

ZDRAVLJE

Kada nešto naumim, uvek se tome posvetim. Ali u tome mora da bude i zabave
NIKOL KIDMAN



BEBE STIŽU U SEPTEMBRU

Najveći broj dece rađa se između 9. i 20. septembra. Ako krenete da računate, 40 nedelja unazad, koliko traje prosečna trudnoća, začete pada u vreme novogodišnjih i božićnih praznika u januaru, kada većina ljudi uzima godišnje odmore i provodi ih (očigledno) sa voljenom osobom. Još jedan od razloga, prema tvrdnjama lekara, može da bude i taj što je kvalitet sperme tokom zimskih meseci bolji.



150

otkucaja u minuti
ima srce fetusa

U PLJUVAČKI LEK ZA RANE

Deca i roditelji znaju šta se prvo radi sa povrađenim mestom - poljubi se da prođe. Sada je stiglo i naučno objašnjenje ovog najstarijeg leka na svetu. Čileanski stručnjaci tvrde da poljubac zaista može da ubrza oporavak. Ključ je u pljuvački, a to je i razlog zašto rane u ustima brže zaceľuju. Naime, u njoj je pronađen molekul koji podstiče stvaranje novih krvnih sudova i poboljšava migraciju ćelija. „Jasni rezultati ovog istraživanja široko otvaraju vrata razvoju terapije i zarastanja rana. Time nam postaje puno jasnija činjenica zašto deca i životinje ližu svoje rane“, izjavili su istraživači.



2 šake pistača na dan čuvaju zdravlje srca, smatraju naučnici

Lekovite obloge



Ne morate odmah da posežete za tabletama kada vas zabolje glava ili vam se ukoče leđa. Za otklanjanje lakših tegoba stručnjaci za alternativnu medicinu preporučuju primenu lekovitih namirnica za spoljašnju upotrebu. Obloge od svežeg kupusa pravi su prirodni „preparat“ protiv glavobolje, dok u slučaju opekotina može da narendate sirov krompir kao oblogu. Kuvani, topli ovas pomaže kod upale zglobova i išijasa, baš kao i pomenuti listovi kupusa.



58

odsto ljudi pre spavanja igra igrice na telefonu

RAK ŽUČNE KESE Retko ali veoma teško oboljenje



● ŽENE U PROSEKU OBOLEVAJU TRI PUTA ČEŠĆE, A UČESTALOST JAVLJANJA MOŽE BITI DO 20 PUTA VEĆA MEĐU RAZNIM ETIČKIM GRUPAMA ŠIROM SVETA

● KAKO JE VEOMA AGRESIVAN I BRZO SE ŠIRI, NAJČEŠĆE SE OTKRIVA U KASNOJ FAZI ILI SLUČAJNO TOKOM OPERACIJE KAMENA U ŽUČNOJ KESICI, KAŽE HIRURG PROF. DR MLAĐAN PROTIC SA INSTITUTA ZA ONKOLOGIJU VOJVODINE

Karcinom žučne kese je retko ali veoma agresivno oboljenje. Žene u proseku obolevaju tri puta češće, a učestalost javljanja može da bude do 20 puta veća među raznim etičkim grupama širom sveta. Kako je veoma agresivan i brzo se širi, najčešće se otkriva u kasnoj fazi ili slučajno tokom operacije kamena u žučnoj kesici, kaže hirurg prof. dr Mlađan Protić sa Instituta za onkologiju Vojvodine. Najbolja prevencija su redovne ultrazvučne kontrole i operacija kamena, pogotovo kod mladih osoba.

- Žučna kesica je vrećast organ zapremine 40-50 ml koji je zalepljen za donju stranu jetre. Povezana je sa (okolnim organima) žučnim kanalima. U njoj se nakuplja žuč u periodu između obroka, a prazni se preko glavnog žučnog kanala u dvanaestopalačno crevo za vreme obroka. Pored funkcije skladištenja žuči, žučna kesica istovremeno vrši njenu koncentraciju. Na taj način žuč postaje veoma koncentrovan rastvor sklon kristalizaciji, pa samim tim i stvaranju kamena. Na ovaj način nastaje jedno od najčešćih oboljenja organa za varenje, a to je prisustvo kamena u žučnoj kesici - sugeriše prof. dr Mlađan Protić.

■ **Koliko je kancer ovog organa učestao i postoje li neke specifičnosti?**

- Karcinom žučne kesice je retko ali veoma agresivno oboljenje. U 2020. godini bilo je 115.949 obolelih u svetu, što predstavlja 0,6 odsto obolavanja od svih malignih bolesti. Sa druge strane, broj umrlih je bio 84.695, što je 0,9 odsto od svih malignih bolesti. Učestalost može biti do 20 puta veća među raznim etičkim grupama širom sveta. Tako je najčešća među ženama u Indiji, gde u proseku ima

Mogući rani simptomi su najčešće u vezi sa simptomima prisustva kamena u žučnoj kesici. Najčešći simptom raka je bol



21,5 slučajeva na 100.000 stanovnika. Žene u proseku obolevaju tri puta češće, a taj odnos može biti i 5:1 u Pakistanu i Kolumbiji. Generalno je u pitanju bolest starije populacije, i to iznad 60 godina.

