



Подигнување на свеста, разбирање, митови и дезинформации

Зголемената свесност и точните информации и знаења може да не поттикнат сите нас да ги препознаеме раните/првите предупредувачки знаци, да направиме информиран избор за нашето здравје и да се избориме против нашите сопствени стравови и заблуди за ракот.

Запознајте го вашето тело: раното откривање спасува животи

Не сите видови на рак покажуваат рани знаци и симптоми. Сепак, многу видови на рак можат и покажуваат знаци дека нешто не е сосема во ред. Тука спаѓа ракот на дојка, рак на грло на матка, рак на дебело црево, ракот на кожата, оралниот и некои видови на рак кај децата.

Тоа е важно да се знае, бидејќи раното откривање на рак речиси секогаш овозможува тој полесно да се третира или дури и да се излекува. Тоа значи подобрени шанси за преживување и квалитетен живот на луѓето дијагностицирани со рак.

И што е поважно, препознавањето на знаците за рано предупредување кај некои видови на рак е економски поисплатливо и во многу случаи, не бараат некои посебни специјализирани технологии.

Секој од нас може да има вистинска информација за да знае што е нормално за нашите тела и да се препознаваат невообичаените промени - и најважно, да бараат професионална медицинска помош веднаш.

Што можеме да направиме?

- Како **индивидуа**, можеме да се научиме себеси, на луѓе што ги сакаме - вклучувајќи ги и наставниците, родителите и старателите и нашите заедници - за вообичаените знаци и симптоми.
- **Здравствените работници** треба да ги разберат знаците и симптомите за да се избегне погрешна дијагноза и да се разбере и потенцира вредноста за раното откривање на ракот кај нивните пациенти.
- **Креаторите на политиката** имаат клучна улога. **Владите** можат да развијат стратегии за зголемување на свеста и образованието и да го интегрираат раното откривање и скринингот во националните здравствени системи.

Докажан факт:

Една неодамнешна британска студија откри дека за осум вообичаени видови на рак - мочниот меур, дебелото црево, градите, грлото на матката, матката, малиген меланом, оваријален и рак на тестис - опстанокот е три пати поголем кога се дијагностицирани рано.

Клучни прашања

Подигнување на свеста, разбирање, митови и дезинформации



Скрининг/проверка за рак

Дури и ако немате никакви знаци или симптоми на рак и може да се чувствувате здраво, скринингот за некои видови на рак може да биде тест за рано откривање на знаци од нивен развој.

Некои видови на рак кои можат ефикасно да се проверат вклучува рак на црева, гради, грлото на матката, колоректален (дебело црево) и белите дробови. Сепак, ова варира од земја до земја.

Митови, дезинформации и стигма

Некои вообичаени митови и заблуди за ракот - вклучувајќи дека нема лек или ништо не може да се направи против рак-разбирливо може да предизвикуваат страв. Сепак, дезинформациите, заблудите и стигмата околу ракот создава негативен циклус што потоа не тера да ги потврдиме нашите стравови.

Нашите стравови можат да нè спречат да бараме рано откривање, да го одложуваме или да го избегнуваме третманот и негатата. Често, со добивање на дијагноза во крајната фаза или воопшто да не се побара третман, може да резултира со многу полош исход, што пак од друга страна, го овековечува митот и заблудата дека ракот е неизлечив или не може медицински да се третира.

Што можеме да направиме?

- **Пристап до точни информации за ракот**
Со тоа што ќе бидете информирани, можете да се спротивставите на сопствените заблуди и намалување на сопствените стравови за ракот. Преку знаење, свесност и разбирање, вие имате моќ да ги надминете негативните верувања, ставови и однесувањето кај другите луѓе кои ги овековечуваат митовите за ракот.
- **Користете го вашиот глас**
Со зборување, можеме да помогнеме да се намали стравот, стигмата и дискриминацијата, да се променат мислењата и да се зајакне поддршката за луѓето заболени од рак.
- **Разбирање на различни културни верувања**
Разбирање на културните верувања и практики околу ракот е од суштинско значење како да се одговори на тоа, да се менуваат ставовите и да се отфрлат вообичаените митови.
- **Да се поттикнат поединците и заедниците**
Владите, заедниците, работодавачите и медиумите сите имаат улога да се справат со сфаќањата за ракот за да се создаде култура кај населението, каде што има луѓе кои живеат со рак да не се соочуваат со дискриминација на работното место, во здравствениот систем или во нашето општество.