

Stil om til sundhed

-Forebyggelse af kræft

4 ud af 10 kræfttilfælde kan forebygges

- Ca. 40 % skyldes livsstil og miljøpåvirkning
- Ca. 5-10 % skyldes arvelige årsager
- >50 % skyldes fejl i celledelingen
- Forebyggelse kan ikke forhindre al kræft. Men kan nedsætte risikoen for en lang række kræftformer



Det nytter at forebygge

4 ud af 10

kræfttilfælde
kan forebygges



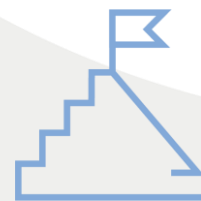
Vision

Vi vil et liv
uden kræft



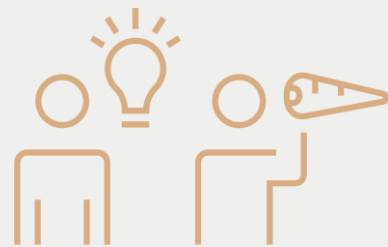
Mission

Færre
får kræft



Ambition

Oplysning, der ændrer adfærd
og rammer, der fremmer sundhed



I Forebyggelse & Oplysning arbejder
vi med følgende indsatsområder



Tobak



Overvægt



Kost



Alkohol



Sol



Tidlig opsporing
& screening



HPV
Vaccination



Fysisk
aktivitet



Vidensgrundlag



IARC classifications

The International Agency for Research on Cancer (IARC) have devised a system of categories to evaluate the **carcinogenicity** of an agent to his evidence derived from human and experimental animal studies and from mechanistic and other relevant data^[1]. The list of categories and their

Table 1. IARC classifications of carcinogenic agents^[1]

