

Tegyük szerethetővé a rákellenes életmódot!

II. Országos konferencia - képes összegzés

Második alkalommal került megrendezésre a Tegyük szerethetővé a rákellenes életmódot! országos akkreditált konferencia A rák ellen, az emberért, a holnapért! Társadalmi Alapítvány szervezésében. Az Országos Onkológiai Intézetben 2023. október 27-én megtartott konferencia rámutatott, hogy a szektorok együttműködésével, jó kommunikációval hatékonyan valósulhat meg a 2030-ig meghirdetett Nemzeti Rákellenes Program.

Mik az egészségmegőrzés eszközei a 21. században? Mi az egyes szektorok szereplőinek feladata, lehetősége a Nemzeti Rákellenes Program hatékony megvalósításában? Hogyan lehetséges az embert teljes egészében, azaz holisztikusan vizsgálva gyógyítani? A komplementer medicina hiteles, hatékony ágazatai hogyan emelhetők be a hazai evidence based medicina (EBM) gyógyászat protokoll szabályai közé? – ezeket a kérdésköröket járta körül a konferencia, amelynek keretében az előadók felvázolták az együttműködések lehetőségeit.

Dr. Takács Péter egészségügyi államtitkár, fővédnök az írásos köszöntőjében hangsúlyozta: „Mindenki felelős a saját egészségéért. A szemléletváltás, a szokásrendszerek megváltoztatása, az egészséges életmód kialakítása nem könnyű dolog. Ezért koncentrálni a konferencia a társadalom négy olyan szereplőjére, akiknek kulcsszerepe lehet a változás elősegítésében: a jó kormányzásra, a megfelelő orvosi, szakmai háttérre, a civil szervezetekre és a médiára. Közösen képesek vagyunk felépíteni egy egészségesebb társadalmat.”

Prof. Dr. Polgár Csaba az OOI főigazgatója, a konferencia védnöke kiemelte: „Az onkológiai ellátórendszer fejlesztése ellenére a daganatos betegségek okozta halálozás csökkentése olyan feladat, ami túlmutat az egészségügyi ellátórendszer hatókörén. Összefogással és széles kormányzati támogatással birkózhatunk meg az elkövetkező évtizedekben világszerte növekvő rákterheléssel.”

Prof. Dr. Kiss István daganatkutató orvos, A rák ellen, az emberért, a holnapért! Társadalmi Alapítvány kuratóriumi elnöke köszöntőjében elmondta: „Ma már nélkülözhetetlen, hogy egyre többen felismerjék, milyen fontos a betegségek, különösen a rákbetegség megelőzésének ismerete,



a szűréseken való részvétel népszerűsítése. A konferencia ezek fontosságát emeli ki többféle megközelítésben.”

A konferencia szaktekintély előadói 4 szektor - kormányzat, szakma-oktatás, civil-társadalmi szervezetek és a média - képviselőiben 21 előadásban mutatták be, milyen eszközök és milyen együttműködések állnak rendelkezésre, hogy a Nemzeti Rákellenes Program hatékonyan megvalósulhasson. A pillérek egy-egy szektor szerepét, és az adott szektor szereplői között létrehozható együttműködési lehetőségeket mutatták be. Előadókkal együtt 120 fős hallgatóság vett részt a konferencián, köztük kórház főigazgatók, intézményvezetők, orvosok, természetgyógyász-orvosok, egészségügyi szakdolgozók, önkormányzatok és Egészségfejlesztési Irodák munkatársai, rákellenes egészségmegőrzésben tevékenykedő civil szervezetek képviselői, daganatos betegklubok vezetői és tagjai, média képviselői.

A konferencia hallgatósága, partnerei számára eseményt szájüregi és bőrrákszűrés, általános állapotfelmé-

rés kísérte, amelyet A rák ellen... Alapítvány meghívására az Országos Kórházi Főigazgatóság támogatásával a Dél-pesti Centrumkórház szűrő teamje bonyolított le.

Az idei konferencia újdonságaként az orvosok és egészségügyi szakdolgozók, természetgyógyászok akkreditációs pontokkal is gyarapíthatták előírt keretüket. Orvos előadók számára 6 pontot, orvos résztvevőknek 12 pontot írt jóvá a lejelentést követően az Oftex. Az egészségügyi szakdolgozók 8 kredit pontot kaptak.

Jelen volt a konferencián **Dr. Gelléri Ágnes** pszichológus, aki jóvoltából a konferenciahallgatóság ajándékba kapta a frissen kiadott „Szeretet-bibliámban lapozgatók” című verseskötetet. Találkozhattak a hallgatók az Életigenlők magazin őszi számában megjelent két gyógyulástörténet interjúalanyával. Jelen volt **Hargitai Márta** mellrák-túlélő, aki a Mell-véd Közösséget is képviselte a rendezvényen, és hasznos bemutatót is tartott a mell önvizsgálat iránt érdeklődőknek. Elfogadta a meghívást **Németh Richárd**, aki autizmusból vált tünetmentessé, és gyógypedagógiai asszisztensként segít sorstársainak.

