám, prosím, bezplatný korešpondenčný lístok.

Príhlašiť sa môžete aj cez webovú stránku: www.europacolon.sk

Europacolon Slovensko vám bude pravidelne zasielať informácie o svojich aktivitách a novinách. Ďakujeme vám za prejavovaný záujem a veríme, že spoločne dokážeme ešte viac.


europacolon slovensko

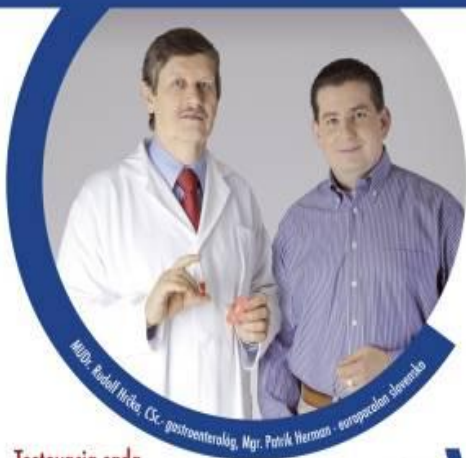
Najúspešnejšia osvetová kampaň v EÚ r.2008/09 s nadrozmernou maketou hrubého čreva - Frankfurt



OC Centro Nitra v júli 2008



SPOLU PROTI RAKOVINE HRUBÉHO ČREVA A KONEČNÍKA



Toto nie je
reklamná kampaň
na prevenciu,
je to kampaň
za **Váš život!**

5 minútový domáci test
Vám môže zachrániť život.

Test si môžete zdarma objednať aj na:

www.europacolón.sk

www.krca.sk

bezplatná infolinka: 0800 / 800 183

Testovacia sada

1. vytvorenie nádobky na vzorku
 2. odoberte vzorky zo stolice
 3. zasunutie a zaskrutkovanie tyčinky do nádobky
 4. vloženie nádobky so vzorkou stolice do vrecka z plastu
- Kompletný návod dostanete domov s testom.

Hlavný partner projektu:



Test na skryté krvácanie do stolice si môžete urobiť aj doma v súkromí.
Je bezbolestný, jednoduchý a môže odhaliť rakovinu skôr, než ona dobehne Vás.

Kampaň za Váš život

Postup pri odbere vzorky

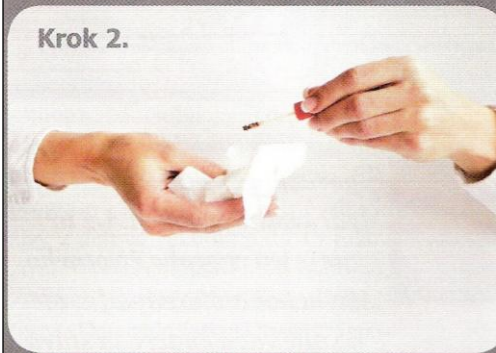
Krok 1.



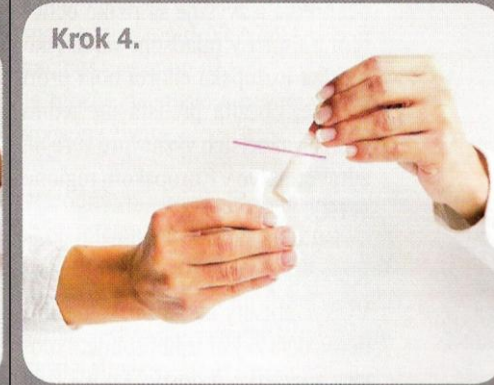
Krok 3.



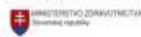
Krok 2.



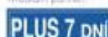
Krok 4.



Partneri projektu:



Mediálni partneri:



S črevom od Bruselu až po Dunajskú Stredú



EU parlament Brusel, marec 2008



Bojnice – jeseň 2009



Patrizánske - leto 2010

Trnava, Nitra, Žilina, Bystrica, Prešov, Poprad, Košice, rok 2008



Október november 2010 – po maďarsky

Komárno, Štúrovo, R.Sobota, Rožňava, N.Zámky, D.Streda



Ružomberok - pred 5 dňami, apríl 2011

Patrik Herman vysvetľuje ľuďom manipuláciu - FOB testy



Martin - pred 10 dňami

zápcha návštevníkov v nafukovacom čreve
Patrik Herman vo vnútri dáva do pozornosti FOB testy



Zvolen - pred 15 dňami

Patrik opäť pri čreve



Banská Bystrica pred 20 dňami - apríl 2011

Patrik opäť vysvetľuje FOB testy aj županovi a jeho ľuďom



Banská Bystrica – 1.apríl 2011

maximálny záujem cieľovej skupiny

Patrik a dobrovoľná sestrička upozorňujú na FOB testy



Apríl r. 2006

Patrikovho otca možno nemal kto upozorniť na FOB test.
Na jeho počesť - prvé výročie úmrtia v apríli 2007 vznikol europacolon.