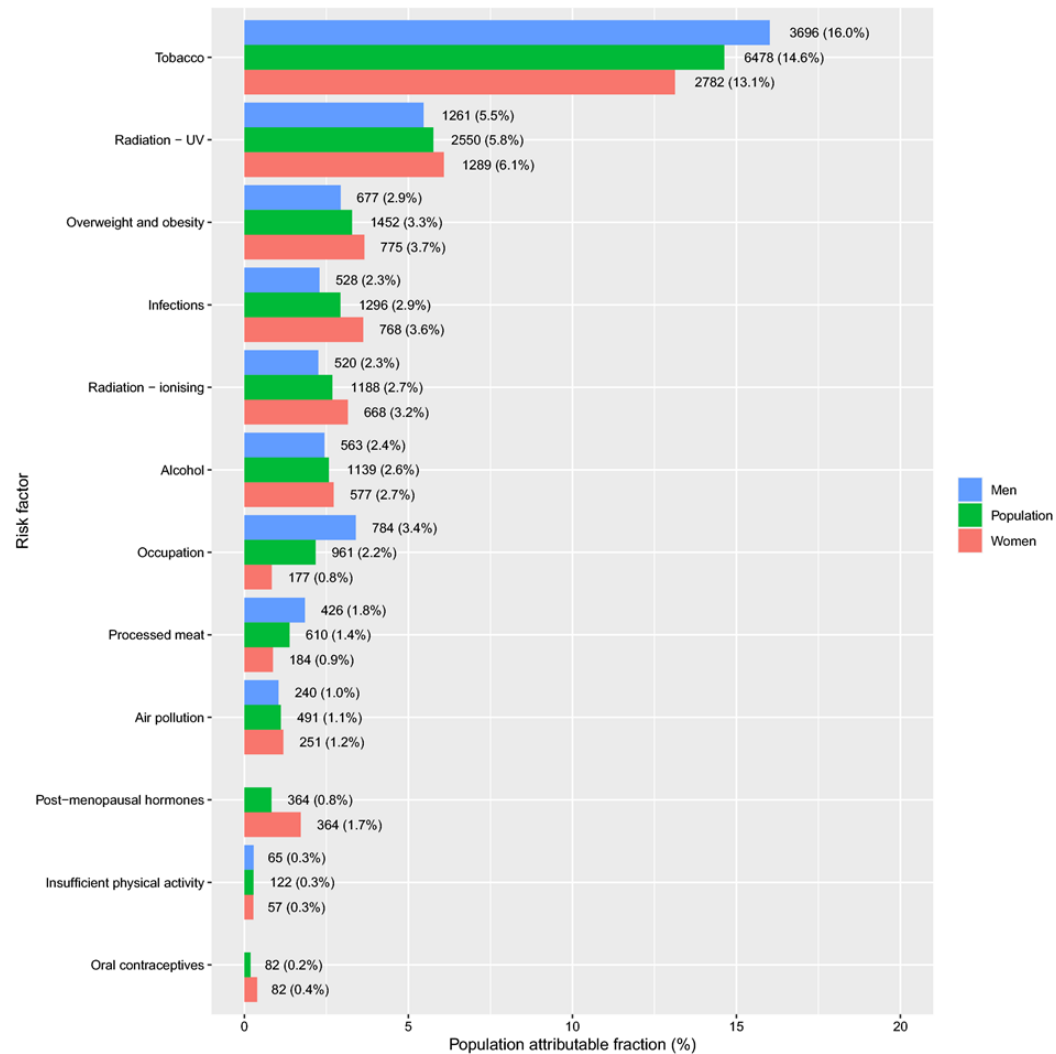
Group	Description	Definition	Number of agents
Group 1	Carcinogenic to humans	<ul style="list-style-type: none"> Sufficient evidence of carcinogenicity OR Evidence of carcinogenicity in humans is less than sufficient but there is sufficient evidence of carcinogenicity in experimental animals and strong evidence in exposed humans that the agent acts through a relevant mechanism of carcinogenicity 	121
Group 2A	Probably carcinogenic to humans*	<ul style="list-style-type: none"> Limited evidence of carcinogenicity in humans and sufficient evidence of carcinogenicity in experimental animals OR Inadequate evidence of carcinogenicity in humans and sufficient evidence of carcinogenicity in experimental animals and strong evidence that the carcinogenesis is mediated by a mechanism that also operates in humans OR Limited evidence of carcinogenicity in humans, but belongs, based on mechanistic considerations, to a class of agents for which one or more members have been classified in Group 1 or Group 2A 	89
Group 2B	Possibly carcinogenic to humans*	<ul style="list-style-type: none"> Limited evidence of carcinogenicity in humans and less than sufficient evidence of carcinogenicity in experimental animals OR Inadequate evidence of carcinogenicity in humans but sufficient evidence of carcinogenicity in experimental animals OR Inadequate evidence of carcinogenicity in humans and less than sufficient evidence of carcinogenicity in experimental animals, but with supporting evidence from mechanistic and other relevant data 	318
Group 3	Not classifiable as to its carcinogenicity to humans	<ul style="list-style-type: none"> Evidence of carcinogenicity is inadequate in humans and inadequate or limited in experimental animals OR Evidence of carcinogenicity is inadequate in humans but sufficient in experimental animals, but strong evidence that the mechanism of carcinogenicity in experimental animals does not operate in humans OR Agents that do not fall into any other group <p>Agents in Group 3 are not determined to be non-carcinogenic or safe overall, but often means that further research is needed.</p>	499

The screenshot shows the WHO website page for 'Preventing cancer'. It features a navigation bar with 'Global' and 'Regions' options, a search bar, and a language selector. The main content area includes a header with 'World Health Organization' and a sub-header 'Home / Activities / Preventing cancer'. Below this is a large image of a person's back being examined by a doctor. The main heading is 'Preventing cancer'. A key statistic is highlighted: 'Impact: 30-50% of cancers could be prevented'. A 'View photo story' button is visible. The page also contains introductory text about cancer prevention and a link to a road map for reducing premature mortality from NCDs by 2025.



Årsager til kræft i DK

- som kan forebygges



Med sikkerhed kræftfremkaldene i mennesker

- Tobak forårsager mange kræftformer
 - -Ikke kun lungecancer
- UV-stråling forårsager kun hud- og modermærkekræft
- - men er årsag til stort set al hudkræft (90%)
- Overvægt stiger i alle grupper: Prognose fra 53 % til 66% i 2040