A rák ellen, az emberért, a holnapért! Társadalmi Alapítvány közhasznú munkáját és a konferencia megrendezését támogatta 2023. évben is a Miniszterelnökség.

A konferenciát szolgáltatásokkal, termékekkel támogatták: Országos Onkológiai Intézet, Országos Kórházi Főigazgatóság (OKFÖ), Dél-pesti Centrumkórház Országos Hematológiai és Infektológiai Intézet, Béres Alapítvány, Y-Food Kft., Mandala Életfa Kft., Garenal Powder Plus, Dr. Patkós József.

Minden partnerünknek, és a helyszínen segítő önkéntesek - Aradi Mária, Sudárné Balázs Katalin, Karai Virág - munkáját ezúton is tisztelettel megköszönjük a támogatást és az együttműködést!

Alábbiakban az előadások rövid összegzését tesszük közzé.

Csieklinszki Zsannett, Prof. Dr. Kiss István, Dr. Baticz Orsolya, Vajda Márta, Dr. Surján Orsolya



Prof. Dr. Kiss István, Vajda Márta, Prof. Dr. Polgár Csaba

1. PILLÉR ELŐADÁSAI – JÓ KORMÁNYZÁS TÉMÁBAN 4 ELŐADÓ FOGADTA EL A FELKÉRÉST

Egészségtudatosság, betegségmegelőzés hangsúlyai az egészségügyi átalakítás tükrében címmel **Dr. Baticz Orsolya** főosztályvezető, Népegészségügyi Főosztály, Belügyminisztérium képviseletében tartott előadást, amiben elmondta: A népbetegségek jelentős része azonban megfelelő életmóddal megelőzhető és/vagy befolyásolható. Ehhez elengedhetetlen a lakosság körében az „egészség, mint érték” szemlélet kialakítása, melyhez az alapvető népegészségügyi szolgáltatások megerősítése is szükséges. Magyarország Kormánya elkötelezett a lakosság egészségben töltött életévének növelése iránt. Ennek érdekében a lakosság egészségét meghatározó egyéni, társadalmi és környezeti tényezők fejlesztéséhez kapcsolódóan az állam által biztosított alapvető népegészségügyi szolgáltatások – egészségfejlesztés, egészségvédelem és betegségmegelőzés (prevenció) – komplex továbbfejlesztésén, és a szolgáltatások hozzáférhetőségének növelésén, valamint az azok fejlesztését támogató adat- és információmenedzsment, továbbá irányítási és szervezeti-működési folyamatok hatásosságának és hatékonyságának növelésén keresztül vezet az út.

A Magyar Nemzeti Rákellenes Program célkitűzései és eddigi eredményei címmel tartott előadást **Prof. Dr. Polgár Csaba** főigazgató, Országos Onkológiai Intézet képviseletében, elmondta: Az Egészségügyi Világszervezet (WHO) ajánlására az Országos Onkológiai Intézet (OOI) 1993-ban, Európában az elsők között dolgozta ki a Magyar Nemzeti Rákellenes Programot (MNREP), aminek legutolsó kiadása 2018 júliusában készült el. 2018 novemberében a 6 népegészségügyi prog-

ram egyikeként a Kormány is elfogadta a programot, melynek fő célkitűzése a daganatos halálozás 10%-os csökkentése 2030-ig. Az OECD által kiadott legfrissebb országjelentés alapján megállapítható az a kedvező tendencia, hogy a folyamatosan emelkedő új daganatos megbetegedés ellenére Magyarországon a daganatos halálozás 2011 és 2019 között a férfiaknál 11%-kal, míg a nőknél 6%-kal csökkent. Az emelkedő gyakoriság és a jobb túlélési eredmények összességében azt eredményezték, hogy az elmúlt 20 évben Magyarországon stagnál a daganatos halálozás, de továbbra is évente 32-33 ezer honfitársunkat veszítjük el daganat miatt. A magyar onkológiai ellátórendszer kiemelt fejlesztése ellenére a daganatos betegségek okozta halálozás csökkentése olyan kiemelt feladat marad a közeljövőben is, ami túlmutat az egészségügyi ellátórendszeren és az egészségügyi kormányzat hatókörén – csak összetársadalmi összefogással és széles kormányzati támogatással birkózhatunk meg az elkövetkező évtizedekben világszerte növekvő „rákterheléssel”.

Két előadást tartott **Dr. Surján Orsolya** helyettes országos tisztifőorvos a Nemzeti Népegészségügyi és Gyógyszerészeti Központ képviseletében **Egészségpolitikai eszközök, prioritások, fejlesztések** illetve **Új dimenziók a lakossági kommunikációban** címmel.

