

Liga proti rakovině Praha
Na Truhlářce 100/60, 180 81 Praha 8
Tel./fax: 224 919 732
E-mail: lpr@lpr.cz, www.lpr.cz
Stálý účet LPR: 8888 88 8888/0300

Posílat dárcovské SMS ve tvaru **DMS KVET** na číslo **87 777** můžete do 30. 9. 2013. Cena jedné DMS je 30 Kč, LPR Praha obdrží 27 Kč. Přispívát na sbírkový účet Českého dne proti rakovině 65 000 65/0300 lze do 31. 12. 2013.

Zakoupením kytičky za minimální cenu 20 Kč, darem na sbírkový účet či odesláním DMS umožníte Lize proti rakovině Praha plnit své poslání: šířit nádorovou prevenci, zlepšovat kvalitu života onkologických pacientů, podporovat onkologický výzkum a přispívat k vybavenosti onkologických pracovišť.

<p>Generální partner:</p>  <p>Česká pošta</p>	<p>Hlavní partneré:</p>  <p>Global Logistics gsk GlaxoSmithKline</p>
--	---

<p>Hlavní mediální partner:</p>  <p>Radiožurnál Český rozhlas</p>	<p>Mediální partner:</p>  <p>BAUER MEDIA GROUP</p>
--	---

<p>Partneré:</p>  <p>LUXOR KNIHKUPECTVÍ PIONÝR kanzelsberger</p>	<p>Organizátor:</p>  <p>ARCADIA PRAHA</p>
--	--

Poděkování dalším partnerům a spolupracovníkům:

Bluetech, s. r. o. • Český červený kříž • Český svaz žen • Model Obaly, a. s.
NEWTON Media, a. s. • Sdružení hasičů Čech, Moravy a Slezska
Soleta Signum, s. r. o.

ČESKÝ DEN PROTI RAKOVINĚ 15. května 2013

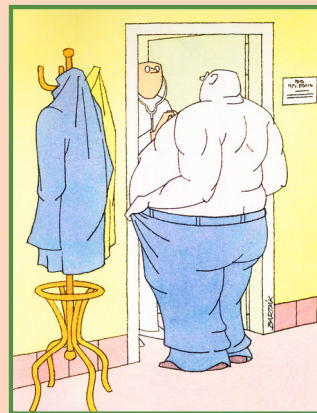


PŘEŠLI BYSTE FREKVENTOVANOU ULICI SE ZAVŘENÝMA OČIMA? BYLO BY TO O ŽIVOT!

Proč tedy tolik z nás zavírá oči před rizikem ztráty zdraví, ba dokonce života? Ze strachu nebo z lehkomyšlnosti? Chceme vás v těchto řádcích varovat před důsledky typicky českého hazardérství: **v Evropě neexistuje stát, jehož obyvatelé by tak často – a zbytečně! – umírali na rakovinu tlustého střeva a konečniku.** Přitom by stačila jen špetka odpovědnosti vůči sobě samému.

UMÍRÁME ZBYTEČNĚ: PŘÍCHÁZÍME K LÉKAŘI POZDĚ.

I v sousedních státech je tzv. kolorektální karcinom (lat. *colon* = tlusté střevo, *rectum* = konečník) vážnou hrozbou. Kolorektální karcinom lze odhalit včas, ještě než se objeví jeho příznaky. **Takto časné onemocnění dokáže současná medicína zcela vyléčit u 9 pacientů z 10. V naší zemi je 54% případů odhaleno až v pokročilém stadiu, kdy už je šance na vyléčení malá.**



CO MÁME DĚLAT?

Využijeme dostupná pravidelná preventivní vyšetření. Nebolí a od 50 let věku jsou hrazena zdravotní pojišťovnou. **Protože rakovina tlustého střeva a konečniku se vyvíjí nenápadně, preventivní vyšetření by měl v letech zralosti podstoupit každý z nás, i když nemá obtíže.**

Obezita patří k rizikovým faktorům kolorektálního karcinomu.

NAD 50 LET JE PREVENTIVNÍ VYŠETŘENÍ ZDARMA!

