

# У болест води нездрав живот, а не гени

Сваке године око 50.000 особа у Србији умре од кардиоваскуларних болести, а подаци Републичког завода за статистику сведоче да су болести срца и крвних судова кривци за више од половине смртних случајева у нашој земљи. Ако томе придружимо податак да је током 2017. године свака пета особа умрла од малигну болести, а свака десета од обољења дисајних органа и болести метаболизма, разумећемо због чега лекари упозоравају да највише умиремо од болести које су последица стила живота, а не лоше генетике.

– Број тумора расте у целом свету јер популација стари, а старосна граница за оболевање се спушта. Нажалост, подаци говоре да свега десет одсто карцинома отпада на наслеђе, а 90 одсто малигну тумора настају као последица пушења, алкохолизма и гојазности. Ако томе додате загађеност околине, зрачење, наслеђе и лоше личне здравствене навике, не треба да чуди пораст броја оболелих. Све то значи да умиремо од обољења која су се могла спречити и која можда не би резултирала смртним исходом да смо на време отишли код лекара – подсећа др Радан Цодић, професор онколошке хирургије и директор Института за онкологију и радиологију Србије.

Статистика нашег националног онколошког института говори да и даље највише умиремо од рака плућа, а најновије епидемиолошке студије сведоче да је дуван „првоокривљени“ за чак 15 малигну болести – почев од рака плућа, бешике, бубрега, же-