Elmondta: 2023. augusztus 1-jével megalakult a Nemzeti Népegészségügyi és Gyógyszerészeti Központ. Létrejöttével egy egységes, erős és hatékony egészségügyi hatósági szerv jött létre azoknak az értékeknek a megtartásával és megerősítésével, amelyekkel tovább segítjük a prevenciót és a betegbiztonságot. Hangsúlyozta, hogy a betegségek kezelésére összpontosító egészségügyi ellátás mellett a betegségek megelőzésére és az egészségfejlesztésre sokkal nagyobb fókusz kell irányítani, ezért azokat az egészségügyi szolgálta-

Mell-Véd Közösség bemutatója



tásokat kell a jövőben a középpontba helyezni, amelyek a legnagyobb társadalmi terhet okozó betegségek, kockázati tényezők kezelésére és az egyenlőtlenségek csökkentésére irányulnak. A változások az egészségügy számos területén szükségesek és ezek érintik az intézményrendszert is.

Az előadás második részében ismertette az Egészségvonalon célkitűzéseit: „Egy olyan komplex szolgáltatást indított az NNGYK, amely egy 0-24 órában elérhető Contact Centerből, az egészségvonalon.gov.hu portálból, valamint chatbot szolgáltatásból épül fel. Általános tájékoztatást nyújt az egészségügyi ellátórendszerrel, oltásokkal, szűrővizsgálatokkal, egyes egészségügyi speciális ellátásokkal kapcsolatos kérdésekben. Célja, hogy hitelesen, megbízhatóan tájékoztassa az állampolgárokat, és segítse eligazodásukat az egészségügyi ellátórendszerben. Célja továbbá, hogy az egészségügyi ellátórendszer ismeretének javításával optimálisabbá tegye a betegutakat, ezáltal az ellátórendszer működtetését. Fontos célkitűzése, hogy csökkentse a rendkívül leterhelt sürgősségi ellátást nyújtó szolgáltatók, a háziorvosi ügyelet, mentőszolgálat és sürgősségi osztályok betegforgalmát, valamint csökkentse a felesleges orvos-beteg találkozások számát. Továbbá, hogy elősegítse a népegészségügyi szolgáltatásokhoz, ismeretekhez való hozzáférést, ezáltal is támogatva a megelőzést és egészségfejlesztést.

Visszatekintés és jövőkép – szervezett méhnyakszűrés Magyarországon címmel **Csieklinszki Zsannett** főosztályvezető, Országos Kórházi Főigazgatóság képviseletében tartott előadást. Elmondta: A szervezett méhnyakszűrés 2003-ban, éppen 20 éve került bevezetésre hazánkban. Az alacsony átszűrtség miatt a méhnyakrák miatt bekövetkezett halálozás még ma is fontos népegészségügyi probléma Magyarországon. Ennek oka a sejtvizsgálatra alapozott szervezett méhnyakszűrés tekintetében elmulasztott lehetőség és az, hogy a hagyományos citológiai szűrésnél szenzitívebb HPV szűrés még nem került bevezetésre hazánkban.

2021-ben az Egészségügyi Világszervezet célul tűzte ki a méhnyakrák eliminációját a XXI. században. Ehhez 2030-ra a 35-45 év közötti nők 70 %-a kell, hogy részt vegyen magas szenzitivitású HPV szűrővizsgálaton. Hazánk is kötelezettséget vállalt a méhnyakrák eliminálására, így a méhnyakszűrés stratégia-, és módszertanváltása, a HPV szűrés-, a folyadék alapú mintavétel bevezetése halaszthatatlanná vált.

2. PILLÉR ELŐADÁSAI – SZAKMA-OKTATÁS TÉMÁBAN 7 ELŐADÓ FOGADTA EL A MEGHÍVÁST

Egészségmegőrzés, egészségfejlesztés oktatása a graduális és a posztgraduális orvoseképzésben címmel **Prof. Dr. Kiss István** igazgató, Pécsi Tudományegyetem Orvosi Népegészségtani Intézet, A rák ellen... Alapítvány kuratóriumi elnöke elmondta: Általánosan ismert és elfogadott tény, hogy egy népesség egészségi állapotát a gyógyító egészségügy csak viszonylag kis mértékben befolyásolja, és sokkal fontosabbak például az életmódi-, szociális- vagy környezeti tényezők. Fontos tehát, hogy a leendő orvosok minél többet tanulhassanak a betegségek megelőzéséről, illetve arról, hogy miként segíthetnek az embereknek életmódjuk megváltoztatásában. Az utóbbi években a betegségmegelőzés fontossága egyre hangsúlyosabb szerepet kap a gyógyító ellátás mellett, az életmódi tényezők szerepe mind a terápiában, mind a prevencióban egyre inkább előtérbe kerül. Ehhez alkalmazkodnia kell az orvoseképzésnek is, illetve a már végzett kollégáknak is lehetőséget kell biztosítani prevenció ismereteik szinten tartására, bővítésére, valamint kifejezetten prevenció-orientált képzettséget is biztosítani kell.