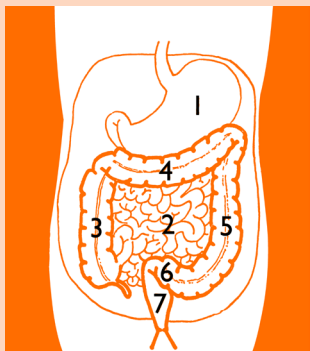


Schéma trávicího ústrojí: 1 - žaludek, 2 - tenké střevo, 3 - vzestupná část tlustého střeva, 4 - příčná část, 5 - sestupná část, 6 - esovitá klička, tzv. sigmoideum, 7 - rektum.

z pěti bývají zdrojem kolorektálního karcinomu snadno odstranitelné polypy (adenomy). Pokud ovšem nejsou odstraněny včas...

SITUACE JE VÁŽNÁ...

V České republice onemocní zhoubným nádorem tlustého střeva a konečníku přes 8000 lidí ročně (8205 osob v roce 2009) a takřka 5000 jich zemře. **Pro více než polovinu pacientů je toto onemocnění osudné.** Rakovina tlustého střeva je tak druhou nejčastější onkologickou diagnózou v ČR, hned po karcinomu prostaty u mužů a karcinomu prsu u žen. Kdyby lidé nebrali péči o své zdraví tak lehkovážně, **hrozivá čísla výskytu i úmrtnosti by byla o 30% nižší.**



*Nenápadně, zcela tiše
může tiktat ve tvém břiše
osudová nálož.*

*Běží nám čas - mně i tobě!
Tak s tím správně nalož!*

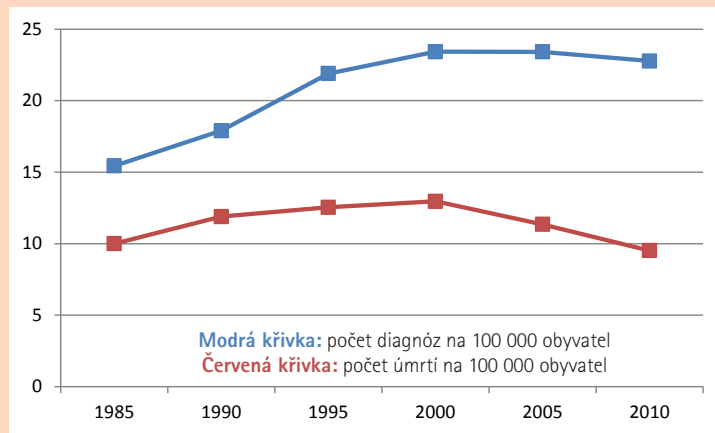
PREVENCE? ŽÁDNÁ VĚDA!

Příčin vzniku kolorektálního karcinomu je celá řada: **obezita + nevhodné stravovací návyky + nedostatek pohybu + kouření + alkohol + genetické faktory.** Vhodnými zásahy do životosprávy lze rizika onemocnění významně snížit.

Bojujte s nadváhou, dopřejte tělu pravidelnou fyzickou námahu a pohyb, podstatně obohaťte stravu o zeleninu, ovoce a vlákninu, uberte masa a tuků živočišného původu, snižte příjem soli, uberte jídel grilovaných, smažených a uzených. S alkoholem opatrně, cigarety zahodte!

Především ale, je-li vám kolem padesátky, neváhejte a podstupte preventivní test na okultní krvácení!

ČASOVÝ VÝVOJ VÝSKYTU A ÚMRTNOSTI U DIAGNÓZY KOLOREKTÁLNÍHO KARCINOMU



Kolorektální karcinom postihuje zejména starší osoby. Nejvíce případů výskytu i úmrtí je hlášeno u mužů ve věku 65-69 let, u žen mezi 75-79 lety.

Obracejte se na Nádorovou telefonní linku LPR Praha.
Vaše dotazy ochotně zodpoví erudovaní lékaři v pracovních dnech od 9 do 16 h na tel. **224 920 935**, písemné otázky můžete poslat na e-mail: **birkova@lpr.cz**.