

# Magyar Rákellenes Liga<sup>®</sup>

**„Az életünk célja, hogy szolgáljunk,  
együttérzést és segítőkészséget tanúsítsunk mások iránt.”**  
(Albert Schweitzer)

**Közismert tény, hogy a rák a második vezető halálok hazánkban a szív- és érrendszeri betegségek után.** Érzékeltetve a probléma súlyosságát: évente egy Esztergom nagyságú város lakosait veszítjük el daganatos megbetegedésben. Hazánkban naponta legalább 200 honfitársunknál diagnosztizálnak újonnan valamilyen rákbetegséget, egy félórás tévéhíradó alatt 4 főnél. Szinte nem találkozni olyan magyar családdal, ahol közelebbi-távolabbi rokonságban, ismeretségi körben ne lenne daganatos beteg.

**Ez a probléma megoldás után kiállt!  
A rák legyőzése nemcsak orvosi feladat, hanem mindannyiunk közös ügye!**

A Magyar Rákellenes Liga 1990-ben – válaszként a betegek határozott igényére – a civil szervezetek között elsőként jött létre, hogy betöltse azt az űrt, amely a rendszerváltás előtt a daganatos betegek érdekérvényesítésével, tájékoztatásával, felvilágosításával kapcsolatosan tapasztalható volt.

A UICC (International Union Against Cancer - Nemzetközi Rákellenes Unió) és az ECL (Association of European Cancer Leagues - Európai Rákligák Szövetsége) tagjaként a nemzetközi szinten is jelen vagyunk. Fontosnak tartjuk, hogy a magunk eszközeivel részt vállaljunk egy nemzetek feletti rákellenes küzdelemben.

Jelmondatunk:  
**„KORAI FELISMERÉSSEL A RÁK IS GYÓGYÍTHATÓ!”**

**A daganatos betegségek kialakulásának okát ma még nem minden esetben ismerjük pontosan, de nem vagyunk tehetetlenek: mérsékelhetjük az esélyt, hogy megbetegedjünk. Mit tehet Ön ennek érdekében?**

- Csökkentheti a rákbetegség kialakulásának esélyét, ha a **KOCKÁZATI TÉNYEZŐKET MÉRSÉKLI** (dohányzás, mértéktelen alkoholfogyasztás, túlzásba vitt napozás, mozgásszegény életmód, elhízás, szennyezett környezet, egészségtelen munkakörülmények stb.)!
- **HAVONTA ELLENŐRZI SAJÁT TESTÉT** (emlő-, here-, bőr-, szájüregi önvizsgálat) életkorától függetlenül!
- Rendszeresen jár **SZŰRŐVIZSGÁLATOKRA!**
- Ha bármilyen **VÁLTOZÁST** tapasztal testén, szervezete működésében a korábbi időszakhoz képest, **HALADÉKTALANUL** orvoshoz fordul!

# A MAGYAR RÁKELLENES LIGA TEVÉKENYSÉGE

## **EGÉSZSÉGNEVELÉS**

Az elkötelezett civilek bevonásával hirdetjük az egészség fontosságát. Ingyenes kiadványainkkal, ismeretterjesztő előadásokkal felhívjuk a figyelmet az egészség megőrzésének lehetőségeire és részt vállalunk a tudatformálásban.

## **SZŰRÉSEK**

Felvilágosítás a szűrések fontosságáról, mozgósítás, közéleti szereplők megnyerése, nehezen megközelíthető régiókba szűrőbuszok indítása (pl. dél-alföldi tanyás települések).

## **BETEGTÁJÉKOZTATÁS**

Ingyenes kiadványokkal, előadásokkal segítjük a daganatos betegek ismereteinek bővítését. Hisszük, hogy az ember legjobban az ismeretlentől fél és az ellenség megismerése első lépés a győzelem felé.

## **OKTATÁS**

### **• Egészségügyi dolgozók**

Elősegítjük a háziorvosok, szakorvosok, ápolók folyamatos szakmai fejlődését akkreditált továbbképzések, kurzusok szervezésével (fájdalomcsillapítás, gyógytáplálás stb.)

### **• Önkéntesek**

Leendő önkéntes munkatársaink számára minden év őszén ingyenes önkéntes-képző tanfolyamot indítunk az Országos Onkológiai Intézet szakmai támogatásával.

### **• Iskolák**

Képzések pedagógusoknak, védőnőknek, gyermekeknek (ismeretek a veszélyeztető tényezőkről, különösen a dohányzás ártalmairól, a védekezés nélküli nemi élet veszélyeiről stb.)