A komplementer gyógymódok preventív aspektusa a posztgraduális egyetemi képzésekben címmel **Prof. Dr. habil. Hegyi Gabriella** Pécsi Tudományegyetem ETK Konfuciusz Intézet stratégiai vezetője, A rák ellen... Alapítvány kurátora tartott előadásában elmondta: Az integratív medicina nem alternatívája, hanem alkalmazandó segítője az onkológiai-, és általában az egészségügyben alkalmazott Evidence Based Medicine-nek (EBM). Ehhez azonban megfelelő oktatásra, egyetemi háttérre, támogatásra van szükség a tiltás helyett. Ezt a hiányt igyekszik pótolni a Pécsi Tudományegyetem ETK Tanszéke, amely a 11/97 NM rendeletnek megfelelően képez orvosokat és egészségügyi dolgozókat ezen integrációra. Az intézet kutatásokban is igyekszik jelen lenni három témában PhD képzéssel. Ezek egyik példája az oncothermiával kapcsolatos kutatások és alkalmazások 25 évvel ezelőtti elkezdése.



Megelőzhető-e a daganatos betegségek? címmel **Dr. med. habil. Lövey József** jövőbeli elnök, Magyar Onkológusok Társasága képviseletében tartott előadásában ismertette: A megelőzés a rák elleni védekezés leghatékonyabb és legköltséghatékonyabb hosszú távú stratégiája. Tízből körülbelül négy rákos megbetegedés megelőzhető. A dohányzás a rákos megbetegedések leginkább megelőzhető oka. A dohányzás után az alkohol az egyik vezető kockázati tényezője a korai halálozásnak. Az előbbieket mellett a túlsúly, a fizikai aktivitás hiánya és az egészségtelen táplálkozás (kevés rost, feldolgozott húsok) jelentős mértékben hozzájárulnak Európában a rákos megbetegedésekhez. A környezetből származó fizikai (pl. UV sugárzás) és biológiai (pl. HPV vírus) tényezők káros hatásának kiiktatása is rendkívül fontos. Egyre aktívabb kutatási terület az egyéni hajlam és egyéni kockázat megállapítása is, az ismert örökklődő daganatokon túl. Az egészséggel kapcsolatos életmód és a káros környezeti tényezők csökkentésével, a daganatok megelőzése messze túlmutat az egészségügyi ellátáson, a társadalom minden szereplőjét érinti, a teljes társadalom közreműködését igényli.

Prof. Dr. Kiss István, Prof. Dr. Rurik Imre, Vajda Márta, Prof. Dr. habil. Hegyi Gabriella, Dr. med. habil. Lövey József, Erdélyi Alíz, Dr. Babai László



Háziorvosok szerepe a daganatok elsődleges megelőzésében és szűrésében címmel tartott előadást Prof. Dr. Rurik Imre Semmelweis Egyetem, Családorvosi Tanszék képviselőjében, elmondta: A háziorvosoknak fontos feladata lehetne a primer prevencióra való lakossági oktatás, különösen a fiatalabb életkorban, kiemelten a gyermek-háziorvosok körében. Bár ehhez rendelkeznek megfelelő képzettséggel, a napi munka során, nagyfokú leterheltségük miatt, ennek csak részben tudnak eleget tenni. Szerepük van minden daganatra gyanús esetben a megfelelő vizsgálatra utalásban. Korábban a rendszeres lakossági tüdőszűrések szolgálták a tüődaganatok –sajnos nem mindig- időbeni felismerését. Jelenleg országos szinten csak az emlőrák-szűrés működik megfelelően, a méhnyak-szűrés helyzete nagyban javítható lenne megfelelő adatáramlással, fejlettebb informatikával és nemrégiben megkezdődött a vastagbél tumorok szervezett szűrése is. A praxisközösségek – megfelelő szakemberek bevonása mellett – nagy lehetőséget tartogathatnak mind a primér, mind a szekunder prevencióban.

Az életmódorvoslás szerepe a rákellenes életforma megismertetésében, szerettetésében címmel tartott előadást Dr. Babai László életmód-orvos, Magyar Életmód Orvostani Társaság Egyesület elnöke, aki előadásában ismertette: Világviszonylatban a daganatos halálozás közel fele megelőzhető lenne életmódbeli és környezeti változtatásokkal. A daganatos halálozáshoz vezető életmódbeli tényezőket tekintve a dohányzás, az alkohol, a nem megfelelő táplálkozás és a magas BMI mellett egyre nagyobb hangsúlyt kap az alacsony fizikai aktivitási szint is. Az életmódtényezőknek a daganatok kialakulásának megelőzése mellett jelentős szerep jut a daganatos betegek mortalitásának, a daganat



Beszélgetés és kapcsolatépítés

kiújulásának csökkentésében is. Az életmódtényezők – köztük a rendszeres fizikai aktivitás, az egészséges, kiegyensúlyozott táplálkozás, mentális egészség – kedvező hatásait többek között az immunrendszer, az endokrinrendszer befolyásolásával, a daganat növekedésének lassításával érik el.