Aj preto prostredníctvom Črevotour chceme:

- **netradične osloviť verejnosť, informovať** o zákernosti a bezpríznakovosti
- **priamo ľudí nad 50 rokov**, u ktorej je najvyšší výskyt a zároveň majú najmenej informácií, menej finančných prostriedkov, menej možností sledovať médiá, nemajú internet – doterajšie kampane k nim nedosiahli, majú dlhý život pred sebou, rakovina sa vyvíja potichu - nedať jej šancu
- **chceme aby ľudia vedeli o prevencii, diagnostike i liečbe**
- **chceme aby ľudia chodili za lekármi a pýtali si testy, kolonoskopie**
- **chceme aby poznali varovné príznaky a nenechávali si ich pre seba**
- **vysvetľujeme im aby rozumeli a nebáli sa /nejde o výter ani rektoskopiú/**

Chceme Vám pomôcť, chceme zastaviť nezmyslené zomieranie

Náš najvýznamnejší a strategický spojenec v boji proti tejto rakovine je všeobecný praktický lekár

Povzbudzujeme ľudí stále ďalej

Aktuálny Život – vychádza dnes 28.4.2011

zdravie, lekári, medicína

Neurobte chybu

Pán LADISLAV rakovinou trpel najmenej dva roky pred jej zistením.



Kde vám pomôžu

Test na okultné krvácanie vám poskytnie na požiadanie raz za dva roky každý praktický lekár, ak máte nad 50 rokov. Je to možnosť, ako zistiť KRCa v prvom, bezpríznakovom štádiu.

RAKOVINU HRUBÉHO ČREVA MU ZISTILI AŽ PRI VSTUPNEJ PREHLIADKE

LADISLAV CSOMO (56) pred dvomi rokmi nastupoval do nového zamestnania. Opakovaný odber krvi mu zachránil život.

Pán Ladislav v novom zamestnaní pracuje dodnes. Veľmi dobre znáša chemoterapiu i liečbu monoklonálnymi protilátkami. Hoci už má za sebou jedenásť cyklov chemoterapie aj liečbu bevacizumabom, z práce nemusel odísť. „Pre našu rodinu je môj príjem dôležitý, môj mladší syn má iba trinásť rokov,“ hovorí Ladislav. Pred dva a pol rokom mu pri vstupnej prehliadke lekárika zistila nedostatok železa v krvi. „Dala mi železo v tabletkách. O tri mesiace potom som z dôvodu postupu v práci musel ísť znovu na prehliadku. Železo neprestalo ubúdať. Znamene

lo to, že odniekiaľ skryto krvácam,“ vie už dnes zhodnotiť pán Ladislav. Jeho manželka pracuje v zdravotníctve a diagnostiku už tušila. Nádor v hrubom čreve ho takmer celú vypláňal, na pečeni už boli metastázy vo veľkosti trinásť a sedem centimetrov. Operovali ho veľmi rýchlo, lebo hrozilo, že črevo sa roztrhne a obsah sa vyleje do brucha. Lekári Ladislavovi oznámili, že nádor v čreve musel rásť približne dva roky. „Dnes si spätne spomínam, že som býval unavený a schudol som. Ku koncu som mal z krvi unavšiu stolicu v tvare ceruzky, lebo nádor už zužoval črevo. Vtedy som to však nepovažoval za dôležité.“ Dnes Ladislav

uznáva, že jeho nevedomosť ho takmer stála život.

Urobte si test

Každý človek nad 50 rokov by mal raz za dva roky absolvovať test na skryté (okultné) krvácanie do stolice. Vo vzorke stolice sa špeciálnym testom zistia možné stopy krvi a v prípade pozitívneho nález pacient absolvuje vyšetrovanie hrubého čreva kolonoskopiou. „Keby som to absolvoval, mohli mi rakovi-

Ak máte nad 50 rokov, pozor!

- Rakovina hrubého čreva a konečníka (KRCa) postihuje najmä ľudí nad päťdesiat rokov.
- KRCa je tretím najčastejším onkologickým ochorením.
- KRCa zabíja vo svete každoročne 530 000 z milióna novodiagnostikovaných pacientov.
- V Európe každoročne diagnostikujú asi 435 000 nových prípadov.
- Prognóza ochorenia závisí od štádia, v ktorom sa objaví. Priemerne 43 percent pacientov prežije 5 a viac rokov po diagnostikovaní.
- Ochoreniu sa dá predchádzať, pretože sa zvyčajne vyvíja z nezhubného polypu či adenómu. Na Slovensku je KRCa napriek tomu na druhom priečke úmrtnosti na onkologické ochorenia. Príčinou je neznalosť či pocit hanby. V našej krajine chýba národný skríningový program.

zdravie, lekári, medicína

VYBERÁME TÚ LIEČBU, KTORÁ JE PRE PACIENTA NAJÚČINNEJŠIA

Typický prípad nie je



Podľa MUDr. PÖRSÖKA je nádorová bunka veľmi zložitá.

