



4 ФЕВРАЛЯ –  
ВСЕМИРНЫЙ  
ДЕНЬ БОРЬБЫ  
ПРОТИВ РАКА

**Опухоль** – патологическое разрастание тканей, состоящее из клеток с особыми свойствами размножения и дифференцировки. Опухоль – это доброкачественное или злокачественное новообразование.

**Рак** – общий термин для онкологических заболеваний, который характеризуется быстрым неконтролируемым развитием клеток, образующих опухоль.

# КАК ЭТО ПРОИСХОДИТ



**Метастазирование** – это процесс распространения клеток опухоли вне ее изначальной локализации (за ее пределы).

# ЧТО ВЛИЯЕТ НА РАЗВИТИЕ РАКА

## ОБЩИЕ ПРИЧИНЫ



возраст



неправильный образ жизни



гиподинамия  
(низкая физическая активность)



курение



избыточный вес



употребление алкоголя



пол



раса



наследственность

## СПЕЦИФИЧЕСКИЕ ПРИЧИНЫ

те, которые вызывают возникновение определенного вида рака



длительное влияние  
ультрафиолета



поздняя менопауза



нерожавшие женщины или  
родившие после 30 лет



раннее начало половой жизни



отсутствие половой гигиены



венерические заболевания



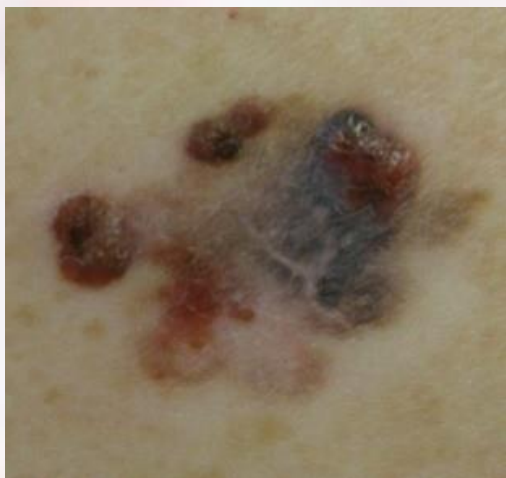
метаболический синдром



наличие *Helicobacter pylori*

и др.

## ОТДЕЛЬНЫЕ ВИДЫ РАКА



**Меланома** – злокачественная опухоль, развивающаяся из меланоцитов\* в результате их необратимого генетического перерождения.

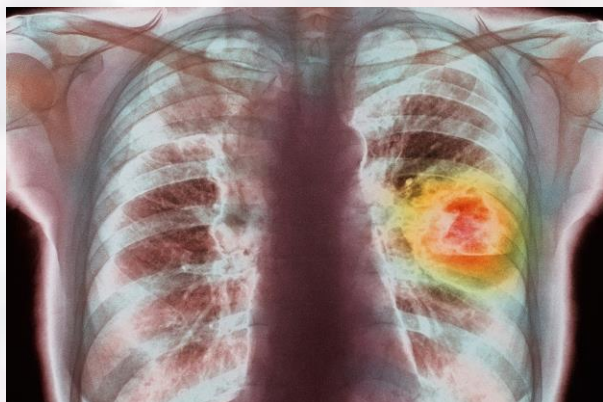
### Факторы риска:

ультрафиолетовое излучение, многократные солнечные ожоги, пигментный невус, наследственность, фенотип — белая кожа, светлые (голубые) глаза, светлые волосы.

**>50 ч.** в солярии увеличивает риск развития меланомы в **3** раза.

\*меланоциты - пигментные клетки, отвечающие за окрашивание кожи, цвет глаз, волос.

# ОТДЕЛЬНЫЕ ВИДЫ РАКА



**Рак легкого** - является наиболее часто встречающейся злокачественной опухолью и наиболее распространённой причиной смерти от онкологической патологии.

## Симптомы:

сухой редкий кашель, изменение голоса, свистящее дыхание, одышка, боль в груди, необъяснимая потеря веса, температура 37-38.

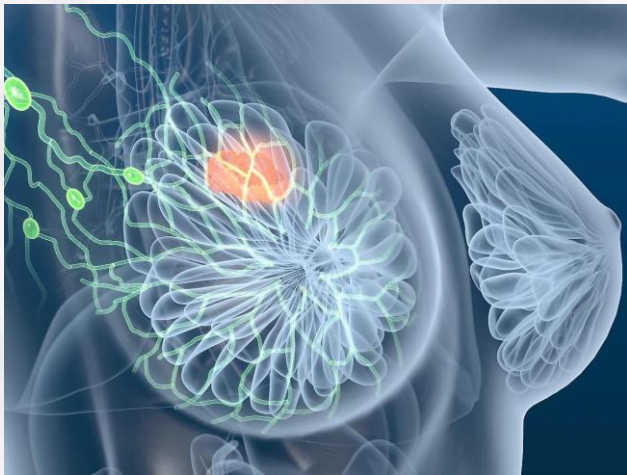
## Факторы риска:

Курение (риск развития рака лёгких выше в 20 раз).

