

## 9. MIT: Da biljni produkti mogu lečiti rak

**Ne.** Za sada nema valjanih načinih dokaza da biljni preparati imaju bilo kakav efekat u lečenju raka. U nekim studijama se navodi da alternativna ili dodatna terapija, uključujući i neke biljke, mogu pomoći u ublažavanju neželjenih efekata primenjene terapije (citostatici i zračenje). Zapravo, neki biljni produkti ukoliko se uzimaju tokom citostatske ili zračne terapije mogu ometati dejstvo ove terapije i smanjiti njene efekte. Pacijent bi trebalo da kaže lekaru ukoliko uzima dodatne i alternativne medicinske proizvode, uključujući i vitaminske i biljne.

## 10. MIT: Da farmaceutske kompanije, vlade i medicinska industrija kriju lek za rak

**Ne.** Poreklo ovakvog verovanja je urbana legenda ili teorija zavere. Činjenica je da lekari i naučnici, kao i članovi njihovih porodica jednako obolevaju i umiru od raka kao i drugi ljudi što jasno osporava ovu teoriju zavere. Ipak postoji jedan izuzetak. Zdravstveni radnici i naučnici imaju manje šanse da obole od malignih oboljenja koje su povezane sa pušenjem (rak pluća, jednjaka, grkljana) jer su svesni opasnosti duvana i manja je verovatnoća da puše u odnosu na ostatak populacije. I zašto bi neko sakrivao lek protiv raka? Poslednjih decenija u medicini su postignuti veliki napreci naročito na polju lečenja malignih oboljenja. Veliki broj novih lekova, koji nisu citostatici, danas se koriste u svakodnevnoj onkološkoj praksi kao standardni oblik lečenja. Verovanje da postoji lek koji može efikasno da deluje na sve tumore je pogrešno. Postoji preko 100 vrsta malignih oboljenja i slobodno možemo reći i isto toliko i terapija. Pre samo nekoliko decenija, manje od jednog deteta na 10 obolelih od leukemije živeo je 10 godina nakon postavljene dijagnoze. Sa modernom hemioterapijom, 80 % obolele dece je izlečeno. Slični napreci su postignuti u lečenju Hočkinove bolesti, limfoma, raka kostiju i bubrega kod dece kao i raka testisa. U SAD manje od polovine obolelih od raka umiru od bolesti a mnogi koji nisu „izlečeni“ od raka dalje nastavljaju godinama da žive uz relativno male promene u životnim navikama, zahvaljujući godinama istraživanja i velikim dostignućima u borbi protiv raznih bolesti. Potrebno je još mnogo toga da naučimo, zbog čega su klinička istraživanja od suštinskog značaja za napredak u prevenciji, dijagnozi i lečenju raka.

## 11. MIT: Da pozitivno mišljenje doprinosi izlečenju raka

**Do sada, nema naučnih dokaza da pozitivno mišljenje i stav mogu doprineti izlečenju raka.**

Ukoliko imaš rak, normalno je da si tužan, ljut, obeshrabljen ali i pozitivan i pun optimizma u nekom drugom trenutku.

**Pozitivan stav kod pacijenta je poželjan tokom lečenja** jer oni lakše podnose terapiju i njene neželjene efekte. Osobe sa pozitivnim stavom lakše uspostavljaju socijalne kontakte, aktivne su fizički i psihički, lakše prihvataju emotivnu podršku okoline a to im daje snagu da se izbore sa opakim oboljenjem.

Međutim, davanje prevelikog značaja pozitivnom stavu može dovesti do nepotrebnog osećanja krivice i razočarenja ukoliko se Vaše zdravstveno stanje ne poboljšava a na mnoge uzroke takvog stanja ne možete uticati svojom voljom.



