7. studenog 2024.

PRIOPĆENJE ZA MEDIJE

**Kraj „ružičastog listopada” u Hrvatskoj donosi zabrinjavajuće podatke – manje od polovice žena vodi dostatnu brigu o zdravlju**

***Emotivni apel „Mama, budi zdrava!” tijekom listopada odjeknuo je u rekordnom broju odgojno-obrazovnih ustanova diljem Hrvatske, njih gotovo tristo. Ove godine, započeli smo i anketu koja osvjetljava zdravstvene navike ispitanica. Dosadašnji rezultati ukazuju na veliku potrebu za daljnjom provedbom projekta jer, u dva od četiri pitanja, manje od polovice ispitanih navelo je kako vodi dostatnu brigu o zdravlju. Veselimo se idućoj godini, a istodobno ćemo kontinuirano pratiti statistiku i u skladu s njome prilagođavati informacije kako bi brojke u budućnosti postajale sve bolje,* kazala je Ljiljana Vukota, glavna tajnica Udruge žena oboljelih i liječenih od raka SVE za NJU.**

Prema podacima prikupljenima za vrijeme „ružičastog listopada” u Hrvatskoj, tek **41,5 posto** sudionica provodi mjesečni samopregled dojki, dok je njih **45,7 posto** u posljednjih dvanaest mjeseci bilo na pregledu dojki. Njih **51,1 posto** je cijepilo ili namjerava cijepiti svoje dijete protiv HPV-a, uzročnika različitih tipova raka. Rezultati se pozitivno mijenjaju kada govorimo o ginekološkim pregledima kojima se, u posljednjih godinu dana, odazvalo **71,25 posto** ispitanica. Upitnik još je uvijek dostupan na [web stranici](https://mamabudizdrava.svezanju.hr/) projekta „Mama, budi zdrava!”, a do sada je prikupljeno gotovo 2.000 odgovora.

Užurbani način života, svakodnevne obveze i razmišljanje da se bolest uvijek događa drugima, samo su neki od razloga zanemarivanja brige o zdravlju. No, rak dojke pogađa čak jednu od deset žena u Hrvatskoj, a među oboljelima je i oko jedan posto muškaraca. Iako se na mnoge rizične faktore ne može utjecati, uvođenje pravovremenih zdravih navika u život smanjuje rizik za **čak 30 posto**.

U slučaju dijagnoze, rano otkrivanje je preduvjet za izlječenje, stoga se svim generacijama preporučuje samopregled dojki radi praćenja stanja između kontrolnih pregleda. Kao najranjivija skupina, žene starije od 50 godina kroz Nacionalni program za rano otkrivanje raka dojke imaju pravo na besplatnu mamografiju, no čak 20 posto oboljelih je mlađe od toga. Upravo se zato svakoj ženi savjetuje dogovor s liječnikom radi uspostave personaliziranog plana.

Projekt „Mama, budi zdrava!” širi se svake godine, a oduševljenje i kreativnost djece koja su u školama i vrtićima diljem Hrvatske pripremala fotografije, videe i crteže, pokazuje da su odgovorno preuzeli ulogu promotora zdravlja svojih roditelja. Pored apela majkama da dogovore pregled kod liječnika, edukativni letak sadrži i informacije o raku vrata maternice, **materijale za očeve ususret popularnom Movemberu** te djecu uči zdravim navikama na njima prilagođen način. Edukativni materijali dostupni su i na [Facebook](https://www.facebook.com/UdrugaSVEzaNJU/?locale=hr_HR) te [Instagram](https://www.instagram.com/udrugasvezanju/) stranici Udruge SVE za NJU.

Udruga žena oboljelih i liječenih od raka SVE za NJU pruža psihosocijalnu, informacijsku i logističku podršku ženama oboljelima od bilo koje vrste raka, kao i njihovim obiteljima kroz projekt Centar za psihološku pomoć. Bavi se i promocijom prevencije bolesti i razvojem zdravog stila života, educiranjem i izdavaštvom u funkciji edukacije i prevencije.