Sandsynligvis kræftfremkaldende

- -Ikke inkluderet
- En del kost og fysisk aktivitetsfaktorer



Sundhed og forebyggelse er komplekst



Vores sundhedsadfærd halter

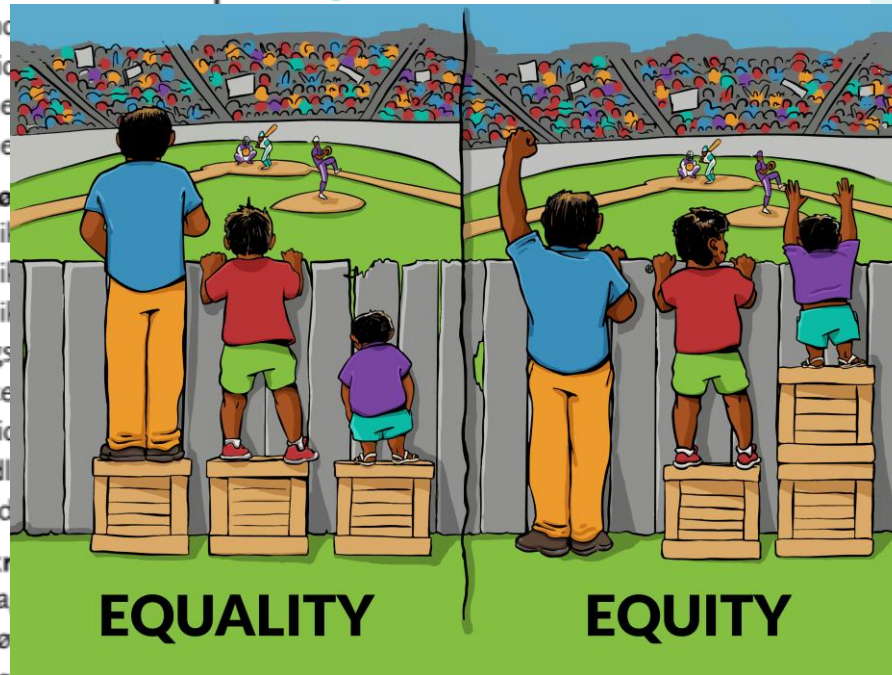
- Rygning er fortsat den største dræber
- Flere med overvægt og svær overvægt
- Usund alkoholkultur – ikke mindst hos unge
- Markant ulighed
- - Og mental sundhed og trivsel er en kæmpe udfordring



Estimatet er mindre for kortuddannede

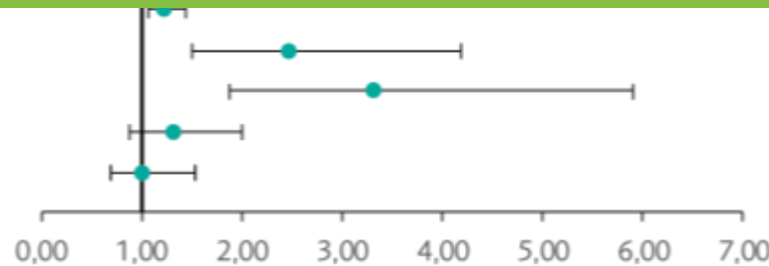
Estimatet er større for kortuddannede

- Social ulighed i risiko for kræft
 - Rygning
 - Højt alkoholforbrug
 - Usundt kostmønster
 - Fysisk inaktivitet
 - Overvægt
 - Lav motivation for at ændre livsstil
 - UV-stråling (brug af solarie)
 - Eksogene hormoner
 - Infektioner
 - HPV-vaccine, kvinder (ikke vaccineret)
 - HPV-vaccine, mænd (ikke vaccineret)
- Social ulighed i kræftforløbet
 - Screening, livmoderhalskræft (deltager i screening)
 - Screening, brystkræft (deltager i screening)
 - Screening, tarmkræft (deltager i screening)
 - Ugyldig tarm-screeningsresultat
 - Stadie ved diagnose (avanceret)
 - Komorbiditet
 - Behandling (ikke standardbehandling)
 - Ryger under behandling
- Social ulighed i livet efter kræft
 - Rehabilitering (ikke modtaget)
 - Somatiske senfølger
 - Psykologiske senfølger
 - Arbejdsløs
 - Førtidspension
 - Tilbagefald
 - Palliation



EQUALITY

EQUITY



HVIDBOG

SOCIAL ULIGHED I KRÆFT-forløbet I DANMARK



Sådan arbejder vi med at forebygge kræft

1. Politiske indsatser – baseret på faglig viden
2. Viden og værktøjer til fagfolk
3. Direkte aktiviteter og oplysning til målgrupper