## Kontakt i informacije

Institut za onkologiju Vojvodine

Put doktora Goldmana 4  
21204 Sremska Kamenica

(021) 4805 100 fax (021) 66 13 741  
www.onk.ns.ac.rs



INSTITUT ZA ONKOLOGIJU  
VOJVODINE

Klinika za internu onkologiju



## MITOVI I ZABLUDE O RAKU

Vaše osnovne informacije o bolesti

## MITOVI I ZABLUDE O RAKU

Za mnoge, rak i dalje predstavlja jednu od najstrašnijih dijagnoza u savremenoj medicini. Strah od malignih bolesti je često rezultat mnogobrojnih mitova i zabluda koje su optičaju godinama uprkos dobrim informacijama koje su na raspolaganju. Putem savremenih sredstava informisanja lako je doći do raznih informacija (televizija, internet, štampa itd). Među tim informacijama ima puno laičkih i popularnih teorija, koje nisu naučno zasnovane, često su pogrešne i zasnovane na ranijim saznanjima o tome kako nastaje rak, kako se širi i leči. Zaista, mnoge misterije vezane za rak danas su rešene, a veliki uspeh je postignut u ranoj dijagnostici i lečenju obolelih. Zahvaljujući naučnim dostignućima omogućeno je da oboleli od raka žive značajno duže i kvalitetnije. Uprkos napretku u lečenju i prognozi raka, mnogi i dalje veruju u mitove vezane za rak. Važno je odvojiti činjenice od fikcije. Informacije koje nisu naučno dokazane dovode do nepotrebne brige, uplašenosti pa čak mogu ometati i uspešno lečenje obolelih. Važno je da zdravstveni radnici unutar zajednice pružaju najtačnije informacije o raku. Takođe je bitno da se ljudi informišu o najčešćim zabludama vezanim za rak tako da dezinformacije ne stoje na putu savetima profesionalaca. **Na ovim stranicama prikazaćemo najčešće mitove i zablude o raku kao i njihovu naučnu zasnovanost.**

### 1. MIT: Da je rak smrtna presuda

**NE.** Od 1990. godine broj umrlih od raka je u stalnom opadanju zahvaljujući velikom broju naučnih istraživanja koja su doprinela pronalasku novih lekova i vidova lečenja. Petogodišnje preživljavanje za neke vrste tumora, kao što su rak dojke, prostate, štitaste žlezde, sada prelazi 90%. Trenutno petogodišnja stopa preživljavanja za sve vrste tumora iznosi oko 66%, što znači da oko 70 % obolelih od bilo koje vrste raka živi sa tim oboljenjem duže od 5 godina. Više od tri na pet obolelih živi duže od pet godina nakon postavljene dijagnoze raka. Mnogobrojna maligna oboljenja krvi, kao što su pojedine vrste leukemija i limfoma, danas se mogu smatrati izlečivim.

### 2. MIT: Da je rak zarazan

**Generalno, NE.** Prema dosadašnjim naučnim saznanjima rak nije zarazna bolest. Jedina situacija u kojoj se rak može preneti sa osobe na osobu je kod transplantacije organa ili tkiva. Osoba koja dobija organ ili tkivo od donora koji je u prošlosti imao rak može u budućnosti dobiti maligno oboljenje. Međutim, ovaj rizik je ekstremno nizak i iznosi 2 slučaja raka na 10 000 transplantiranih organa. Osobe koje imaju malignu bolest ne mogu biti davaoci organa ili tkiva.

Međutim, neke vrste raka mogu biti uzrokovane virusima (neke vrste humanog papiloma virusa, na primer) i bakterijama (*Helicobacter pylori*) koji se prenose sa osobe na osobu. Humani papiloma virus (HPV) prenosi se seksualnim putem i

završnog dela debelog creva i nekih tipova karcinoma glave i vrata. Drugi virusi, kao što su hepatitis B i C, koji se prenose preko zaraženih intravenskih igala i seksualnim putem, povećavaju rizik za nastanak karcinoma jetre.

### 3. MIT: Da je rak nasledna bolest

**Generalno NE.** Ukoliko roditelji ili bliski rođaci imaju rak povećava se rizik oboljevanja ali se ne može definitivno predvideti da li će se bolest pojaviti ili ne. U 90% do 95% slučajeva rak nastaje kao rezultat promena u genima (mutacija), što se može desiti tokom života kao rezultat prirodnog procesa starenja i izloženosti raznim štetnim faktorima okoline, kao što su pušenje i zračenje. Maligno oboljenje nastaje spontano i ne nasleđuje se. Samo 5% do 10% karcinoma je uzrokovano štetnim mutacijama koje se nasleđuju. U porodicama koje imaju nasleđeni mutirani gen, koji je povezan sa nastankom raka, kod više članova porodice postoji povećani rizik za nastanak određene vrste raka. Ova vrsta raka naziva se „familijarni“ ili „nasledni“ rak. Procentuje se da 4 od 10 vrsta malignih bolesti može biti prevenirano jednostavnim promenama u životnim navikama, kao što su određeni način ishrane, održavanje normalne telesne težine, vežbanje, ograničen unos alkohola, izbegavanje pušenja. Pored toga, lekar može preporučiti nekim ljudima, koji su nasledili mutirane gene koji povećavaju rizik nastanka maligne bolesti, da se podvrgnu hruškoj intervenciji ili uzimaju lekove kako bi taj rizik smanjili.

