



## EESTI VÄHILIIDU PRESSITEADE

**„4. veebruar on ülemaailmne vähi vastu võitlemise päev“**

**Ülemaailmne vähi vastu võitlemise päev** toimub igal aastal 4. veebruaril ja on pühendatud vähivastasele võitlusele.

Rahvusvaheline vähivastane liit UICC (Union for International Cancer Control) kutsub sel aastal inimesi üles mõtlema, **mida meie ühiskonnas saame või mida mina isiklikult saan ära teha seoses võitluses vähiga.**

Igal aastal diagnoositakse maailmas **14 miljonit uut vähijuhtumit** ja registreeritakse 8,2 miljonit vähisurma. Kõigil inimestel, vaatamata nende elukohale, on õigus saada võrdsetel tingimustel kvaliteetset vähiravi. Kahjuks on veel riike, kus tervishoiusüsteem on alarahastatud ja on palju inimesi, kellel puudub ravikindlustus ning seetõttu puudub pääs vähi varasele avastamisele ja elupäästvatele ravile.

**Vähi vastu võitlemise päev** on väga hea võimalus tõsta vähihaigus esile inimeste mõtetes läbi meediakajastuste, et mõjutada nende hoiakuid ja oma tervisesse suhtumist. Haarata kaasa riigi tervishoiupoliitika eest vastutavaid isikuid ning esmatasandi meditsiinitöotajaid, kes looksid Eesti inimestele parimad võimalused vähi varaseks avastamiseks ning kaasaegseks raviks.

**Eesti Vähiliit juhib sel päeval ühiskonna tähelepanu sellele, et Eesti riik vajab terviklikku ja süsteemset haiguste ennetamise programmi, mille keskmeks on inimene.**

Oluline on tõsta inimeste teadlikkust võimendades sõnumit, et **vähki saab ennetada või varakult avastada**, mis aitaks oluliselt vähendada vähisurmade arvu.

### **Mida mina isiklikult saan teha:**

- Loobuda suitsetamisest
- Vähendada alkoholi tarbimist
- Teha regulaarselt sporti
- Toituda tervislikult
- Olla päikese võtmisega ettevaatlik
- Olla teadlik meid mõjutavatest keskkonnateguritest
- Teada vähi sümptomeid
- Vaktsineerida ennast

### **Mida meie ühiskonnas saame teha:**

- Luua tervislikke keskkondi meie linnades, koolides ja töökohtades
- Edendada poliisi, mis toetab tervislikke eluviise. Kolmandikku vähkidest saab ennetada tervisliku toitumise ja füüsilise aktiivsusega.

- Parandada inimeste juurdepääsu vähi varajasele avastamisele, sõeluuringutele ja õigeaegse diagnoosi saamisele.
- Luua riiklikud vaktsineerimisprogrammid

**UICC President Sanchia Aranda:** „Ülemaailmne vähi vastu võitlemise päev on võimalus toetada sõnumit, et meie kõik koos (nii isik, organisatsioon, valitsus) saame aidata ennetada vähahaigust ja võidelda selle vastu“

Lisainfo: [www.worldcancerday.org](http://www.worldcancerday.org)  
[www.uicc.org](http://www.uicc.org)