Az életmódtényezők kiemelt mortalitás- és morbiditáscsökkentő hatásukkal az életmódorvoslás keretében a figyelem középpontjába kell, hogy kerüljenek mind a gyógyító-megelőző egészségügyi ellátás, mind pedig a társadalom mindennapi élete során.

Hol tart ma a hazai integratív gyógyászat? Teendők az orvosok és természetgyógyászok közelítésében címmel Dr. Radnai Andrea orvos, a Magyar Integratív Medicina Szövetség alelnöke tartott előadást, ismertette: Mik a kezdeményezések és a gyakorlatok az integratív gyógyászat területén Magyarországon és Európában. Ismertette az integratív orvoslás definícióját: az egészség és a jóllét bizonyítékokon alapuló megközelítése, amely a konvencionális orvoslást, az életmódot és a tradicionális-komplementer medicinát egyesíti: az egész ember kezelésére helyezi a hangsúlyt az ellenállóképeség és az egyensúly helyreállítása érdekében. Az integratív egészségügy célja a konvencionális és tradicionális-komplementer szolgáltatók és intézmények által nyújtott ellátások összehangolása, annak érdekében, hogy megvalósuljon a teljes ember – test, lélek és szellem – gyógyítása. A nemzetközi kutatások, beszámolók alapján a közös nyelv, közös tudásbázis kialakítása, közösen meghatározott kompetenciák, irányelvek, jól definiált betegutak segíthetik elő az integratív egészségügy megvalósulását.

Hogyan segít a dietetikus a megelőzésben? címmel Erdélyi Aliz MSc főtitkár, Magyar Dietetikusok Országos Szövetsége képviselőjében tartott előadást, elmondta: A dietetikus a táplálkozástudományt egészséges és beteg egyének gyógyítása és egészségnevelése céljából alkalmazza. A nem megfelelő táplálkozás, illet-

ve életmód az életminőség romlásán túl növeli számos krónikus-és anyagcsere betegség, mint például a 2-es típusú cukorbetegség, a szívkoszorúér-, a magasvérnyomás-betegség, a stroke, egyes daganatos betegségek kialakulásának kockázatát. Rengeteg táplálkozási irányzat létezik, és sok egymásnak szögesen ellentmondó javaslatot olvashatunk az egészségesnek vélt táplálkozásról, de ugyanez elmondható az online térben, illetve kiadványokban, melyeknek témája az egyes betegségekhez tartozó „diéta”. A rosszul értelmezett „helyes” táplálkozással inkább károkat lehet okozni, mint eredményeket. A megelőzés egyik fontos pillére az egészséges táplálkozás. Az alapellátásba, Egészségfejlesztési Irodákba bevont dietetikusok az életmódváltást, a táplálkozással összefüggő kockázatok felmérését és csökkentését célzó szolgáltatások elérhetőségének szélesítésével, szakmailag eredményesen tudnának bekapcsolódni a megelőzést előtérbe helyező szemlélet megerősítésébe.

3. PILLÉR ELŐADÁSAI – CIVIL-TÁRSADALMI KÖRNYEZET TÉMAKÖRBE 5 ELŐADÁS HANGZOTT EL

Tudományos kutatások A rák ellen... Alapítvány által szervezett szűréseken – együttműködés a Semmelweis Egyetem Fogorvostudományi Karával címmel Dr. Mensch Károly fogorvos, Semmelweis Egyetem adjunktusa tartott előadást, ismertette: Magyarországon az évente újonnan diagnosztizált szájüregi daganatos betegek, illetve a betegségben meghaltak számát tekintve egyaránt az első helyen állunk Európában, a világon a 3-4. hely a miénk. Hazánkban mintegy kétszer annyian halnak meg szájüregi daganatok következményen, mint közlekedési balesetben. Tanszékük oktatja magyar, angol és német nyelven az Orális Diagnosztika Tantárgyat, mely a szájüregi elváltozások, köztük a szájüregi rákmegelőző állapotok és daganatok korai felismerését felfoeli. A képzés elméleti és gyakorlati formában valósul meg. Harmadik éve hirdetik meg a Szájüregi rákszűrés című szabadon választható tantárgyat, melynek gyakorlati része A rák ellen... Alapítvány által szervezett szűrőbuszos szűréseken valósult meg. Elmondta a szűrőprogramok iránt igen nagy érdeklődést mutatnak a hallgatók. A Tanszék szakorvosai és rezidens orvosai és hallgatói mintegy húsz szűrésen vettek részt, ami háromezer feletti szájüregi szűrést jelent. A rák ellen, az emberért, a holnapért! Társadalmi Alapítvány és a Semmelweis Egyetem Fogorvostudományi Kar Orális Diagnosztika Tanszék közötti hivatalos együttműködés 2019-ben jött létre. Közös munka alapjául szolgál több TDK-hallgató munkájának, szakdolgozatának elkészítésében, idén a gyakorlati tapasztalat PhD munkába is integrálódott.