■ **Kako i u kojoj fazi se najčešće otkriva?**

- Karcinom se najčešće otkriva u kasnoj fazi, kada je već dao metastaze ili kada se infiltrirao u okolne organe. Razlog za to je što je ova vrsta karcinoma veoma agresivna i vrlo brzo se širi. Rani slučajevi se otkrivaju slučajno kada se bolesnici operišu zbog kamena u žučnoj kesici i kada se tek pri patohistološkom pregledu otkrije prisustvo karcinoma.

■ **Koji su karakteristični simptomi i postoje li rani znaci koji otkrivaju da nešto nije u redu?**

- Nijedan od simptoma nije karakterističan i obično se javljaju u odmakloj fazi bolesti. Mogući rani simptomi su najčešće u vezi sa simptomima prisustva kamena u žučnoj kesici. Najčešći simptom raka je bol. On je prisutan u 85 odsto slučajeva i najčešće je lokalizovan u gornjem desnom delu stomaka. Bolovi se ponekad mogu širiti u leđa i u desnu lopaticu. Sledeći simptom raka je pojava žutice, tj. žute prebojenosti kože i vidljivih delova sluzokože. Karakteristično za ovaj tip žutice jeste to da mokraćna postaje tamna, a stolica bela, a može da se pojavi i intenzivan svrab. Žutica se javlja kod oko 40-50 odsto

bolesnika. Sledeći bitan simptom je gubitak telesne težine i on se javlja u oko 40 odsto slučajeva. Najčešće je znak odmaklog stadijuma bolesti.

■ **Koji faktori povećavaju rizik od bolesti?**

- Poznato je da je u oko 90 odsto slučajeva raka žučne kesice prisutno i kamenje. Smatra se da dugotrajna iritacija i upala sluzokože žučne kesice dovode do nastanka raka. U prilog tome idu i činjenice da prisustvo kamena duže od 10 godina znatno povećava verovatnoću nastanka raka. Prema drugoj studiji, prisustvo kamena većeg od tri centimetra za 10 puta povećava verovatnoću nastanka raka.

Srećom, mali broj (0,3-3 odsto) bolesnika sa kalkulozom žučne kesice dobije rak. Ova činjenica govori u prilog tome da nije samo dugotrajna iritacija razlog za pojavu raka nego i da je moguće da u pozadini postoji zajednički uzrok za oba oboljenja, kao npr. metabolizam holesterola. Takođe je uočeno da gojazne žene imaju više od dva puta veću verovatnoću za nastanak karcinoma, dok kod mušaka-

Simptomi

- bol u gornjem desnom delu stomaka
- žutica - žuta prebojenost kože i vidljivih delova sluzokože
- tamnija mokraćna, bela stolica
- intenzivan svrab kože
- gubitak telesne težine



2020.

GODINE JE BILO 115.949 OBOLELIH U SVETU, ŠTO PREDSTAVLJA 0,6 ODSTO OBOLEVANJA OD SVIH MALIGNIH BOLESTI

raca ova verovatnoća iznosi 1,76 puta.

■ **Kako se postavlja dijagnoza?**

- Preoperativno, dijagnoza se postavlja sa nekom od tzv. imidžing metoda. Inicijalno se radi ultrazvuk i bilo kakva sumnja na rak žučne kesice zahteva da se uradi skener (CT) ili magnetna rezonanca (MR) stomaka. Od dijagnostike je potrebno, pored standardnih laboratorijskih nalaza, obavestiti uraditi i tumorski marker CA 19-9. Napomenuo bih da on nije strogo specifičan za tumore pankreasa, jetre, žučnih puteva i žučne kesice, nego da može biti povećan i kod nekih upalnih procesa u ovoj regiji, tako da tumačenje ovog nalaza treba prepustiti stručnjaku.

■ **Kako izgleda lečenje?**

- Lečenje se sastoji pre svega u hirurškom uklanjanju obolele žučne kesice. Ovaj nivo operacije je dovoljan za rane stadijume bolesti. Ukoliko je tumor prošao dublje kroz zid i zahvatio i limfne sudove, tada je veća verovatnoća da je zahvatila i susedne organe, pre svega limfne čvorove i jetru. U tom slučaju se radi obimnija operacija, koja uključuje i odstranjenje dela jetre i regionalnih limfnih čvorova. Ukoliko su prisutne metastaze ovog tumora ili ako se ne može operativno odstraniti, koriste se citostatiki. Nažalost, njihov efekat kod ovog tumora nije onakav kakav bismo mi želeli da bude.

■ **Kakve su prognoze?**

- Prognoze zavise od stadijuma tumora, odnosno od sloja (dubine) zida žučne kesice do kog je stigao tumor. Tako da bolesnici sa T1 tumorom imaju petogodišnje preživljavanje od 95 do 100 odsto, bolesnici sa T2 tumorom imaju od 40 do 80 odsto (u zavisnosti od publikovne serije bolesnika), a oni sa T3 i T4 stadijumom tumora imaju između osam i 20 odsto. Ovi rezultati se odnose na bolesnike kojima je urađena kompletna hirurška resekcija. Oni bolesnici kod kojih tumor nije mogao da bude kompletno uklonjen žive znatno kraće.

■ **Šta je najbolja prevencija?**

- Najbolja prevencija su redovne ultrazvučne kontrole i operacija kamena u žučnoj kesici, pogotovo kod mladih osoba.

NATAŠA LAZAVIĆ