

NAJNOVEJŠE



***Z vsakodnevno
zaščito pred soncem
lahko pomembno
zmanjšamo
tveganje za melanom***



Foto: osebni arhiv

V Sloveniji pojavnost melanoma narašča hitreje kot v številnih drugih državah, kar kaže, da o tveganjih in zaščiti še vedno vemo premalo. Kot organizatorka projekta preventive pri delu na kmetijah želim poudariti, kako pomembno je, da pri vsakodnevnem delu na prostem ne pozabimo na zaščito pred soncem. Dolgotrajna izpostavljenost UV-sevanju namreč pomembno povečuje tveganje za nastanek melanoma. Zato vas želim spodbuditi k redni uporabi zaščitnih krem, nošenju ustreznih oblačil in pokrival ter k pozornemu spremljanju sprememb na koži. Z več znanja, zavedanja in odgovornim ravnanjem lahko skupaj pomembno prispevamo k ohranjanju zdravja in preprečevanju kožnega raka.

Damjana Kern



**NACIONALNO
DRUŠTVO BOLNIKOV
Z MELANOMOM**

www.melanoma.si
info@melanoma.si
Zaloška cesta 2
1000 Ljubljana

NDBM NA SIMPOZIJU OIL O KOŽNIH RAKIH

Trendi in novosti pri zdravljenju melanoma in nemelanomskih kožnih rakov

Predstavnica društva Andreja Velepec je s prisotnimi delila svojo osebno izkušnjo - ko je prejela diagnozo melanoma, se zdravila in uspešno zazdravila. Življenje z melanomom in po njem je polno neznank in izzivov. Zato je pomembno, kako ji pomagati živeti dobro in ne le preživeti - to je obdobje in področje, ki ga imenujemo "survivorship".

Ga. Velepec je začela: "Ko sem pri dermatologu odkrila rastočo spremembo na goleni, nisem slutila, da se začneja moja »melanomska« zgodba. Diagnoza me je presenetila, a sem imela srečo - tako z zgodnjim odkritjem, kot z zdravniki, ki so mi ob pravem trenutku znali povedati prave besede in mi razložili vsak korak zdravljenja. Informacije so me pomirjale, čeprav sem ponoči premišljevala o prihodnosti in iskala odgovore na številna vprašanja. Samo ne iščite odgovorov po spletnih forumih! Jaz sem jih dobila pri predanih vrhunskih zdravnikih".



Foto: NDBM

"Pomagala sta mi tudi moja pozitivna naravnost in močan značaj ter trdna opora družine, ki je ob meni stopila skupaj od prvega trenutka. Po koncu zdravljenja na Onkološkem inštitutu sem začutila nekakšno praznino - varnost rednih pregledov je izginila. Takrat sem spoznala Nacionalno društvo bolnikov z melanomom in razumela, kako pomembna je njegova vloga: tu so ljudje z lastno izkušnjo, ki ti prisluhnejo takrat, ko zdravniki nimajo časa, in ti pomagajo pri vsakodnevnih izzivih, ki jih bolezen pusti za seboj" je zaključila svojo izkušnjo Andreja Velepec.

EVROPSKI DAN MELANOMA

Napoved okrogle mize:

"Za šport brez melanoma"

Koper, 13.maja 2026 ob 10.00

V organizaciji Nacionalnega društva bolnikov z melanomom in Fakultete za vede o zdravju Univerze na Primorskem bo 13.maja 2026 ob 10.00 v Univerzitetni knjižnici v Kopru tematska okrogla miza, kjer bodo ugledni strokovnjaki, trenerji in športniki spregovorili o melanomu in zaščiti v športu.

Vabljeni!



Foto: Al

NDBM PREDLAGA ZA DPOR 2027-2036 DODATNE AKTIVNOSTI NVO

Državni program obvladovanja raka aktivno vključuje nevladne organizacije (NVO) v pripravo in izvajanje aktivnosti, ki prispevajo k obvladovanju raka v Sloveniji.

Za DPOR 2027-2036 NDBM predlaga dodatne aktivnosti NVO

Področje individualizirane obravnave raka (PCM):

- V onkologiji je vse bolj prisotna individualizirana obravnava raka (Personalized cancer medicine – PCM). Z njo pa se bo lahko postavilo vprašanje njene dostopnosti. Zato bo naloga NVO s področja raka, da se angažirajo pri zagotavljanju dostopnosti te napredne diagnostike in izbire terapije in pokrivanja stroškov s strani zdravstvenega zavarovanja.