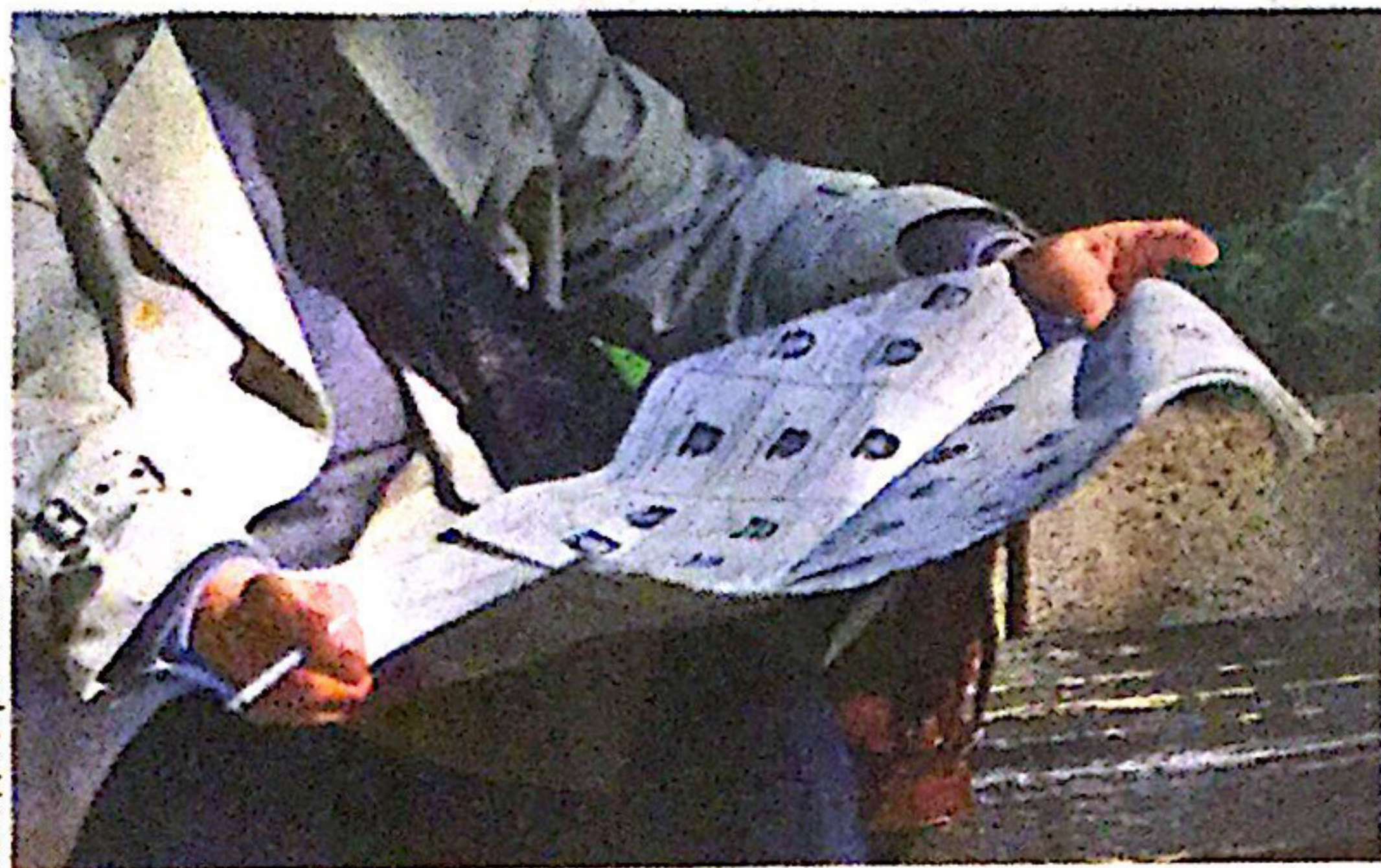


Фото Д. Јевремовић

ТРЕЋИНУ свих смртних исхода узрокује дуван, а то је фактор ризика на који се највише може утицати

луца, једњака, па све до карцинома грлића материце. озбиљне генетичке студије говоре да свега десет одсто карцинома дојке и јајника узрокује наследни фактор, а код настанка рака плућа наслеђе нема готово никакав утицај – у највећем броју случајева пушење узрокује настанак овог тумора. Слична је ситуација и са меланомима, јер опекотине од сунца и соларијума у 90 одсто случајева узрокују малигни тумор коже.

– Трећину свих смртних исхода узрокује дуван, а то је фактор ризика на који се највише може утицати.

Други фактор је правовремени одлазак код лекара, јер статистика, нажалост, говори да се рак плућа најчешће открива у трећем стадијуму, тумор дебелог црева најчешће у трећем и четвртном, а код свега трећине пацијенткиња рак дојке се дијагностикује у првом стадијуму. Осим тога, свега четвртина жена које позовемо на мамографију дође на превентивни преглед – констатује наш саговорник.

Др Предраг Митровић, кардиолог на Клиници за кардиологију Ургентног центра Клиничког центра Србије и ванредни професор на Медицин-

Радан Цодић

Свега четвртина жена које позовемо на мамографију дође на превентивни преглед



Фото Д. Јевремовић

Предраг Митровић

У нашој исхрани доминирају масти и соли, мало се бавимо физичком активношћу и не слушамо савете лекара



Фото Р. Крстинић

ском факултету у Београду, потврђује да лоше животне навике „регрутују“ кардиолошке болеснике.

– Генерално посматрано, живимо веома нездравом. У нашој исхрани доминирају масти и соли, велики број особа пуши, мало се бавимо физичком активношћу и не слушамо савете лекара. Постоје фактори ризика на које не можемо да утичемо, а то је генетика – ако су оба родитеља били кардиоваскуларни болесници, велика је вероватноћа да и дете наследи лоше гене. Међутим, то је разлог више да се никада не запали цигарета и

води здрав начин живота – истиче др Митровић.

Наш саговорник, који је и начелник Посткоронарне јединице два на Одељењу ургентне кардиологије Ургентног центра, не крије забринутост због чињенице да су његови пацијенти све млађи.

– Велики број младих налази се у веома незавидној ситуацији. Или немају посао, или раде по 12 сати без уговора или често мењају послове и стално морају да се доказују испочетка, због чега су изложени великом стресу. Ако томе додате и нездраву исхрану, недостатак физичке активности, мањак сна и вишак енергетских напитака, схватићете због чега млади све чешће постају наши пацијенти. Морам да истакнем да су енергетски напизи велика претња јер могу да доведу до спазма крвних судова и инфаркта, иако су крвни судови здрави. Уз то, мислим да су кампање за смањење пушења имале већи утицај на средњу него на младу генерацију – констатује наш саговорник и додаје да се са пушењем мора престати одмах након добијања повишеног крвног притиска. Нажалост, велики број пацијената оглушује се о савете лекара...

– Наши пацијенти три месеца после инфаркта пале цигарету и заборављају да су били на ивици смрти. Тек их други инфаркт опамети – под условом да га преживе. Уз то, кардиолошки болесници нередовно узимају терапију – наш народ воли алтернативну медицину. Међутим, лекове из биљне „апотеке“ можете да узимате ако сте здрави. Кад се озбиљно разболите, морате озбиљно и да се лечите. Кад се појави, болест вртоглаво напредује – упозорава наш саговорник.

Катарина Ђорђевић