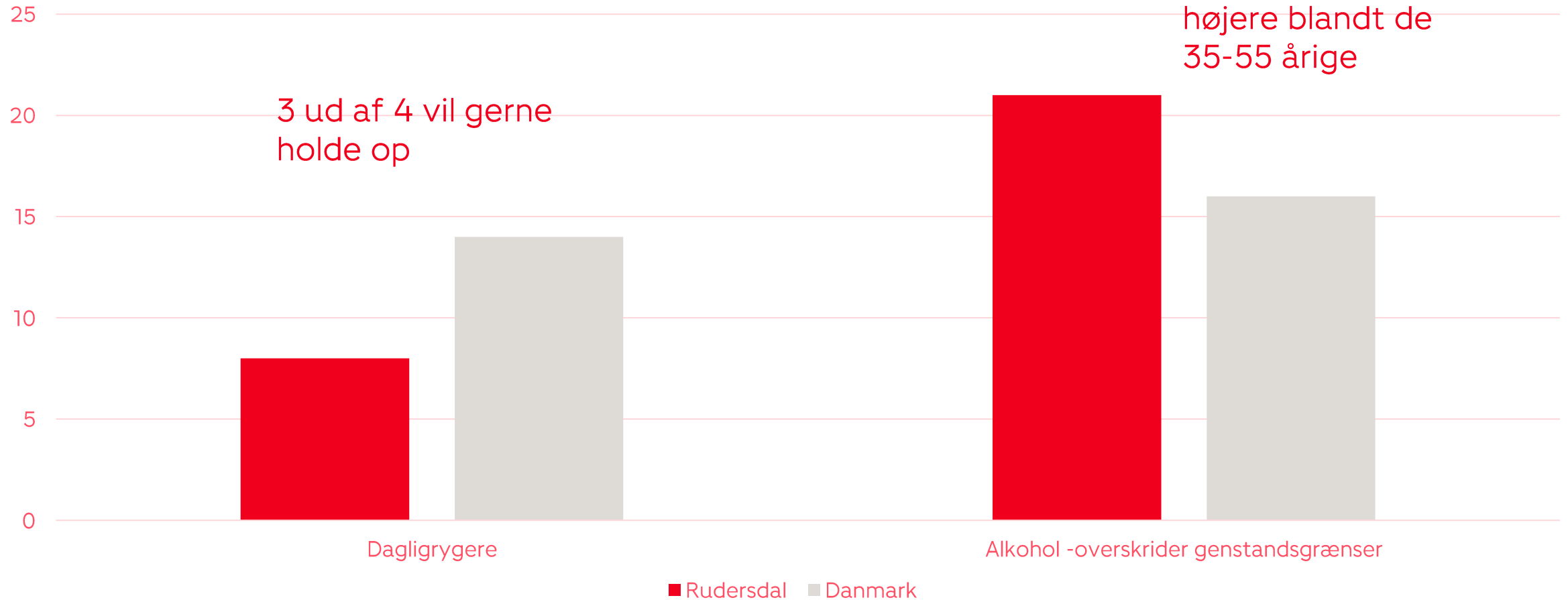
Det gør vi sammen med:

- frivillige i hele landet
- andre aktører i partnerskaber og alliancer
- internationale samarbejdspartnere i relevante fora



