



**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



длительное влияние ультрафиолета



поздняя менопауза



нерожавшие женщины или родившие после 30 лет



раннее начало половой жизни



отсутствие половой гигиены



венерические заболевания



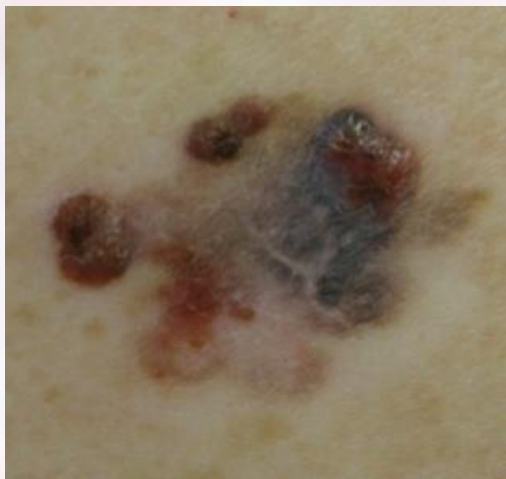
метаболический синдром



наличие *Helicobacter pylori*

и др.

# ОТДЕЛЬНЫЕ ВИДЫ РАКА



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

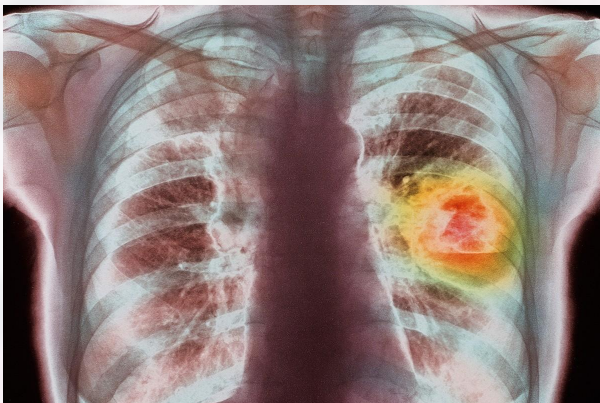
### Факторы риска:

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.

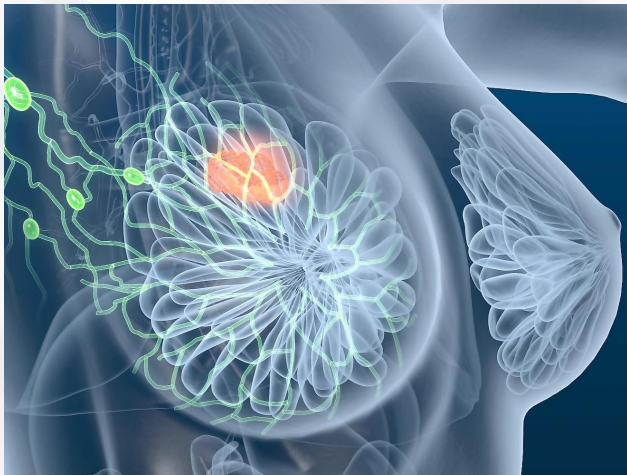
## Факторы риска:

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:

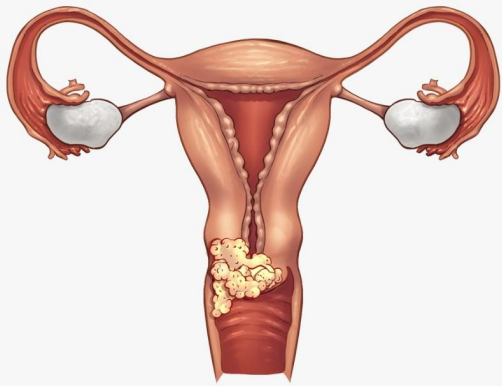
Нерожавшие женщины, впервые родившие после 30 лет, раннее начало менструации (< 12 лет), поздняя менопауза (> 55 лет), высокая рентгенологическая плотность ткани молочных желез, наследственность.

## 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.

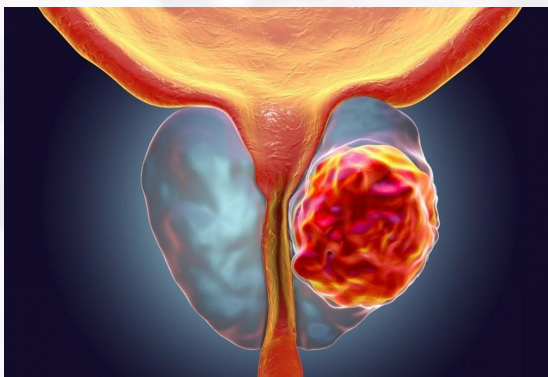
**Высокий риск развития рака у населения в возрасте старше 50 лет.**

## 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 (40-64 года), 1 раз в год (после 65 лет).**

# 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**