MUDr. ŠTEFAN PÖRSÖK (38) pracuje v Národnom onkologickom ústave v Bratislave, venuje sa nádorom tráviaceho traktu a vyučuje na Lekárskej fakulte UK.

Kto je typickým pacientom s karcinómom hrubého čreva a konečníka (KRCa)? To sa nedá povedať. U mužov a žien je výskyt takmer rovnaký, mužov o 30 až 50 percent častejšie postihuje nádor v oblasti konečníka. Pacienti nad 50 rokov sú ním však ohrození najviac. Trpia týmito druhom rakoviny aj mladší pacienti?

Vyskytuje sa aj u tridsiatnikov či štyridsiatnikov, vtedy však treba uvažovať o genetickom výsetrení. Existujú totiž aj geneticky podmienené formy KRCa, ide o familiárny typ rakoviny, ktorú sa vyskytuje u viacerých členov rodiny.

KRCa je tretím najčastejším onkologickým ochorením na Slovensku. Ktoré sú prvé dve? Rakovina pľúc a mliečnej žľazy.

Ako sa vyvíja liečba metastatického karcinómu hrubého čreva v posledných rokoch?

Priechádzajú stále nové cytostatiká, v súčasnosti je veľkým prínosom biologická liečba, ktorá sa začleňuje na rôzne štruktúry rakovinovej bunky. Máme k dispozícii cetuximab pre pacientov s karcinómom pozitívnym na EGFR, ďalej bevacizumab a pre pacientov v pokročilých štádiách choroby, ktorí nereagovali na chemoterapiu a ich nádor je pozitívny na EGFR, existuje panitumumab. Volí sa taká liečba, ktorá je u daného pacienta čo najúčinnjšia.

Koľko sa priemerne dožívajú pacienti, u ktorých sa choroba zistí v pokročilom štádiu? Približne pred desiatimi rokmi to bolo priemerne 6 mesiacov, dnes pri použití moderných cy-

tostatík a biologickej liečby je to 20 až 24 mesiacov. Sú však pacienti, ktorí sa dožívajú aj menej či, naopak, viac.

V akom stave je u nás prevencia proti KRCa?

Je to pomerne časté ochorenie, potrebovali by sme národ-

ný skríningový program. O prevenciu a jej publicitu sa snažia zatiaľ najmä pacientske organizácie. Veľa práce môžu urobiť aj praktickí lekári ľuďovetným vyšetrením konečníka a významní si príznaky.

Aké príznaky si môže človek pri KRCa na seba všimnúť? Spočiatku to môžu byť nechutenstvo, občasné striedanie zápch s hnačkou, nafukovanie, neskôr sa tieto príznaky stupňujú, môže sa objaviť krv v stolici, schudnutie, únava, horúčky. Môže sa zmeniť charakter stolice, s matčím nádorom sa stáva tenšou, akoby ceruzkovitou. KRCa v pokročilých štádiách signalizujú horúčky, výrazná bolesť, môže dôjsť až k pretrhnutiu steny čreva. Pri kontrolnom odbere krvi sa môže zistiť anémia, hoci spočiatku ide o minimálne straty krvi. Ako vidíte budúcnosť biologickej liečby KRCa?

Nádorová bunka je veľmi zložitá a dá sa na ňu pôsobiť na viacerých úrovniach. Vývoj nových liekov dáva pacientom nádej na vyliečenie. U nás je onkologická liečba KRCa aj v porovnaní s ostatnými európskymi krajinami dobre dostupná.

MARCELA FUKNOVÁ

Nabudúce: Priberáme - obezita



Zdravotnícke noviny – apríl 2011

riera

7. apríl 2011 | č. 14



Ilustračné foto: Archív o. z. Europacolón

Prevenícia

Verejnosť vie o ochorení čreva málo

Karcinóm hrubého čreva a konečníka ročne diagnostikujú asi 3400 Slovákom. Je to druhá najčastejšia príčina úmrtia medzi onkologickými pacientmi. Žiaľ, väčšina z postihnutých prichádza k lekárovi neskoro. Každoročne na toto ochorenie v SR umiera až 1700 ľudí.