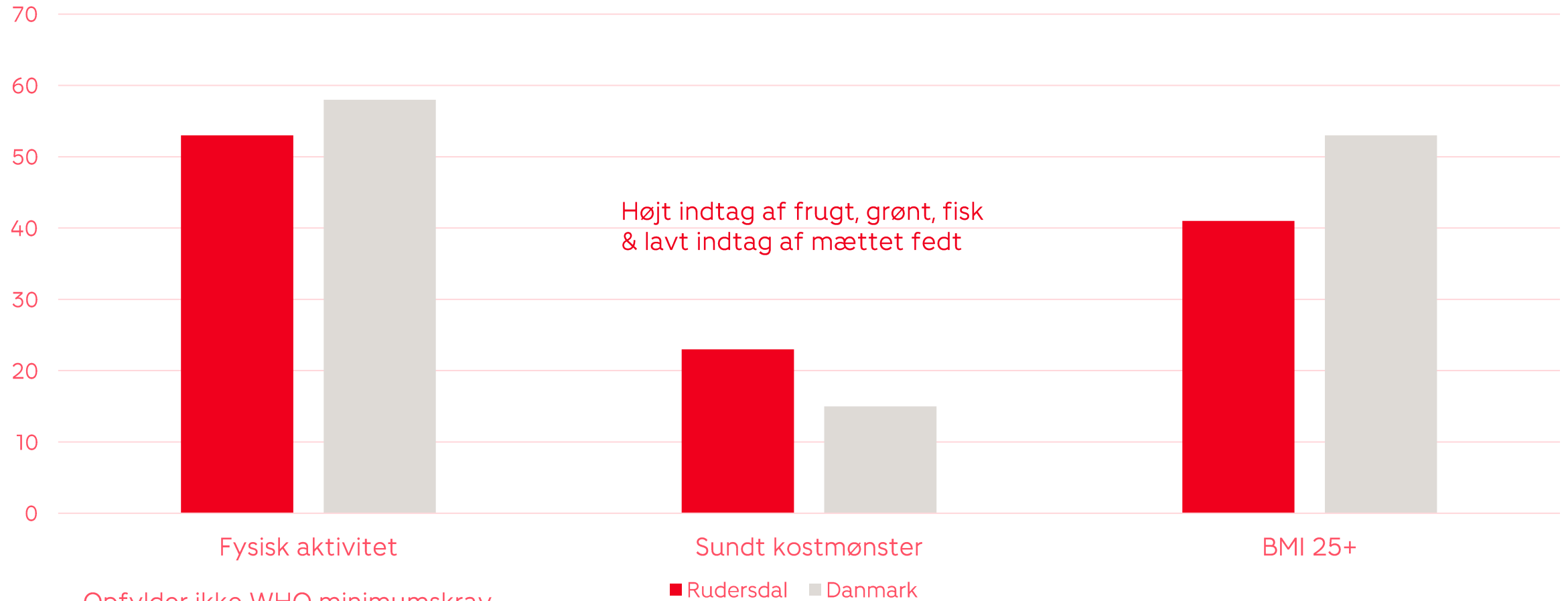
Rudersdal Vs DK

Tobak og alkohol



Rudersdal Vs DK

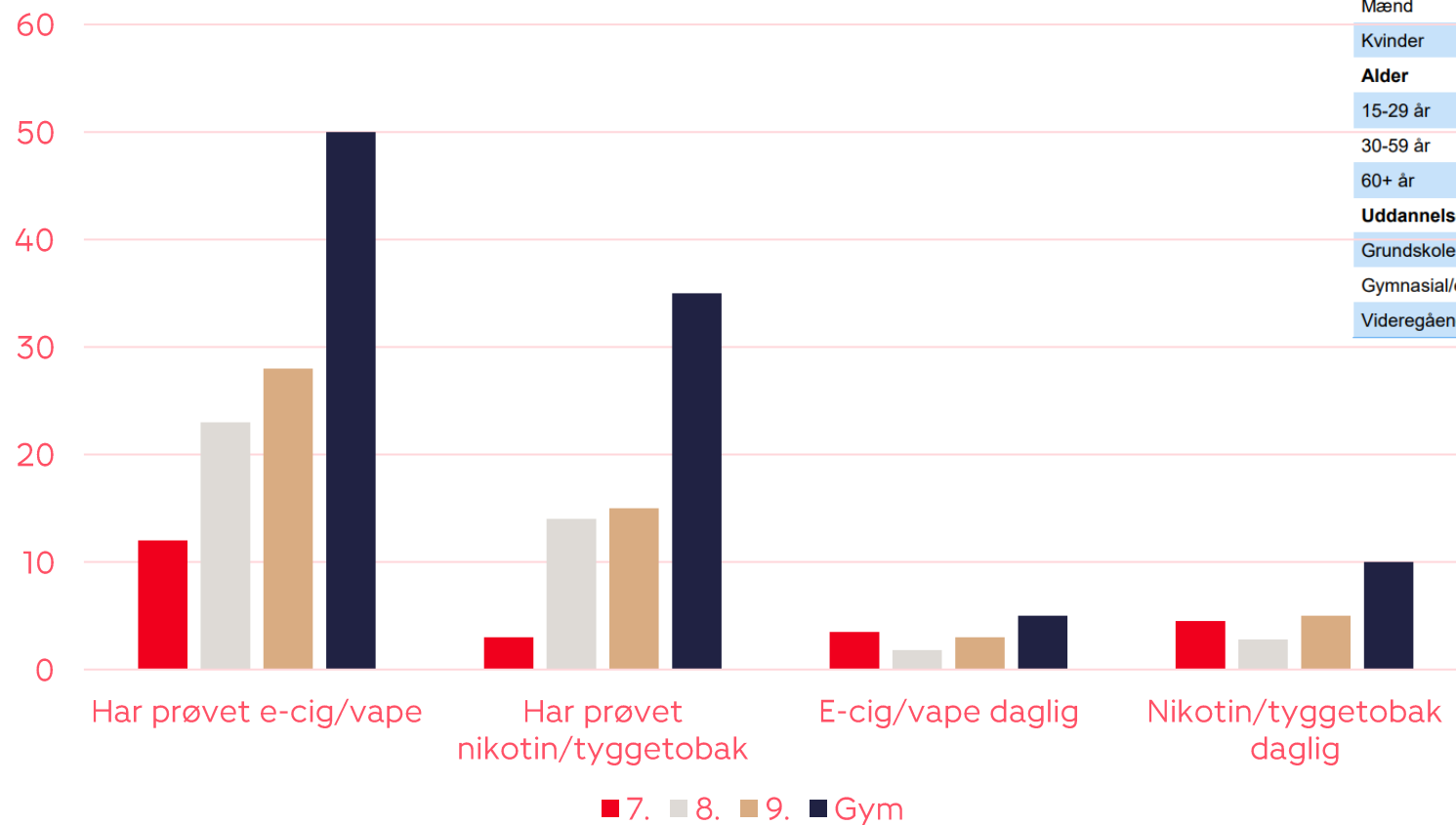
Fysisk aktivitet – kost - overvægt



Rudersdal

Unge nikotinformbrug

Nikotin



Tabel 10.1.1. Andelen, der bruger henholdsvis mindst ét og mere end ét tobaks- og nikotinprodukt, samlet og opdelt på sociodemografiske karakteristika

	Mindst ét produkt		Mere end ét produkt	
	%	(n)	%	(n)
Total	23	(2.327)	6	(610)
Køn				
Mænd	27	(1.247)	7	(350)
Kvinder	20	(1.074)	5	(259)
Alder				
15-29 år	32	(799)	13	(329)
30-59 år	24	(1.094)	5	(238)
60+ år	15	(434)	1	(43)
Uddannelse				
Grundskolen	32	(531)	10	(171)
Gymnasial/erhvervsfaglig	25	(938)	6	(209)
Videregående	16	(490)	3	(74)



Hvad forårsager Rudersdals Kræfttilfælde?

Sundhedsdata for Rudersdal * nationale data

- Antal kræfttilfælde
 - 1. Rygning
 - 2. UV-stråling
 - 3. **Alkohol** ↑
 - 4. BMI
 - 5. Kost