## **BETEGKLUBOK**

„Az ember legjobb gyógyszere a másik ember.” (Paracelsus) Bármilyen betegség esetén nagy segítséget jelenthet a hasonló problémákkal küzdő emberek társasága, akik reményt és védelmet nyújtanak, és példájukkal erősítik a gyógyulásba vetett hitet. A klubokba meghívott orvosok, egészségügyi szakemberek segítenek az eligazodásban, így az érintettek hiteles forrásból jutnak naprakész információhoz a terápiákkal, gyógyszerekkel, kezelési módokkal kapcsolatosan.

## **BETEGJOGOK**

Elősegítjük a beteg-orvos közötti bizalmi viszony kialakulását, erősítését, közvetítő szerepet játszunk a betegjogok maradéktalan érvényesülése érdekében (orvosválasztás, fájdalomcsillapítás, gyógytáplálás stb.)

## **ADOMÁNYOK**

Adományokat gyűjtünk, amelyekből korszerű gyógyító eszközök, gépek beszerzését tesszük lehetővé kórházak számára. Törekszünk arra, hogy a rendelkezésünkre álló anyagi forrásokkal úgy éljünk, hogy minél több beteg érdekében kerüljön felhasználásra. Gazdálkodásunkról évente több alkalommal tájékoztatjuk a nyilvánosságot.

## **LELKI TÁMOGATÁS**

Lelki támogatást nyújtunk személyesen, levélben, anonim telefonvonalon keresztül és a világhálón.

## **REHABILITÁCIÓ**

Szakemberekkel karöltve elősegítjük a daganatos betegek rehabilitációját (gyógytorna, funkció-visszaállítás, nyiroködéma-kezelés, beszédtanítás, úszásoktatás, gyógyászati segédeszközök használata, rekonstrukció).

## **ÁLLANDÓ ESEMÉNYEINK**

Rákellenes Világnap (február 4.), Emlőbetegek Szent Agáta Napja (február 5.) Betegek Világnapja (február 11.) Nemzeti Rákellenes Nap (április 10.), Gyermeknap (május), Dohányzásellenes Világnap (május 31.), Limfóma Világnap (szeptember 15.), az emlőrák elleni küzdelem hónapja (október), „Ne gyújts rá!” Nap (november 3. csütörtöke), beteg-orvos találkozók évente többször, fájdalomcsillapítással kapcsolatos előadások, Betegjogi Konferencia, bábszínházi előadások gyermekeknek, karácsonyi ünnepségek (betegeknek, gyermekeknek, klubtagoknak, önkénteseknek, egészségügyi dolgozóknak).

Minden budapesti és vidéki rendezvényünkön külön figyelmet fordítunk a dohányzásellenes tevékenységre, igyekszünk az elsődleges prevenció eszközével élni, és meggyőzni a résztvevőket, hogy egészségük megőrzése érdekében el se kezdjék el ezt a halálos szenvedélyt!

## **ELÉRHETŐSÉGEINK**

### **Központi iroda:**

Cím: 1123 Budapest, Ráth György utca 6. fszt. Levélcím: 1507 Budapest, Pf. 7.

Tel.: 06-1-225-1621, -1622, Fax: 06-1-225-1623

Honlap: [www.rakliga.hu](http://www.rakliga.hu) E-mail: [info@rakliga.hu](mailto:info@rakliga.hu)

### **Betegszolgálat és Könyvtár:**

1123 Budapest, Ráth György utca 7-9., Országos Onkológiai Intézet, 6-os épület, I. emelet

Tel.: 06-1-202-4017

### **RákÁSZ- Rákellenes Általános Szolgálat**

1123 Budapest, Greguss u. 2. szám mellett, Tel./Fax: 324-7445

### **Főszámlaszámunk:**

Raffa Bank: 12001008-00102329-00100000

Adományozással kapcsolatos bővebb felvilágosításért kérjük, keresse gazdasági irodánkat:

Tel.: 06-1-225-8110, -8111 Fax: 06-1-225-8112 E-mail: [adomany@rakliga.hu](mailto:adomany@rakliga.hu)

**Adószámunk: 19653417-2-43**

**Köszönjük szépen 1 %-os felajánlását,  
amellyel segíti további rákellenes munkánkat!**



**„Együtt a Rák Ellen”**

Ingyenesen hívható Telefonos Lelkiségalyszolgálat

(H-P: 9-19 óráig, SZ: 9-15 óráig)

**Tel.: 06-80-505-675**