

PROMOCIJA PRESEJALNIH PROGRAMOV V LOKALNEM OKOLJU: ŠTUDIJA PRIMERA JAVNOZDRAVSTVENE KAMPANJE OB TEKAŠKI PRIREDITVI ZA ODPRAVO RAKA MATERNIČNEGA VRATU

doc. dr. Luka Roškar, dr. med., spec. ginekologije in
porodništva

Povzetek

Rak materničnega vratu je ena redkih malignih bolezni, ki jo je mogoče v veliki meri preprečiti z zgodnjim odkrivanjem predrakavih sprememb in cepljenjem proti humanim papilomavirusom (HPV). V Sloveniji nam je uspelo z uspešnim državnim presejalnim programom ZORA, ki deluje od leta 2003, incidenco raka materničnega vratu znižati na eno najnižjih ravni v Evropi. Kljub splošnemu uspehu pa ostajajo izzivi, zlasti slabša odzivnost v določenih regijah, kot je Pomurje. Ta članek predstavlja primer prakse, kako lahko lokalno ciljane kampanje dopolnjujejo nacionalne strategije. V nadaljevanju je predstavljena pobuda *Maraton za odpravo raka na materničnem vratu*, ki se je začela v letu 2024 v sklopu *Maratona treh src* in se uspešno nadgradila v letu 2025. Vključitev lokalnega zdravstvenega

Splošna bolnišnica Murska Sobota
E-naslov: luka.roskar@sb-ms.si

osebja in uporaba prepoznavnega družbenega dogodka sta se izkazali za učinkovit mehanizem za ozaveščanje in spodbujanje udeležbe k presejanju proti raku na materničnem vratu ter približanju pomena cepljenja. Ugotavljamo, da so lokalno prilagojeni pristopi ključni za doseganje globalnih ciljev eliminacije raka materničnega vratu in lahko služijo kot model tudi za druge regije.

Uvod: globalno breme in nacionalna strategija za odpravo raka materničnega vratu

Rak materničnega vratu: bolezen, ki jo je mogoče preprečiti

Rak materničnega vratu ostaja pomemben javnozdravstveni problem na svetovni ravni, čeprav je njegova incidenca v razvitih državah, zahvaljujoč učinkovitim preventivnim strategijam, v znatnem upadanju.¹ Njegova posebnost je v tem, da je v več kot 95 % primerov etiološko povezan z dolgotrajno okužbo z visoko rizičnimi genotipi humanih papilomavirusov (HPV), zlasti HPV 16 in HPV 18. Ta dobro raziskana povezava omogoča, da bolezen ne preprečujemo le z zgodnjim odkrivanjem, ampak tudi z neposredno preprečitvijo okužbe s cepljenjem.¹

V večini primerov se rak materničnega vratu razvija počasi, več let, iz predrakavih sprememb, ki so sprva asimptomatske.² Klinični znaki, kot so nepravilne krvavitve iz nožnice ali bolečine, se običajno pojavijo šele v napredovalih stadijih bolezni, ko je zdravljenje že veliko kompleksnejše in je prognoza slabša.¹ Nasprotno, ko so predrakave spremembe odkrite v zgodnji fazi, jih je mogoče odstraniti z enostavnimi terapevtskimi posegi, kar prepreči nastanek invazivnega raka in zagotavlja preživetje v več kot 96 % primerov.¹ Ta

ugotovitev postavlja preventivo – bodisi v obliki presejanja ali cepljenja – v ospredje boja proti tej bolezni.

Presejalni program ZORA: Zgodovina, uspehi in izzivi

Slovenija je na področju preprečevanja raka materničnega vratu naredila velik korak naprej z uvedbo državnega presejalnega programa ZORA (Zgodnje Odkrivanje predRAkavih sprememb) leta 2003.³ Pred tem je potekalo le oportunistično presejanje, ki ni uspešno zajelo celotne populacije, zaradi česar je bila incidenca raka materničnega vratu v Sloveniji med višjimi v Evropi.⁴ Program ZORA, ki temelji na organiziranem sistemu vabljenja žensk v starosti od 20 do 64 let na ginekološki pregled z odvzemom brisa materničnega vratu vsaka tri leta, je močno znižal breme te bolezni.³ Po uvedbi se je incidenca skoraj prepolovila in Slovenija se danes uvršča med evropske države z najnižjo obolevnostjo.³ Leta 2017 je bila zabeležena rekordno nizka starostno standardizirana incidenčna stopnja (na svetovni standard) 4.9/100.000 žensk.⁴