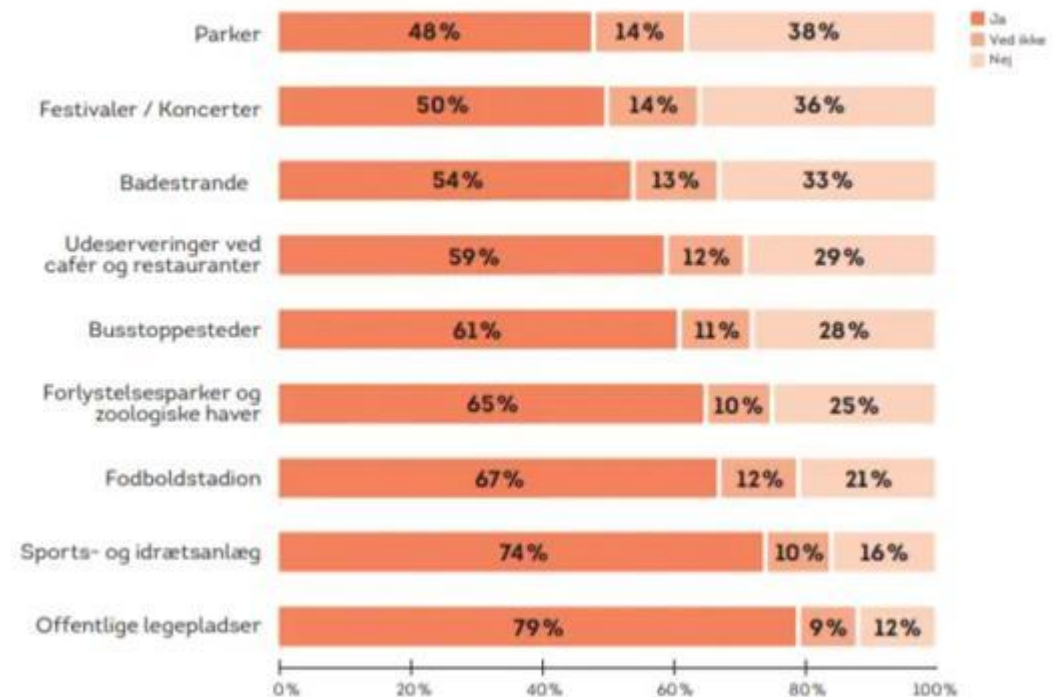


Nikotinafhængighed

- Rygestart
 - Nikotin
- Rygetilgængelighed
 - Røgfri matrikler vs Røgfri arbejdstid
- Rygestop
 - Mange tilbud – super godt!
 - Høj gennemførselsprocent!
 - Knap så høj mange deltagere?



Figur 1: Ville du foretrække, at der var røgfrit på følgende områder udenfor? (2024)



Figuren er baseret på svar fra et repræsentativt udsnit af befolkningen (n=5 273)



Undervisningsforløb

En trestrengt indsats rykker mest ift. forebyggelse af start

Hvert af disse indsatser har en effekt i sig selv, men det står klart stærkest når de spiller sammen.

- Kompetencegivende undervisning i grundskolen. Vores materiale om hhv. alkohol og tobak og nikotin findes [her](#). Man kan beslutte at materiale skal bruges på alle skoler. Det har nogle kommuner allerede gjort ift. tobak og nikotin.
- Aktivering af forældre. Det er væsentligt at de tager snakken med deres børn.
- Røg- og nikotinfri miljøer. I har allerede gjort kommunens legepladser røgfri og de har røg- og nikotinfri arbejdsplads. Skoletiden i grundskolen og på ungdomsuddannelser skal i følge loven være røg- og nikotinfri. Et næste skridt kunne fx sports- og idrætsanlæg, da der stor opbakning til i befolkningen





Dansk | 7.-9. klasse | ca. 6 lektioner

Om røg og nikotin

Stine Jul Rasmussen



Kapitler Introduktion



ca. 2 lektioner

1 Fakta og konsekvenser

Dette kapitel gør jer klogere på fakta om og konsekvenser af brug af røg og nikotinprodukter. I skal forholde jer til forskellige udsagn, påstande og budskaber, der handler om røg og nikotin.



ca. 2 lektioner

2 Markedsføring af røg og nikotin

I dette kapitel skal I analysere en film og blive klogere på, hvordan producenter arbejder med at skabe opmærksomhed på røg- og nikotinprodukter.





< Forside

Dit barn - din alkoholdning

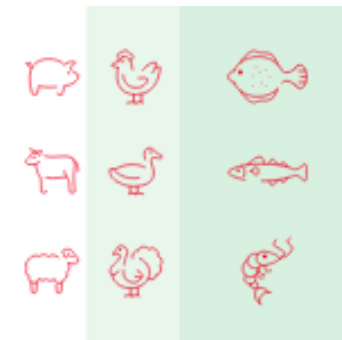
Forældre spiller en afgørende rolle, hvis vi skal have unge til at drikke mindre. Unge, der har aftaler med deres forældre om alkohol, drikker nemlig mindre.



Kost

Mere grønt og fuldkorn, mindre kød

- Kødfri dage
- Kantiner, institutioner
- Madkultur, madkundskab vs Ultraforarbejdede fødevarer



Hvorfor gør vi det ikke bare?

Det dobbelte kram

K: ost

R: ygning

A: lkohol

M: otion



K: ompetencer: Viden, evner og færdigheder til at løse problemer.

R: elationer: Evnen til at indgå i positive og anerkendende sociale fællesskaber.

A: ccept: Evnen til at acceptere begrænsninger og omstændigheder, man ikke kan ændre.

M: estring: Evnen til at håndtere modgang og forandringer med hensigtsmæssige strategier.



WHO's (Verdenssundhedsorganisationen) sundhedsdefinition, fra 1948

Sundhed er en tilstand af fysisk, psykisk og socialt velvære og ikke kun fravær af sygdom.