HPV-tudatosság fontos! Felvilágosító programok a fiatalok körében címmel Tóth Icó elnök, Mályvavirág Alapítvány képviselőjében tartott előadást, elmondta: A HPV egy kiemelt téma manapság, hiszen fontos tudatosítani az emberekben, hogy van lehetőségünk megelőzni a vírus által okozott elváltozásokat és rákakat. Habár a HPV elleni védőoltás felnőttkorban is beadatható, mégis akkor a leghatékonyabb, ha a szexuális élet megkezdése előtt kapják meg a fiatalok.

A hetedik osztályban, fiúknak és lányoknak egyaránt, a nemzeti immunizációs program keretében ingyenes, választható oltás kommunikációja nagyon fontos a megfelelő átoltottság eléréséhez. A Mályvavirág Alapítvány célcsoportjához tartoznak a hatodik-és hetedik osztályos tanulók, valamint szüleik. A fiatalok és a felnőttek. Nekik külön, más-más csatornákon, más eszközökkel kommunikálunk, bevonva őket projektjeink tervezésébe is. A HPV elleni védőoltás beadatásának „közös döntésnek” kell lennie. Az egészségértést támogatjuk programjainkkal, kampányainkkal.



ZinZino bemutató és kóstolás



Sóhaj után mosoly, avagy mit nyújt a Katolikus Szeretetszolgálat bakonyszücsi Lelki Rehabilitációs Otthona? címmel Forsthoffer Erzsébet intézményvezető, Lelki-Rehabilitációs Otthon, Bakonyszücs képviselőtében tartott előadást, ismertette: A Bakonyszücsön található intézmény folyamatosan segít a kérdések megválaszolásában, mivel tevékenysége egyedülálló, speciális, komplex. Bemutatta, hogy az intézmény hogyan képes hozzájárulni a Nemzeti Rákellenes Terv célkitűzéséhez és annak megvalósításához, milyen lehetőséget kínál az érintettek számára, valamint a szakemberekkel való együttműködésre. Említésre kerültek azok a katolikus értékek, amelyek elengedhetetlenül szolgálják a megbetegedett ember életminőségének javítását, meggyengült vagy elvesztett szerepeinek visszanyerését, az önségítés folyamatát és annak megerősítését.

Elmondta: innovatív módon szemlélik a betegség pozitív hozadékát, amellyel bizonyítható, hogy a betegség által nemcsak veszteség sújtja az érintetteket. Válaszlehetőségeket kínálnak a „Megbetegedtem, mit tehetek magamért?” kérdésre és olyan kapaszkodókat nyújtanak, amik a test és lélek egységének helyreállítását segíthetik.

Mi célból alakult a Magyar Páciens Kamara? címmel tartott előadást Oriold Károly elnök, Magyar Páciens Kamara képviselőtében, ismertette: Az egyesület célja egy humánus, az emberi méltóságot jobban tisztelő egészségügy elérése, aminek eszköze egyrészt az általános, tudományos alapú páciens elégedettségi kérdőív bevezetése és a rendszer ezen tapasztalatok szerinti megváltoztatása, az orvosok és nővérek meggyőzése. Felvázolta, hogy a 9 betegjog mellé még négy fontos

A konferencia előadásai letölthetők a konferencia weboldaláról

<http://rakelleneskonferencia.hu/program2023>

A konferencia hangulatát bemutató videófilm is készült, megtekinthető a konferencia weboldalán, valamint az Életigenlők magazin YouTube csatornáján és A rák ellen... Alapítvány közösségi média felületén.

betegjog - páciensek idejének tiszteletben tartása, prevencióhoz, szűréshez való jog, innovatív gyógymódokhoz való jog, a fájdalommentes kezeléshez való jog - bevonása és azok érvényesítése szükséges. Ismertette az érdekvédelmi munka lényegét, és azt is elmondta hogyan és kinek kell ezt végeznie.

Hol lehet szerepe a mediációnak az együttműködő orvos-páciens kommunikációban? címmel Dr. Gulyás Kálmán jogász, Országos Mediációs Egyesület képviselőtében tartott előadásában a mediáció konfliktusok kezelésében betöltött szerepét, fontosságát és módszereit mutatta be. Példákon keresztül bemutatta, hogy a mediáció az egyik leghatékonyabb eszköz a viták békés megoldására, amely során egy közvetítő segít a feleknek párbeszédet kialakítani és megoldást találni problémáikra. Az előadás során bemutatta a mediáció alapelveit, technikáit és a közvetítő szerepét a konfliktusmegoldás folyamatában. Emellett beszélt a mediáció alkalmazási területeiről, előnyeiről és kihívásairól is. Az előadás célja volt, hogy meggyőzze a jelenlévőket a mediáció előnyeiről és ösztönözze őket arra, hogy használják, vegyék igénybe a konfliktusaik megelőzésében és rendezésében ezt a hatékony és békés módszert. Beszélt a 2000. évi CXVI. törvényről az egészségügyi közvetítői eljárásról.