Trenutno program dosega visoko stopnjo odzivnosti z 71 % žensk, ki so pregledane v triletnem intervalu, in 86 % v petletnem.⁴ Kljub temu so se v letu 2020 pojavili izzivi, saj je bila opažena rast števila novih primerov (131 novih primerov), kar poudarja, da je treba program nenehno nadgrajevati in prilagajati.⁴ Poleg presejanja je pomemben steber preventive tudi cepljenje proti HPV, ki je v Sloveniji od leta 2009 na voljo za deklice v starosti od 12 do 13 let in sedaj tudi za dečke.⁴ Čeprav se precepljenost povečuje, ostajajo nekatera področja, kjer je ozaveščenost in odzivnost na preventivne programe še vedno suboptimalna.^{5, 6, 7}

Regionalne posebnosti in utemeljitev ciljanih pristopov

Regija Pomurje, ki se nahaja na vzhodnem delu Slovenije, se v primerjavi z drugimi regijami sooča s podpovprečnim gospodarskim razvojem. To ne vpliva le na ekonomske kazalnike, temveč tudi na širše družbene determinante zdravja. Nižja ekonomska razvitost pogosto korelira z nižjo zdravstveno pismenostjo, omejenim dostopom do zdravstvenih storitev (zaradi oddaljenosti ali stroškov prevoza) in morebitnimi kulturno-socialnimi dejavniki, ki vplivajo na sprejemanje preventivnih ukrepov.⁸ Ti strukturni dejavniki ustvarjajo skrite ovire, ki preprečujejo učinkovito doseganje ciljne populacije s standardnimi, nacionalnimi kampanjami. Zato je razumevanje teh regionalnih posebnosti ključno za oblikovanje in implementacijo učinkovitih javnozdravstvenih pobud, ki morajo presegati splošno ozaveščanje.

Tekaške prireditve kot orodje za ozaveščanje: od ideje do primera dobre prakse

Zgodovina in pomen dobrodelnih tekov

Tekaške prireditve, kot so maratoni, polmaratoni in rekreativni teki, so se globalno uveljavile kot močne platforme za promocijo zdravja in ozaveščanje o različnih kroničnih in neozdravljivih boleznih. Sposobnost teh dogodkov, da pritegnejo na tisoče udeležencev in gledalcev, jih preobrazi iz zgolj športnih tekmovanj v dinamične javnozdravstvene medije. Takšni dogodki omogočajo, da se zdravstveno sporočilo prenese na pozitiven, neformalen in vključujoč način, kar zmanjšuje strah in stigmo, ki pogosto spremljata bolezni, kot je rak.

Udeleženci, ki se odločijo za tek za določen namen, se ne počutijo kot bolniki, temveč kot aktivni promotorji zdravja in upanja.^{5, 6} Ta dejavna participacija ustvarja močno čustveno in socialno povezanost z zdravstvenim sporočilom, kar lahko vodi k dolgoročni spremembi obnašanja in zvišani ozaveščenosti.

Maraton treh src v Radencih: Primer vključevanja skupnosti

V Sloveniji je ena najstarejših in najprepoznavnejših tekaških prireditev *Maraton treh src* v Radencih, ki se tradicionalno organizira že od leta 1981.⁸ Kot dogodek, ki vsako leto privabi na tisoče tekačev in obiskovalcev, predstavlja idealno platformo za javnozdravstveno kampanjo, ki želi doseči širok krog ljudi v Pomurju in širše.⁹ Njegova globoka zakoreninjenost v lokalni skupnosti in uveljavljen sloves v svetu športa ponuja edinstveno priložnost za povezovanje športa, zdravja in dobrodelnosti.

Prikaz primera: *Maraton za odpravo raka na materničnem vratu*

Zasnova in izvedba v letu 2024

Na pobudo Ginekološko-porodniškega oddelka Splošne bolnišnice Murska Sobota je v letu 2024 prvič potekal *Maraton za odpravo raka na materničnem vratu* kot skupna akcija z državnim presejalnim programom ZORA.⁷ Cilj je bil izkoristiti platformo *Maratona treh src* za aktivno promocijo preventivnih pregledov in cepljenja. Ekipa, ki je štela več kot 50 zaposlenih iz SB Murska Sobota in koordinacijskega centra ZORA, je nastopila v enotnih turkiznih športnih dresih, ki simbolizirajo boj proti tej bolezni.⁵

Poleg samega tekaškega nastopa je bila postavljena tudi promocijska stojnica, kjer so bili na voljo informativni materiali. Na stojnici so zdravstveni delavci izvajali tudi demonstracije samopregledovanja dojk, mod in kože ter predstavili anatomski model maternice in materničnega vratu.⁵ S tem so omogočili neposreden stik s prebivalci in odgovorili na morebitna vprašanja, kar je pripomoglo k zmanjšanju strahu in povečanju zdravstvene pismenosti.