Профессиональная специфика - вдыхание на протяжении длительного времени ядовитых для организма веществ (работники угольной промышленности).

**ПРОФИЛАКТИКА:** прохождение флюорографии или рентгенографии легких **1 раз в 2 года (после 18 лет)**.

# ОТДЕЛЬНЫЕ ВИДЫ РАКА



**Рак молочной железы** – злокачественная опухоль железистой ткани молочной железы. Наиболее частая форма рака среди женщин.

## Факторы риска:

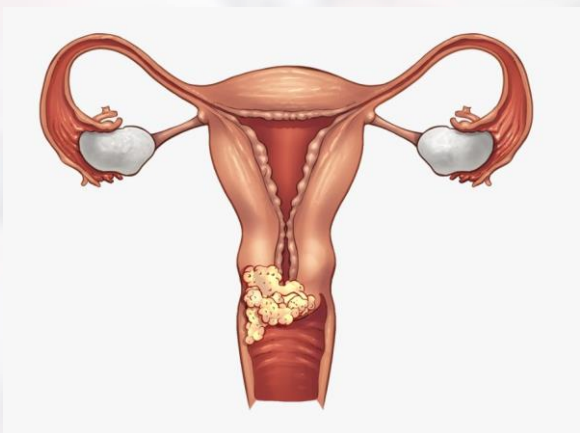
Нерожавшие женщины, впервые родившие после 30 лет, раннее начало менструации (< 12 лет), поздняя менопауза (> 55 лет), высокая рентгенологическая плотность ткани молочных желез, наследственность.

## На что нужно обратить внимание?

Уплотнения, узлы в молочной железе, изменения размера или формы, выделения из соска, покраснение, зуд, жжение кожи молочной железы, боль в определенном участке молочной железы, боли в подмышечной области.

**ПРОФИЛАКТИКА:** прохождение маммографии (рентгенологическое исследование молочной железы) **1 раз в 2 года (после 40 лет).**

# ОТДЕЛЬНЫЕ ВИДЫ РАКА



**Рак шейки матки** – злокачественное новообразование, возникающее в области шейки матки. Второе по частоте онкологическое заболевание у женщин.

## Факторы риска:

Инфицирование вирусом папилломы человека (ВПЧ) и фоновые процессы в шейке матки.

**Вирус ВПЧ** передается половым путем, в 90% вылечивается, в остальных случаях вызывает рак.

**Фоновые процессы:** истинная эрозия, псевдоэрозия (эктопия), лейкоплакия, полип шейки матки.

**ПРОФИЛАКТИКА:** Осмотр гинекологом **1 раз в год** и прохождение цитологического исследования мазка с шейки матки **1 раз в 3 года** (18-64 года). Осмотр гинекологом **1 раз в год** (после 65 лет).



# ОТДЕЛЬНЫЕ ВИДЫ РАКА



**Колоректальный рак** – злокачественное новообразование толстого кишечника и его придатка – червеобразного отростка.

## Факторы риска:

низкая физическая активность, избыточное потребление красного мяса, низкое количество потребляемой клетчатки (овощей и фруктов), ожирение, курение, употребление алкоголя.

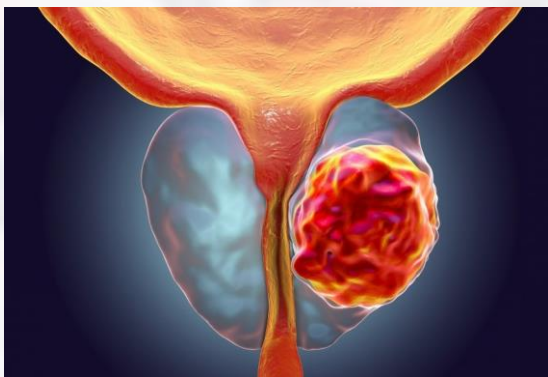
**Высокий риск развития рака у населения в возрасте старше 50 лет.**

## Симптомы:

необъяснимая анемия, боль в животе, необъяснимая потеря веса, нарушение стула: диарея, запоры, кровь в стуле.

**ПРОФИЛАКТИКА:** исследование кала на скрытую кровь **1 раз в 2 года (40-64года), 1 раз в год (после 65лет).**

# ОТДЕЛЬНЫЕ ВИДЫ РАКА



**Рак предстательной железы** – одно из наиболее распространённых злокачественных новообразований у мужчин.

## **Симптомы:**

кровь в моче, сперме, проблемы с мочеиспусканием, боль при мочеиспускании, дискомфорт в тазовой области.

**ПРОФИЛАКТИКА:** определение простат-специфического антигена (PSA) в возрасте 45, 50, 55, 60, 64 лет.

# Каждый человек своим образом жизни способен снизить риск развития онкологических заболеваний

Главным методом своевременного выявления онкологических заболеваний является прохождение систематических медицинских осмотров – **диспансеризации**