V posledný marcový deň sa začalo putovanie nafukovacej makety hrubého čreva ako názornej pomôcky pri osвете a prevencii rakoviny hrubého čreva a konečníka, po obciach a mestách stredného a severného Slovenska. Prvým mestom, kde vyškolení zdravotníci a odborné sestry pre výživu radili ľuďom, ako sa brániť proti jednej z najrozšírenejších foriem rakoviny u nás a ako sa správne stravovať, bola Banská Bystrica.

Odborníci tvrdia, že spôsob výživy má na vznik a rozvoj nádorového ochorenia 30- až 80-percentný podiel, podľa lokalizácie, typu a charakteru nádoru. Štatistiky hovoria, že ak sa zachyti včas, dá sa vyliečiť 95 percent postihnutých. Preventívna prehliadka po päťdesiatke by mala byť samozrejmosťou, najmä ak sa už tento typ rakoviny vyskytol v rodine. Karcinóm v hrubom čreve a konečníku často vzniká z výrastkov - polypov. V apríli, ktorý je európskym mesiacom osvedy o rakovine hrubého čreva, akcia občianskeho združenia Europacolón Slovensko pokračuje vo Zvolene (7. 4. až 9. 4.), odtiaľ zamieri do Martina (14. 4. až 16. 4.), Ružomberka (21. 4. až 23. 4.) a Liptovského Mikuláša (28. 4. až 30. 4.).

(r)

Pekne Vás prosíme

- Veľmi by sme prosili aby ste ponúkali ľuďom prevenciu - testy, kolonoskopiu
- Pýtali sa ich na príznaky KRCa
- Vysvetlili im bezpríznakovosť ochorenia, prevencii sa venujeme keď sme zdraví
- Tiež aj zbytočné obavy pred chýlostivosťou vyšetrenia
- Chceme Vám pomôcť: My vplývame na nich z jednej strany, prosíme vplývajte aj Vy z tej druhej
- Využite prosím našu podporu
- Má to význam – črevo je myšlienka z USA, kde až po 15 rokoch sústavného posielania ľudí na testy začala krivka úmrtnosti konečne klesať.
- Musela dorásť generácia ktorá uverila prevencii, vďaka vplyvu osvedy a výchovy k nej. Je to aj naša cesta?

Zastavme spolu zbytočné zomieranie

Rajská hudba pre dobrovoľníka europacolon

(okrem sústavného hukotu nafukovacieho zariadenia)

- z dnešných rozhovorov v čreve...
- ... „áno mám vynikajúceho praktického lekára všimol si moju chudokrvnosť a poslal ma na kolonoskopiu, našťastie nádor bol maličký a už som v poriadku“
- „áno, mám skvelú pani obvodnú doktorku - dala mi test a bol v poriadku“...
- Ďakujeme Vám 😊

Náš pacient a cieľ zdravý(á) 50 – 60tnik



Najúspešnejšia osvetová kampaň v EÚ r.2009 s nadrozmernou maketou hrubého čreva



Incheba Bratislava v marci 2009

Osvetové akcie OZ europacolón



Incheba Bratislava v máji 2010

OTTO pre Patrika



Prvá európska konferencia pacientov s KRCa



Prvá európska Konferencia pacientov s kolorektálnym karcinómom
24. a 25. júna 2011 /piatok a sobota/
V rámci 13. Svetového kongresu ESMO o rakovine tráviaceho traktu v Barcelone – Španielsko

Komu je určená? Pacientom s kolorektálnym karcinómom – rakovinou hrubého čreva a konečníka, ich podporovateľom, blízkym a priateľom
Prečo? Naším cieľom je prostredníctvom tejto historickej prvej konferencie pacientov s rakovinou hrubého čreva a konečníka **INSPIROVAŤ** a **MOTIVOVAŤ** účastníkov, aby sa stali **AKTÍVNIMI** v ich vlastných krajinách a pomohli vytvoriť silné spoločenstvo proti kolorektálnemu karcinómu
Spoločnou prácou a úsilím môžeme zachrániť tisíce životov prostredníctvom presadzovania včasnej diagnostiky a spravodlivého prístupu k najlepšej liečbe a starostlivosti.

Pre záujemcov je k dispozícii limitovaný grant na úhradu cestovných nákladov
Registráciu a program konferencie - nájdete na adrese: www.europacoln.com/CCPC



Jún 2011



Pozývame aj Vás na prechádzku črevom:

Žilina XV. kongres SLS - predsálie hotela 28.4. 2011

Liptovský Mikuláš, Črevotour - Billa Garbiarska 29.4. – 30.4. 2011

Priepasné, Košariská - Dni zdravia 12.5. 2011

The Power of patient voices - Barcelona 24. – 25.6. 2011