

## 10. ročník putovní výstavy »Každý svého zdraví strůjcem«

Nádorová onemocnění hlavy a krku jsou letošním nosným tématem celosvětové iniciativy v boji proti rakovině, které se aktivně účastní i Liga proti rakovině Praha, mimo jiných aktivit pořádáním originální putovní výstavy »Každý svého zdraví strůjcem«. Rakovina hlavy a krku patří v celosvětovém měřítku mezi 7 nejčastějších zhoubných nádorů. V České republice je diagnostikováno kolem 2 000 případů ročně, 990 lidí s tímto onemocněním každý rok zemře. Téměř polovina pacientů s rakovinou hlavy nebo krku přijde k lékaři až s pokročilým nádorem. Pokročilé nádory mají velmi špatnou prognózu, pětileté přežití u nich nepřesahuje 10 až 15 %. Výrazně zlepšit šance pacientů na přežití může zejména včasná návštěva lékaře, stanovení správné diagnózy a brzké doporučení ke specialistovi.

*„Liga proti rakovině Praha se již před 10 lety rozhodla šířit informace o prevenci rakoviny nejen v médiích a při květnové sbírce »Český den proti rakovině«, ale také bezprostředním kontaktem s lidmi na náměstích. Proto každoročně v podzimních měsících navštěvuje česká a moravská města s putovní výstavou »Každý svého zdraví strůjcem«,“ upozorňuje na výjimečnou akci MUDr. Michaela Fridrichová, předsedkyně Ligy proti rakovině Praha, a dodává: „loňský ročník roadshow potvrdil náš původní záměr – přívětivá forma prezentace prevence nádorových onemocnění má u veřejnosti velmi kladný ohlas. Během loňského září zavítalo na výstavu v sedmi městech více než 10 000 lidí.“*

Letošní ročník bude probíhat od 12. 9. do 12. 10. v Novém Jičíně, Havířově, Ústí nad Labem, Litoměřicích, Praze, Táboře, Pelhřimově, Hodoníně (<http://lpr.cz/index.php/putovni-vystava>). Návštěvníkům nabídne netradiční formou informace o prevenci rakoviny a o zásadách zdravého životního stylu – seriózní sdělení ve spojení s vtipem. Nadsázku a nadhled přinese do tématu kreslený humor Vladimíra Jiráňka, Jiřího Slívy a Miroslava Bartáka společně s fotografiemi Františka Dostála. Výstavu budou doprovázet také hravé aktivity, při kterých si malí i velcí vyzkouší své dovednosti a znalosti. Lékařský tým ze Státního zdravotního ústavu poskytne dospělým zájemcům vyšetření základních zdravotních ukazatelů a dermatolog konzultaci týkající se kožních problémů a mateřských znamének. Vstup na akci, vyšetření i široká škála informačních brožur bude zdarma.

Součástí letošní putovní výstavy »Každý svého zdraví strůjcem« je také celoevropská osvětová kampaň »Make Sense«, která se zaměřuje právě na prevenci rakoviny hlavy a krku. *„Negativní české statistiky a prognózy vztahující se k rakovině hlavy a krku jsou jedním z důvodů, proč se Česká republika již 5. rokem k »Make Sense« připojuje. Cílem této kampaně je zvýšit povědomí veřejnosti o nádorových onemocněních hlavy a krku, podnítit ji k větší zodpovědnosti k vlastnímu zdraví, a pomoci tak zlepšit výsledný stav pacientů s tímto onemocněním,“* vysvětluje předseda České kooperativní skupiny pro nádory hlavy a krku prof. Jan Klozar z Kliniky otorinolaryngologie a chirurgie hlavy a krku z FN Motol. Kampaň »Make Sense« se zaměřuje na edukaci týkající se prevence onemocnění, rozšiřování znalostí o známkách a příznacích tohoto onemocnění, podporu včasějšího rozpoznání příznaků, diagnostiku a odeslání ke specialistovi. Cílí ale také na pacienty, kteří zákeřné onemocnění přežili, se snahou pomoci jim žít déle a lépe. Kampaně se účastní i Česká kooperativní skupina pro nádory hlavy a krku, jejíž členové ORL lékaři budou přítomni ve všech městech putovní výstavy, aby podali informace o příznacích a léčbě těchto nádorů.

Celosvětově výskyt rakoviny hlavy a krku odpovídá 5 % všech onkologických onemocnění. Zhoubné nádory hlavy a krku vznikají v 90 % případů z povrchových buněk jakékoli tkáně nebo orgánu v oblasti hlavy a krku. Většina nádorů hlavy a krku se vyskytuje v ústní dutině (42 %), v hltanu (35 %) nebo hrtanu (23 %). Nádory očí a mozku se do této diagnózy nezahrnují. Rakovina hlavy nebo krku je častější u mužů než u žen a u lidí ve věku nad 55 let. V poslední dekádě dochází celosvětově k významnému zvýšení výskytu tohoto typu rakoviny, zejména u žen.

*„Vzniku nádorového onemocnění hlavy nebo krku jednoznačně napomáhá zejména kouření, nadměrná konzumace alkoholu a také infekce lidským papilomavirem HPV, který je více známý jako původce rakoviny děložního čípku. Rakovina hlavy a krku je často diagnostikována a léčena až v pozdních stádiích, protože pacienti přicházejí k lékaři pozdě. Přitom pokročilost nádoru je nejvýznamnějším negativním prognostickým faktorem,“* varuje prof. Klozar. Včasnější odhalení, diagnóza a odeslání ke specialistovi mohou zlepšit šance pacientů na přežití. Vedoucí odborníci zabývající se léčbou rakoviny hlavy a krku napříč Evropou proto vytvořili definici »1 ze 3« – kdo trpí 1 z uvedených příznaků déle než 3 týdny, měl by vyhledat lékařskou pomoc: bolestivý jazyk, nehojící se vřed v ústech, červené či bílé skvrny v ústech, bolest v krku, přetrvávající chrapot, bolest či potíže při polykání, bulka na krku, jednostranná nosní neprůchodnost, krvácivý výtok z nosu.

## Mapa s místy, která putovní výstava navštívila během 10 let:



### Děkujeme partnerům putovní výstavy KAŽDÝ SVÉHO ZDRAVÍ STRŮJCEM:

**Partneři:** Česká kooperativní skupina pro nádory hlavy a krku, z. s.; Česká pošta, s. p.; Česká průmyslová zdravotní pojišťovna; GeoBohemia, s.r.o.; JOHNNY SERVIS s.r.o.; Mercedes-Benz Česká republika s.r.o.; Merck spol. s r.o.; Radix, s.r.o.; STAVMAT STAVEBNINY a.s.

**Mediální partner:** Český rozhlas Radiožurnál

Více o putovní výstavě Ligy proti rakovině Praha na [www.lpr.cz](http://www.lpr.cz),  
o rakovině hlavy a krku na [www.rakovinahlavvyakrku.cz](http://www.rakovinahlavvyakrku.cz),  
o osvětové kampani Make Sense na [www.makesensecampaign.eu](http://www.makesensecampaign.eu).

**Pro další informace kontaktujte:**  
Liga proti rakovině Praha, paní Kurcová  
tel.: 224 919 732, e-mail: [lpr@lpr.cz](mailto:lpr@lpr.cz)