### 4. MIT: Konzumiranje šećera ubrzava rast TU

**NE.** Mnogi oboleli od raka prestaju sa uzimanjem šećera zato što su čuli da šećer hrani rak i ubrzava njegov rast. Međutim, ne postoji ubedljivi dokaz da šećer ubrzava rast i širenje tumora. Rast i funkcija svih ćelija u organizmu, kako zdravih tako i ćelija raka, zavise od šećera (glukoza). To znači, da jedenje šećera neće ubrzati rast tumora kao i da prekid uzimanja šećera neće usporiti rast tumora. Ipak to ne znači da treba jesti hranu bogatu šećerima. Uzimanje hrane bogate ugljenim hidratima, odnosno šećerima dovodi do porasta telesne težine, gojaznosti i šećerne bolesti, što povećava rizik za nastanak nekih vrsta raka kao i drugih bolesti.

### 5. MIT: Operacija raka ili biopsija ubrzavaju širenje tumora

**NE.** Ovaj mit je nastao mnogo decenija unazad kada su se pacijenti javljali lekaru za pomoć u fazi kada je maligna bolest već bila proširena. Lekar u toj situaciji putem biopsije ili hirurške intervencije može samo da konstatuje prisustvo raka koji se u toj fazi ne može lečiti hirurški. Mnogi veruju da je hirurška intervencija doprinela brzom širenju tumora i da je zato pacijent preminuo kratko vreme nakon operacije. Verovatnoća da se tumor proširi nakon hirurške intervencije je veoma mala. Hirurg primenjuje standardne procedure i specijalne metode kako bi bezbedno uklonio tumor ili uzeo uzorak i na taj način sprečio širenje raka u okolna i udaljena

Na primer, kod raka testisa hirurški se odstranjuje čitav testis tako da ne ostaju ćelije raka.

### 6. MIT: Da povreda izaziva rak

**NE.** Ovo zastarelo verovanje datira još od 19. veka. Od tada pa sve do prve polovine 20. veka neki naučnici su mislili da trauma izaziva rak. Verovanje je i dalje živelo uprkos neuspehu da se u eksperimentima na životinjama rak izazove traumom. Staro verovanje teško umire jer više od trećine ispitanika u anketama i daje veruje da povreda može izazvati rak. Činjenica je da pad, modrice ili bilo koje druge povrede skoro nikada ne uzrokuju rak. Povreda nije izazvala tumor, on je već bio na tom mestu. Uobičajeno je da ljudi obrate više pažnje na povređeni deo tela tako da trljanjem bolne povrede otkriju tumor. U vrlo retkim slučajevima dugotrajne i/ili teške povrede mogu povećati rizik za pojavu raka ali to su ipak pojedinačni slučajevi. Na primer, povećan je rizik za pojavu raka kože na mestu ožiljka izazvanih termičkim ili hemijskim opekotinama, ili hemijske opekotine sluzokože jednaka izazvane gutanjem masne sode (kaustičnim sredstvima). Takvi izuzeci mogu davati verodostojnost ovom mitu.

### 7. MIT: Da mobilni telefon izaziva rak

**NE.** Tužbe i vesti u novinama da su mobilni telefoni uzročnici raka mozga podstakli su ovaj mit. Čak 30% Amerikanaca i dalje veruje u ovaj mit. Nekoliko studija sugeriše vezu između pojave nekih retkih vrsta tumora mozga i upotrebe mobilnog telefona, ali prema rezultatima najnovijih studija ne postoje čvrsti naučni dokazi da mobilni telefon izaziva rak mozga. Rak nastaje kao rezultat genetskih mutacija a mobilni telefon emituje talase niskih frekvencija koji ne mogu oštetiti gene.

### 8. MIT: Da dalekovodi i električni uređaju izazivaju rak

**NE.** Značajna naučna istraživanja nisu pronašla jasnu vezu između bilo kojih električnih proizvoda široke potrošnje i raka. Mobilni telefoni, mikrotalsne pećnice i slični aparati emituju zračenja niske frekvencije, deo elektromagnetnog spektra u koji spadaju radio talasi i radari. Dalekovodi emituju električne i magnetne talase. Dalekovodi su zaštićeni te je električna energija koju oni emituju veoma slaba, takođe je razni objekti (zgrade, zid itd.) još više slabe. Magnetna zračenja koja emituju dalekovodi su takođe niske frekvencije. Najniže frekvencije nejonizujućeg zračenja ne izazivaju promene u DNA ćelija za razliku od jonizujućeg zračenja (gama zruci, X- zruci) koje može izazvati promene u genetskom materijalu ćelije i povećati rizik za pojavu raka.