



RAK USTNE VOTLINE

Odprite usta in si rešite življenje

Več kot 500 zobozdravnikov po vsej državi bo do konca maja obiskovalcem brezplačno pregledalo ustno votlino. S tem bodo marsikomu rešili življenje, so prepričani sodelujoči v projektu Pravočasni pregled ustne votline lahko reši življenje.

✦ Petra Mlakar

»Rak ustne votline je po pogostosti na 8. mestu v Sloveniji, odkrijemo okoli 250 novih bolnikov z rakom ustne votline in žrela na leto,« opozarja vodja projekta **Diana Terlevič Dabić**, doktorica dentalne medicine. Kar 80 odstotkov rakov ustne votline odkrijejo v zobnih **ambulantah**, kaže statistika Kliničnega oddelka za maksilofacialno kirurgijo UKC Ljubljana. »Samo redni zobozdravniški pregledi rešujejo mnoge težave, v primerih zgodnjega odkritja malignih obolenj pa tudi življenje,« poudarja Terlevič-Dabićeva.

Preventivni pregled, na katerega se je treba naročiti, posamezniku vzame zgolj 15 minut. Obiskovalec mora najprej rešiti vprašalnik o življenjskem slogu in podrobnostih, ki bi ga lahko uvrščale v rizično skupino za to bolezen. Zobozdravnik potem izvede natančen pregled ustne votline, obiskovalca pouči o boleznih in preventivi ter svoje ugotovitve zapiše v vprašalnik. Zobozdravniki na tak način želijo izboljšati ozaveščenost prebivalstva o ustnem raku v Sloveniji in odkriti morebitne zgodnje spremembe. »Rezultati pri zdravljenju majhnih tumorjev so dobri, odstotek ozdravljenja pa je visok in invalidnost po zdravljenju majhna. Nasprotno je zdravljenje napredovalih tumorjev veliko zahtevnejše,

dražje, rezultati pa so slabši. Naše sporočilo je, da skrb za ustno zdravje ni enkraten dogodek, potrebni so redni zobozdravniški pregledi.«

Smrtonosna kombinacija tobaka in alkohola

Za rakom ustne votline lahko po besedah vodje projekta zboli kdor koli, ljudje z zobmi in tisti brez njih. »Vendar pa je ta bolezen pogostejša pri moških, ki so starejši od 50 let. Vse več študij in raziskav kaže na porast raka ustne votline tudi pri mlajših in pri ženskah. Pojavnost tudi na splošno narašča, največ primerov pa povezujejo s tobakom in alkoholom,« opisuje Terlevič-Dabićeva. Kajenje cigaret, cigaret in pipe ter žvečenje tobaka močno pripomoreta k nastanku raka ustne votline, enako velja za uživanje alkohola. »Če pa se tobak in alkohol uživata skupaj, je tveganje še toliko večje,« poudarja.

Pomembni dejavniki, ki jih povezujejo z obolevanjem, so tudi slaba ustna higiena, neurejeno zobovje in kronično draženje zaradi neustreznih protektivnih nadomestkov. Zanimariti ne smemo niti predolgega in prepogostega izpostavljanja sončnim žarkom, ki povečuje tveganje za nastanek raka na ustnicah in koži. Novejše študije pa povezujejo nastanek raka ustnega žrela tudi z okužbo z virusom HPV, ki sicer povzroča raka materničnega vratu in prizadene kožo, ki meji na sluznice.

V ogledalo »zazijajmo« vsaj enkrat na mesec

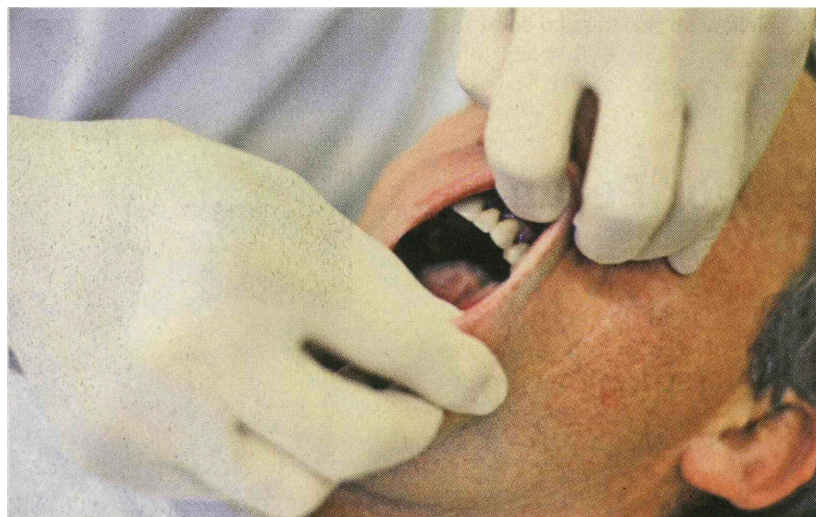
Da bi se izognili tej bolezni, se moramo ustrezno prehranjevati in vzdrževati dobro ustno higieno ter redno obiskovati zobozdravnika. K preventivi sodi tudi samopregledovanje ustne

votline. »Ljudem svetujemo, naj to storijo vsaj enkrat na mesec. Pozorni naj bodo na rdeče ali bele madeže na ustni sluznici, ki so ostro omejeni od preostale sluznice, pa tudi na otekleline in zatrdline. Prav tako naj bodo pozorni na rane, ki se v ustih ne zacelijo več kot dva tedna. V takšnih primerih naj se oglasijo pri zobozdravniku.« Ob tem Terlevič-Dabićeva opozarja na temeljit pregled celotne ustne votline, vključno s predelom za spodnjimi zadržnimi kočniki in nebom.

Zobozdravniki so projekt Pravočasen pregled ustne votline vam lahko reši življenje prvič izvedli pred tremi leti, ko je preventivne preglede brezplačno izvajalo pol manj sodelujočih kot letos. Pregledali so okoli 2000 ljudi in jih poučili o bolezni; 125 bolnikov so napolnili k specialistu, po podatkih Kliničnega oddelka za maksilofacialno in oralno kirurgijo UKC Ljubljana pa so med napotnimi odkrili štiri zgodnje maligne spremembe in jih takoj operirali. ✕

Kako se prijavite na pregled

Na brezplačni pregled se lahko prijavite tako, da na seznamu zobozdravnikov na spletni strani **zdravniške zbornice** www.zdravniskazbornica.si poiščete svojega najbližjega zobozdravnika, tudi če to ni tisti, ki ga obiskujete, in pridete z njim v stik na enega od ponujenih načinov. S podrobnejšimi informacijami o projektu in naročanju vas bodo seznanili tudi na zbornici (telefonska številka: 01 30 72 100, vsak delovnik med 9. in 12. uro).



Čprav bodo zobozdravniki pregledovali prijavljene obiskovalce do konca maja, pozivajo k čimprejšnji prijavi, saj bodo termini na voljo do zapolnitve mest.

 DOKUMENTACIJA
DNEVNIKA