Slika 1: *Ekipo Maratona za odpravo raka na materničnem vratu, maj 2024*

Nadgradnja in širitev dogodka v letu 2025

Uspeh akcije v letu 2024 je omogočil njeno nadgradnjo in širitev v letu 2025.⁶ Drugo leto zapored se je ekipa zbrala v še večjem številu pod istim sloganom.⁶ Pomembna nadgradnja je bila vključitev drugih oddelkov bolnišnice, dispanzerskih timov iz regije ter ginekologov in drugih zdravstvenih delavcev iz regij, kot sta Maribor in Nova Gorica.⁶ Vključitev širšega spektra zdravstvenih delavcev krepi sporočilo in dokazuje, da je boj proti raku skupen napor.



Slika 2: Ozaveščanje mladih na *Maratonu treh src*

Ocenjevanje uspešnosti in ugotovitve

Vključitev zdravstvenega osebja v lokalno okolje na tako velikem dogodku se je izkazala za odlično priložnost za aktivno promocijo presejalnega programa ZORA.⁵ Vidnost zdravstvenih delavcev zunaj kliničnega okolja krepi zaupanje javnosti in ustvarja pozitivno podobo preventive. Medijska promocija pred in med dogodkom je dodatno okrepila sporočilo in dosegla širšo publiko.

Za dokončno kvantitativno oceno uspešnosti, kot je povečanje deleža cepljenja in udeležbe v presejalnem programu, je potreben daljši čas. Podatki se namreč zbirajo in analizirajo v daljših časovnih obdobjih, zato bo mogoče dolgoročne učinke oceniti šele po nekaj letih

rednega spremljanja. Kljub temu začetni odziv in širitev dogodka kažeta na velik potencial.

Širitev v lokalni skupnosti

Dobrodelni tek 6 ur za *dober namen*: Komplementarna akcija za zdravje žensk

Pobuda *Maraton za odpravo raka na materničnem vratu* ni edina dejavnost Ginekološko-porodniškega oddelka SB Murska Sobota, ki se osredotoča na promocijo zdravja žensk. Oddelek je organiziral tudi dobrodelni tek 6 ur za *dober namen* v sodelovanju z organizacijo *Fit z Andrejo*, ki je potekal 13. septembra 2025.¹⁰ Ta dogodek se osredotoča na zbiranje sredstev za nakup medicinske opreme za ginekološko-porodniški oddelek.¹¹



Slika 3: Na dobrodelnem teku je sodelovalo več kot 210 tekačev s skupno pretečeno razdaljo 1900 km



Slika 4: Dobrodelni tek je bil organiziran z namenom zbiranja sredstev za nakup medicinske opreme za ginekološko-porodniški oddelek Splošne bolnišnice Murska Sobota

Ta akcija potrjuje, da bolnišnica razvija celostno, večplastno strategijo za izboljšanje zdravja žensk. Združuje promocijo preventive (s presejalnimi programi in cepljenjem) z neposredno podporo zdravstveni infrastrukturi. Povezava športa, dobrodelnosti in medicinske stroke na različnih dogodkih dokazuje strateški pristop, ki dosega različne cilje, a s skupnim poudarkom na izboljšanju zdravja v lokalni skupnosti.

Možnosti in smernice za prihodnost: Izgradnja modela

Uspešnost lokalno usmerjenih kampanj, kot je primer v Pomurju, kaže na pomembno smer za prihodnost javnega zdravja. Za učinkovito naslavljanje zdravstvenih neenakosti je ključno, da nacionalne

strategije dopolnjujejo regionalno prilagojeni pristopi. Takšni modeli bi morali vključevati tesno sodelovanje med kliničnimi oddelki, ki so globoko zakoreninjeni v lokalni skupnosti, in nacionalnimi programi, kot je ZORA.

Model, ki se je razvil v Pomurju, bi se lahko repliciral v drugih regijah, ki se soočajo s podobnimi izzivi glede odzivnosti na presejalne programe. Ključni elementi tega modela so aktivna vključenost zdravstvenega osebja, uporaba družbenih dogodkov z veliko udeležbo ter ustvarjanje pozitivnega in neformalnega okolja za promocijo preventive.

Zaključek: regionalno prilagojeni pristopi kot kamenček v mozaiku eliminacije raka

Presejalni program ZORA in cepljenje proti HPV sta v Sloveniji utrdila temelje za učinkovito preprečevanje raka materničnega vratu. Kljub temu ostajajo regionalne in socialno-ekonomske neenakosti, ki se odražajo v neoptimalni udeležbi v določenih delih države, kar predstavlja izziv za eliminacijo te bolezni.

Primer *Maraton za odpravo raka na materničnem vratu* dokazuje, da so lokalno ciljane kampanje močan in učinkovit mehanizem za premostitev teh vrzeli. Združevanje zdravstvenega osebja s širšo skupnostjo prek družabnih dogodkov krepi zaupanje, zmanjšuje stigmo in aktivno spodbuja sodelovanje v preventivnih programih. Ta pristop je kamenček v mozaiku, ki omogoča doseganje cilja, da bi bil rak materničnega vratu prvi rak, ki bi ga v Sloveniji eliminirali. Hkrati pa se nam pridružujejo vedno novi in novi tekači, kar prispeva tudi k splošni ozaveščenosti o pomenu zdravega življenjskega sloga.

Literatura

1. ZORA. **Rak materničnega vratu**. Institute of Oncology Ljubljana [Internet]. Dostopno 18. 9. 2025 na spletni strani: <https://www.onko-i.si/o-raku/vrste-raka/rak-maternicnega-vratu>
2. Pomurec.com. **Evropski teden preprečevanja raka materničnega vratu**. [Internet 20. 1. 2020]. . Dostopno 18. 9. 2025 na spletni strani: <https://www.pomurec.com/vsebina/55919/>
3. Europa Donna Slovenija. **Rak materničnega vratu**. [Internet]. Dostopno 18. 9. 2025 na spletni strani: <https://europadonna.si/raki-rodil/rak-maternicnega-vratu/>
4. ZORA. **Program Zora**. Institute of Oncology Ljubljana [Internet]. Dostopno 18. 9. 2025 na spletni strani: <https://zora.onko-i.si/program-zora>
5. ZORA. **Na Maratonu treh src v Radencih tekli za odpravo raka materničnega vratu**. [Internet, 20. 5. 2024]. Dostopno 18. 9. 2025 na spletni strani: <https://zora.onko-i.si/novice/novica/na-maratonu-treh-src-v-radencih-tekli-za-odpravo-raka-maternicnega-vratu>
6. Protiraku.si. **Na Maratonu treh src v Radencih ponovno tekli za odpravo raka materničnega vratu**. [Internet, 19. 5. 2025]. Dostopno 18. 9. 2025 na spletni strani: <https://protiraku.si/novice/2025/na-maratonu-treh-src-v-radencih-ponovno-tekli-za-odpravo-raka-maternicnega-vratu/>
7. ZORA. **Slovenian National Cervical Cancer Screening Programme and Registry**. Institute of Oncology Ljubljana [Internet]. Dostopno 18. 9. 2025 na spletni strani: <https://zora.onko-i.si/en>
8. Siol.net. **Maraton treh src: od začetka do danes**. [Internet, 2017]. Dostopno 18. 9. 2025 na spletni strani: <https://siol.net/sportal/rekreacija/maraton-treh-src-od-zacetka-do-danes-310889>
9. **Gabrijelčič Blenkuš M, Hočevar Grom A, Kofol Bric T, Zaletel M, uredniki**. Vpliv zdravstvenega sistema in fizičnega okolja na neenakosti v zdravju v sloveniji izzivi in priložnosti med nacionalnimi politikami in lokalnimi praksami: Strokovna monografija [Internet]. Ljubljana: Nacionalni inštitut za javno zdravje, 2025.

10. Pomurjeponuja.si. **Dobrodelni tek: Fit z Andrejo in Ginekološko porodniškim oddelkom SB Murska Sobota.** [Internet]. Dostopno 18. 9. 2025 na spletni strani: <https://www.pomurjeponuja.si/oglas/dobrodelni-tek-fit-z-andrejo-in-ginekolosko-porodniskim-oddelkom-sb-murska-sobota/>
11. Vestnik.svet24.si. **Šest ur za dober namen.** [Internet]. Dostopno 18. 9. 2025 na spletni strani: <https://vestnik.svet24.si/novice/sest-ur-za-dober-namen-ginekolosko-porodniski-oddelek-sbms-fit-time-1847713>