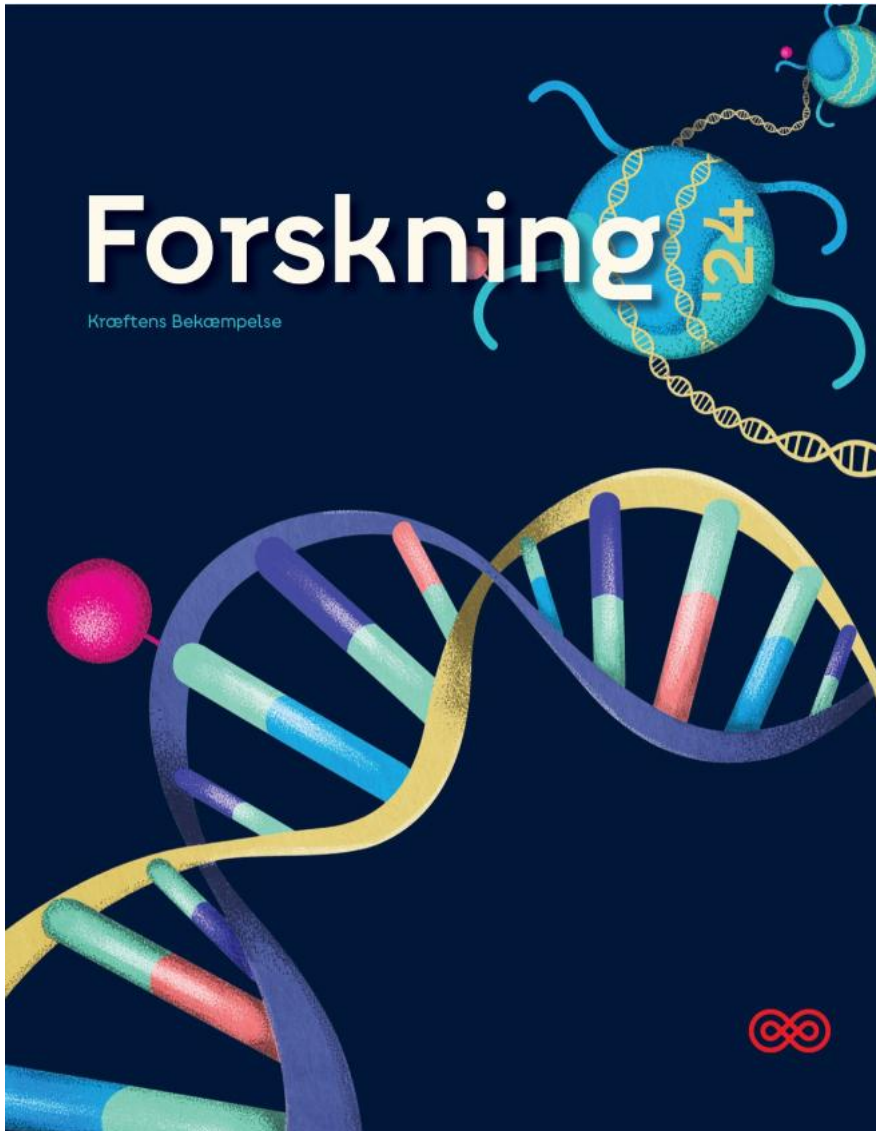


Politik for forebyggelse



- Systematisk tænke ulighedsproblematikken ind i vores forebyggelsesindsatser og arbejde for fælles rammer, som fremmer **lighed i sundhed**
- Via frivillige kræfter og politisk indflydelse etablere det bedste udgangspunkt for **sunde vaner fra barnsben**, som kan forebygge kræftsygdomme senere i livet
- Arbejde mere målrettet med sundhed og **forebyggelse under og efter en kræftsygdom** for hermed at forbedre prognosen og livskvaliteten.
- Udnytte potentialerne i teknologi og viden om risikoprofiler for kræft for at i højere grad at kunne **tilpasse forebyggelse til individuelle behov** og i sidste ende forebygge mere målrettet.

Kræftens Bekæmpelse Forskning



- Unikt for en cancerforening
- Et af de stærkeste forskningsmiljøer i DK
- Udgør ca. halvdelen af ansatte
- Biologiske mekanismer
- Befolkningsundersøgelser

<https://www.cancer.dk/forskning/forskning-vi-stoetter/forskningsaarsrapport/>



Vi vil et liv
uden kræft