4. PILLÉR ELŐADÁSAI – MÉDIA ÉS A KÖZÉLET TÉMAKÖRBE 4 ELŐADÁS HANGZOTT EL

Influenzszerek, önkéntesek, aktivisták szerepe a rákellenes életmód terjesztésében, együttműködések keresése címmel Oroszvári Dóra a Mellrák-infó Egyesület aktivista munkatársa ismertette az influenzaszerek marketing és az egészségügy kapcsolódását, és bemutatta, hogy hogyan lett Halom Borbála a saját érintettsége kapcsán influenzaszerek és később hogyan

tudott a Mellrákinfo Egyesület egy olyan betegszervezetté nőni, ami évről-évre egyre több mellrákkal érintett nő betegútját könnyíti meg. Elmondta: az influenzaszerek marketing az egyik leggyorsabban növekvő online marketing csatorna, melynek értéke felbecsülhetetlen, és jelenleg az egészségügyben még jelentősen kihasználatlan. Körül járta kik az influenzaszerek és milyen szinten tudnak az egészségügyben is hasznos szerepet vállalni, mik az „egészségügyi influenzaszerek” legfontosabb kritériumai, és kiből lehet jó egészségügyi influenzaszerek. Beszélt arról, hogy miben rejlik az influenzaszerek értéke az egészségügy különböző szereplői számára és hogyan tudnak a betegszervezetek jó influenzaszerekké és véleményvezéreké válni a páciensek felé, valamint hogyan tudnak a betegszervezetek más influenzaszerekkel együttműködni a saját társadalmi bázisépítésükben és kik lehetnek ebben segítségükre.

Rákgyógyítás Magazin és Rákgyógyítás.hu – országos betegedukáció a MKOT partnerségével címmel Dr. Végh Éva onkológus, szakorvosi lektor tartott előadást, elmondta: A Rákgyógyítás.hu internetes portál 2006-ban, a nyomtatott Rákgyógyítás Magazin 2008-ban azért indult el, hogy legyen a hazai dagados betegek és érintett családok széles köre számára egy olyan online és nyomtatott felület, ami kizárólag orvosszakmailag megbízható információkat tartalmaz, emellett független a marketing szempontoktól. A Rákgyógyítás.hu portálon és az országos terjesztésű Rákgyógyítás Magazinban nincsenek termékhirdetések, ez kategóriájában máig egyedülálló Magyarországon. A honlapot minden hónapban mintegy 75 ezer olvasó használja információszerzésre. A negyedéven



Szájüregi- és bőrrákszűrés, általános állapotfelmérés a konferencia résztvevői részére

ként 15 ezer példányban megjelenő újság minden lapszáma 30-40 ezer olvasó kezébe kerül az onkológiákon és a betegszervezetek révén. A Rákgyógyítás.hu és a Rákgyógyítás Magazin a Magyar Klinikai Onkológiai Társasággal partnerségben jelenik meg, kiadója a Daganatos Betegek Gyógyításáért és Rehabilitációjáért Alapítvány, alapító-kiadója prof. dr. Bodoky György, főszerkesztője B. Papp László. A lapszámok szerkesztésében arra törekcsenek, hogy mindegyik kiadásban találjanak az olvasók a hétköznapiak során hasznosítható praktikus információt, illetve a példaadó betegek történeteinek keresztül a mindennapok megélését segítő reményt is.



30 ÉVE A PÁCIENSEK SZOLGÁLATÁBAN

– hagyományos és természetes gyógymódok –

**onkológiai betegek
kiegészítő oncothermiás
kezelése szakorvosi háttérrel**

Reumatológia szakrendelés:
fizioterápia, masszázs

Foglalkozás-egészségügyi ellátás

Főorvos: Prof. Dr. Hegyi Gabriella MD. PhD

1196 Budapest, Fő u. 50/A

+36 1 281 30 35

yamamoto@yamamoto.hu, www.yamamoto.hu

Partnerség



VNTV – a „másként gondolkodók” legismertebb csatornája, szerepe az ismeretterjesztésben címmel Horányi Ágnes szerkesztő tartott előadást, elmondta: Az információ a mindenkor táplálkozási lánc része. Ráadásul rendkívül fontos eleme, mert alapjaiban határozza meg a gondolkodást, ami aztán egészség, vagy betegség gyanánt megnyilvánul mind az egyén, mind pedig az egész társadalom, sőt, a civilizáció és még tovább merészkedve, az egész ökoszisztéma állapotában.

