

## UVODNIK

Zveza slovenskih društev za boj proti raku deluje od leta 1984. Povezuje 11 regijskih društev iz vse Slovenije. Deluje v javnem interesu za vse državljane in ima status humanitarne organizacije. Od ustanovitve izvaja programe za preprečevanje raka, ki so namenjeni izobraževanju otrok in mladostnikov v osnovnih šolah, dijakov v srednjih šolah, odraslega prebivalstva, zdravnikov, zdravstvenih sodelavcev ter profesorjev in predavateljev zdravstvene vzgoje.

Dejstvo je, da bi bilo mogoče skoraj polovico vseh rakavih bolezni preprečiti z zdravim življenjskim slogom, cepljenjem, redno udeležbo v presejalnih programih za raka pa tudi z življenjem v čim manj onesnaženem bivalnem in delovnem okolju. Nasvete, kako živeti, da bi si vsak posameznik kar najbolj zmanjšal individualno ogroženost z rakom, seveda ob podpori države, podaja Evropski kodeks proti raku. Prvotni, ki je nastal že leta 1986, je bil že večkrat posodobljen z novimi dognanji, nazadnje leta 2014. Takrat si je zveza zadala nalogo, da na seminarjih po začetni predstavitvi celotnega kodeksa natančneje prikažemo posamezne nasvete in pojasnimo razloge zanje.

Letošnji seminar v spomin dr. Dušana Reje namenjamo pregledu razlogov za šesto priporočilo prenovljenega Evropskega kodeksa, ki svetuje čim bolj omejiti pitje alkoholnih pijač. Alkohol je psihoaktivna snov (droga), ki spremeni zaznavanje in doživljanje ter lahko povzroči, da poseganje po njem preide v navado in pivca zasvoji. Škodljiva raba alkohola je eden glavnih in preprečljivih dejavnikov tveganja različnih bolezni, tudi raka, poškodb, invalidnosti in prezgodnje umrljivosti. Nima pa le zdravstvenih, ampak tudi socialne posledice v ožji in širši družbi, saj hudo posega na vse ravni življenja.

V prvem delu seminarja bodo predavatelji opredelili pojme, ki opisujejo kategorije pitja alkohola in opisali pivsko vedenje Slovencev. Naša družbena, duhovna in kulturna dediščina kažejo, da se je alkohol v Sloveniji v stoletjih močno zajedel v vse pore življenja in nas spremlja od rojstva do smrti. Profesor Bogataj meni, da je razvejana navzočnost alkohola v naši kulturni dediščini eden temeljnih vzrokov njegove razširjenosti tudi v sodobnosti. Dоследna alkoholna politika mora poskrbeti za zmanjševanje z alkoholom povezane zdravstvene, socialne in ekonomske škode, saj sodimo med najbolj z alkoholom obremenjene države v Evropi.

Pri odvisnosti od alkohola se prepleta več ravni človeškega delovanja, kot so nevrobiološka, somatska medicinska, psihiatrična, psihološka, duhovna,

socialna in politična, zato je za obvladovanje odvisnosti potrebno multidisciplinarno sodelovanje. Kaj vse se vpleta v zdravljenje odvisnosti, govori prispevek profesorice Rus Makovec.

V drugem dopoldanskem delu bomo razmišljali o tem, kaj privede človeka v zasvojenost in kako še posebej nevarno je čezmerno pitje alkohola v nosečnosti in pri mladostnikih. Posebno področje je alkohol v prometu. Alkohol pri nas še vedno ostaja eden izmed ključnih dejavnikov tveganja prometnih nezgod, predvsem tistih z najhujšimi posledicami. Kako se lotevamo obvladovanja tega problema, bo predstavila dr. Markl, psihologinja z Javne agencije RS za varnost prometa. Izmed številnih projektov s področja obvladovanja čezmernega pitja alkohola bomo spoznali dva, poimenovana SOPA in MOSA, ki ju vodijo ali pri njihju sodelujejo strokovnjaki z Nacionalnega inštituta za javno zdravje.

V popoldanskem delu se posvečamo povezavi med alkoholom in rakom. Čezmerno pitje alkoholnih pijač veča nevarnost rakov zgornjih dihal in prebavil samo po sebi, še posebej pa skupaj s kajenjem (usta, grlo, žrelo in požiralnik). Hkratni učinek obeh dejavnikov tveganja ni seštevek, ampak prej zmnožek učinkov enega in drugega. Preveč alkoholnih pijač veča tudi tveganje rakov debelega črevesa in danke, jeter in dojk.

V začetnem delu bo predstavljena epidemiologija vseh rakov, povezanih s čezmernim pitjem alkohola, podrobneje pa, zaradi časovnih omejitev, le nekatere izmed rakavih bolezni, ki jih povezujemo z alkoholom, rak, rake jeter, požiralnika in dojk. Na lanskem seminarju smo že predstavili rake v področju ustne votline in žrela, ki so povezani tudi s kajenjem, več o raku debelega črevesa in danke pa bomo govorili v naslednjih letih, ko bomo predstavili tudi novosti naših treh organiziranih presejalnih programov ZORA, DORA in SVIT.

Zveza slovenskih društev za boj proti raku se zahvaljuje vsem predavateljicam in predavateljem ter sponzorjem, ki ste sodelovali pri pripravi in izvedbi 26. Rejevega seminarja, pa tudi vsem, ki ste se ga udeležili.

Maja Primic-Žakelj  
*predsednica Zveze slovenskih društev za boj proti raku*