- V povezavi z individualizirano obravnavo bolnikov z rakom (PCM) se postavlja za DPOR in NVO naloga, kako usposabljanje predstavnikov bolnikov, ki bi lahko ustrezno in razumljivo pojasnili postopke napredne diagnostike



in posredovali informacije o bolnikovem psihičnem, fizičnem, socialnem, duhovnem in ekonomskem stanju, ki vplivajo na uspešnost izbrane terapije.

Področje "survivorshipa":

"Survivorship" je po definiciji National Cancer Institute obdobje v življenju osebe od diagnoze raka do konca življenja. Zaradi učinkovitosti zdravljenja raka je vse več zazdravljenih, zato je tudi skrb za spremljanje njihovega statusa po prebolelem raku in podpora pri zagotavljanju kakovosti življenja takega bolnika vse bolj pomembna.

Prepričani smo, da je potrebno to področje bolj izpostaviti v novem DPOR in da bi morali na tem področju dati večjo vlogo društvom in predstavnikom bolnikom.

Na to področje prodirajo tudi različne aplikacije podprte z umetno inteligenco, ki lahko pomagajo prebolelim po raku. Tako bi tudi na tem področju lahko predstavniki bolnikov prispevali k "promociji" ustreznih, verificiranih aplikacij med zazdravljenimi, k njihovem usposabljanju ter na koncu tudi zahtevo, da ZZS priznava povrnitev stroškov za uporabo takih aplikacij.

Področje ozaveščanja:

Dejstvo, da je več kot 40% rakov ozdravljivih, kliče po še obsežnejših in učinkovitejših akcijah ozaveščanja, kako zmanjšati tveganja za nastanek raka, kako zdravo živeti, kako izvajati samozaščito, in kako poiskati strokovno pomoč v primeru suma na rak. Praktično vsak mesec obeležujemo eno vrsto raka in vsako društvo se individualno trudi pripraviti določene aktivnosti. Prepričani smo da bi bilo smotno pripraviti "rdečo nit" teh ozaveščevalnih akcij, povezati te aktivnosti in doseči sinergično delovanje društev.

ZAŠČITA PRED SONCEM IN KOŽNI RAK



Foto: NDBM

Fotografija: Laura Đorđević Betetto, dr.med., specialistka dermatovenerologije

pojavi obliki, o potrebi po samopregledovanju ter še posebej, kako se ustrezno zaščititi in zmanjšati negativne učinke UV sevanja sonca na minimum. Predavateljica je še posebej izpostavila nujnost sprejemanja lastnih ukrepov za zmanjšanje ogroženosti po avstralski metodi 5S. Izpostavila je potrebo po rednem mesečnem pregledovanju kože po metodah ABCDE, EFG in "Grdi raček"! Ob vsakem sumu pa je nujno obiskati dermatologa, da opravi strokovni pregled, ki sum potrdi ali ovrže.

V zanimivem razgovoru so udeleženke postavile več vprašanj o izboru in kakovosti zaščitnih sredstev – krem in oblačil, o zaščiti otrok in o vlogi osebnega zdravnika v primeru suma na kožni rak. Predstavnica NDBM, Damjana Kern, ki je odlično organizirala in vodila to srečanje, je na koncu predstavila tudi svoj primer melanoma.



Foto: NDBM

Fotografija: Udeleženke so sodelovale z vprašanji

Nacionalno društvo bolnikov z melanomom je v sodelovanje z Društvom kmečkih žena iz Kranja organiziralo v Predvoru predavanje Laure Đorđević Betetto, dr.med., specialistke dermatovenerologije, o zaščiti pred soncem in kožnem raku. Več kot 50 udeleženek je slišalo bogato in dinamično predstavitev o pojavnosti kožnega raka, o njegovih vrstah in

SPREMLJAJTE NAS NA DRUŽBENIH OMREŽJIH

Facebook



SCAN ME

Instagram



SCAN ME

LinkedIn



SCAN ME

PODPORNIKI:

SM

STUDIO MARKETING