Ha tehát úgy tekintünk az információra, mint táplálékra, akkor könnyen megérthetjük a jelentőségét, és azt, hogy mennyire nagy felelősséggel kell eldöntenünk, hogy mérgeket veszünk magunkhoz, vagy pedig építő, tápláló, előre vivő dolgokat fogyasztunk. Médiaként, embertömegek tájékoztatójaként pedig különösen, mint gyermekeit tápláló édesanya, komolyan kell vennünk, hogy mivel tápláljuk, vagy mérgezzük gyermekeinket! Ma a fogyasztói társadalmak elképesztő méreteket öltő terméke az információs tartalom – digitális és egyéb formáiként egyaránt – fogyasztása lett. A médiumok szerepe ennek megfelelően az egekbe szökött. A közmédia, mint az emberek első számú irányítási eszköze fennállása óta semmit nem akar fejlődni, ellentétben az emberrel, aki elkezdte túlszárnyalni ezt a szintet. Végül összegezte mik a jelen korunk médiában rejlő legnagyobb veszélyei, amely a modern technológia eszközparkján keresztül visszabutítja az embereket az öntudatlan, állatot megközelítő, nem gondolkodó, ösztönlény szintjére, vagy azt a lehetőséget, ami akár az egész emberiséget tovább emelheti Isteni magasságokba.

CANOSSA – a gyógyulás útja c. könyv ősbemutató címmel Kulcsár Attila Ferenc ráktúlélő, könyvszerző mutatta be súlyos daganatos betegségéből való meggyógyulásáról írt könyvét, valamint zeneművét. A prezentációban elmondta, hogy a betegségét először félrediasztizálták, melynek következtében sípcsontját kétszer is operálták, majd a kórházban elkapott MRSA fertőzés miatt lábát többször is amputálni akarták. 2007-ben non-Hodgkin és Hodgkin limfómát állapítottak meg nála, szakszerű kezelése az Országos Onkológiai Intézetben 2007 februárjában kezdődött meg, ekkorra már a limfóma felkapaszkodott veséjére és látóidegeire is. Kemoterápiás-, majd sugárkezelést kapott, ez utóbbi ugyan megnyitotta a látási funkciók visszanyerésének lehetőségét, azonban az ekkora eredeti súlyának, több mint felét elvesztett, legyengült páciens összeomlott. Nyolc-tíznaposra tehető az az időszak, amikor léthatáron vegetált. Majd egy tudományos eszközökkel nehezen megmagyarázható fordulatot követően visszazökkent és lassan, de biztosan elindult a gyógyulás lassú, küzdelmes útján.

Mindezen élményanyag és az eseményekre kiható előzmények ihlették a szerzőt először blog írására, majd 2013-ban komponálásra. A magánkiadásban 2021-ben megjelent Canossa CD és a blogon alapuló könyv már kapható. A konferenciát záró szerzői prezentáció során mindkét nagyszabású műbe bepillantást nyehettek a konferencia legvégéig ottmaradt hallgatók.

(Szerk)



Vajda Márta búcsúzóul elmondta, hogy a III. Országos Konferencia tervezett időpontja 2024. október 18-19.

A „Tegyük szerethetővé a rákellenes életmódot!” konferencia szatelit programja

PANELBESZÉLGETÉSEK gyógyultakkal

2024. március 23. 10-17 óra

Yamamoto Intézet, Budapest, Fő u. 50/a.

ERŐT ADÓ SIKER- TÖRTÉNETEK RÁKTÚLÉLŐKKEL ÉS SZAKEMBEREKEL

4 esettanulmány kerül moderált panelbeszélgetésekben ismertetésre.

Daganatos betegségéből gyógyultakat hívunk meg, akiknek a hagyományos orvosi gyógymódok mellett az orvosok által elismert kiegészítő terápia is szerepelt a gyógyulásában. (A szekció programjának összeállítása folyamatban van)

**Szervező:**

Akupunktúra Rehabilitáció Alapítvány

Együttműködő partnerek:

A rák ellen, az emberért, a holnapért Társadalmi Alapítvány
és a Magyar Integratív Medicina Szövetség (MIMSZ)

Program:**10:00–11:30 Gyógyulás a képzelet erejével**

Szekcióvezető: Dr. Prezenszki Zsuzsanna pszichiáter, pszicho-onkológus, Simonton-terapeuta

11:30–13:00 A diéták szerepe a gyógyulásban

Szekcióvezető: Erdélyi Aliz dietetikus, Magyar Dietetikusok Országos Szövetsége főtitkára

13:00–14:00 EBÉDSZÜNET

14:00–15:30 Hagyományos Kínai Orvoslás és az oncothermia a daganatterápiákban

Szekcióvezető: Prof. Dr. habil. Hegyi Gabriella orvos
Yamamoto Intézet igazgatója, a MIMSZ elnöke

15:30–17:00 Művészetek a gyógyulásban

Szekcióvezető: később kerül felkérésre

Támogatók: