

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.

Generální partner:



Hlavní partner:



Hlavní mediální partneři:



Mediální partneři:



IT partner:



Partneři:



Organizátor:



Poděkování dalším partnerům a spolupracovníkům:

Bluetech, s. r. o. • Český červený kříž • Český svaz žen
Model Obaly, a. s. • Monitora media, s. r. o. • Sdružení hasičů Čech, Moravy a Slezska
Soleta Signum, s. r. o. • Země světa

21. ročník celonárodní veřejné sbírky

Český den proti rakovině

10. května 2017

Tématem Českého dne proti rakovině je letos

Skupina nádorů hlavy a krku

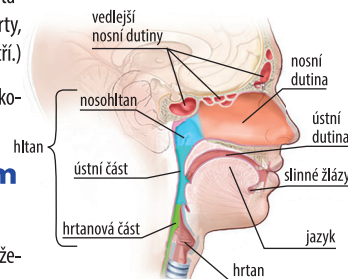
Nádory hlavy a krku postihují orgány dutiny ústní, hltanu, hrtanu, nos, vedlejší dutiny nosní, slinné žlázy, rty, kůži obličeje. (Mozkové nádory do této skupiny nepatří.)

Tyto nádory dohromady představují asi 5 % všech onkologických onemocnění.

Ročně v ČR přibývá kolem 2000 nových pacientů.

Mezi nemocnými převažují muži v poměru 2:1 vůči ženám. **Příčinou tří čtvrtin těchto nádorových onemocnění je kouření a nadměrná konzumace alkoholu, špatná hygiena dutiny ústní a nedostatečná péče o chrup**, lidský papillomavirus, v menší míře EB virus, žvýkání a šňupání tabáku, pracovní expozice dráždivým látkám jako azbest nebo piliny, způsobující chronický zánět sliznic.

Pro nemocného přinášejí nádory hlavy a krku řadu omezení a obtíží. Jsou to potíže s polykáním, mluvením, společenské omezení při zavedení tracheostomie, kosmetické defekty.



Příznaky, při nichž je nutno navštívit lékaře ORL nebo zubního lékaře:

- ! obtíže při polykání
- ! častá bolest hlavy
- ! bolesti zubů dolní čelisti
- ! neobvyklé krvácení z dutiny ústní
- ! problémy se zubní protézou
- ! pocit plného nosu, krvácení z nosu
- ! bílá nebo rudá mapa na dásních, jazyce nebo sliznici úst
- ! bulka nebo bolestivost či citlivost, která nepřechází
- ! změna hlasu – prohlubující se chrapot
- ! otok pod bradou a v oblasti dolní čelisti nebo v jiné části obličeje
- ! necitlivost nebo ochrnutí tváře, bolesti tváře, brady nebo krku, které nemizí
- ! bolest nebo zvonění v uších, zhoršení sluchu
- ! chronický zánět dutin neodpovídající na léčbu

Léčba nádorů hlavy a krku je kombinací chirurgického řešení, chemoterapie a radioterapie, případně biologické léčby. Léčba je dlouhodobá, ale bývá větší-nou úspěšná. Onemocnění i léčba přináší velkou obtíž a dlouhodobé omezení života pacienta.



Prevence je snadná:

1. NEKUŘTE.
2. NEPŘEHÁŇJTE KONZUMACI ALKOHOLU.
3. NEPODCEŇUJTE ZÁSADY DENTÁLNÍ HYGIENY A PRAVIDELNÉ NÁVŠTĚVY STOMATOLOGICKÉ ORDINACE.
4. DODRŽUJTE OBECNÉ PRINCIPY ZDRAVÉHO ŽIVOTNÍHO STYLU (mnohem více pravidelného pohybu, dostatek ovoce, zeleniny, tekutin, dostatek kvalitních bílkovin, dostatek odpočinku).

Každodenní správná ústní hygiena

nemá jen estetické a kulturní důvody, je významná pro celkové zdraví:

1. Dvakrát denně, po snídani a před spaním, si pravidelně čistíte zuby.
2. Užíváme měkký, ne tvrdý kartáček, zuby násilně nedrhneme, ale pozorně čistíme.
3. Vytváříme jen nepatrný tlak.
4. Kartáček měníme každé 3 měsíce.
5. Užíváme zásadně pasty, event. ústní vody s fluoridem (ochrana skloviny).
6. Používáme dentální nit nebo mezizubní kartáček.
7. Snižujeme denní počet svačinek a pití slazených nápojů mezi jídly (kvůli co nejkratšímu působení agresivních kyselin v ústech).
8. Stomatologa navštěvujeme minimálně 1krát ročně.
9. Při kazu nebo vypadlé plombě zamíříme k zubaři.

Dosáhnout zdravého chrupu je dnes v moci každého z nás.