

Ежегодно 4 февраля во всем мире отмечается Всемирный день борьбы с раковыми заболеваниями. Для Республики Алтай это очень актуальная тема. Новообразования в структуре первичной заболеваемости всего населения республики составляют 1,4% от общего количества впервые в жизни зарегистрированных заболеваний. Злокачественные новообразования составляют 20,7% от общего числа впервые выявленных новообразований.

Анализ динамики показателей за многолетний период (2009–2018 гг.) свидетельствует о достоверной тенденции роста уровня первичной заболеваемости населения злокачественными новообразованиями по республике в целом со среднегодовым темпом прироста среди всего населения – 0,9% в год, среди взрослых – 1,5% в год, среди детского населения – 8,0% в среднем в год.

Превышение среднереспубликанского показателя первичной заболеваемости злокачественными новообразованиями отмечается на территориях Турочакского (2,7‰), Майминского (2,8‰), Чемальского (2,9‰), Шебалинского (3,1‰) районов и г.Горно-Алтайска (3,3‰).

Динамика по районам характеризуется ростом уровня заболеваемости злокачественными новообразованиями в Улаганском (80,0%), Онгудайском (13,0%), Чемальском (темп прироста – 3,6%), Шебалинском (3,3%) районах и г.Горно-Алтайске (3,1%).

По локализации впервые выявленных злокачественных новообразований в структуре заболеваний: на первом месте новообразования трахеи, бронхов, легкого – 14%, на втором месте – рак молочной железы – 13%, на третьем – др. новообразования кожи (9%), на четвертом месте - рак желудка (6%), пятом – рак почки, прямой кишки, шейки матки, предстательной железы – по 5 %.

Можно ли избежать рака? Неизвестно. Но существует его профилактика.

Первичная профилактика выявляет и устраняет либо ослабляет внешние влияния:

неправильное питание, курение, вирусные инфекции (вирусы гепатита В и С, бактерию *Helicobacter pylori*, некоторые штаммы вируса папилломы), малоподвижный образ жизни, профессиональные канцерогены, алкоголизм, загрязнение окружающей среды, ультрафиолетовое излучение (в большей степени это относится к людям со светлой кожей, чувствительной к загару), ионизирующая радиация (для Республики Алтай – газ радон).

Вторичная профилактика сосредоточена на выявлении и устранении предраковых заболеваний и выявления опухолей на ранних стадиях. Сюда относятся профилактические осмотры, флюорография, эндоскопические исследования, маммография, цитологическое исследование мазков с шейки матки и цервикального канала, определение уровня онкомаркеров в биологических жидкостях и др. Регулярные профилактические обследования в соответствии с возрастом или группой риска позволяют предотвратить возникновение злокачественной опухоли или выявить заболевание на ранней стадии, что позволяет провести эффективное органосохраняющее лечение.

Третичная профилактика – это предупреждение рецидивов и метастазов у онкологических больных. После излечения пациент пожизненно состоит на учёте в онкологическом учреждении, регулярно проходит обследования.

В каких случаях следует обращаться к онкологу:

- 1) У вас есть любые признаки кровотечения из внутренних органов – кровь в моче, в испражнениях, частые кровотечения из носа без видимых причин, из половых органов.
- 2) Наблюдается значительная потеря веса без изменения образа жизни.
- 3) Появились любые кожные новообразования, заметные изменения родинок, бородавок, полипов и т.д., особенно с кровоточивостью.
- 4) Прощупываются уплотнения в любой части тела, особенно в молочных железах. Есть

увеличение и уплотнение лимфатических узлов.

5) Случается необъяснимое и длительное лихорадочное состояние, боли, повышение температуры.

6) Возникают необъяснимые головные боли, ухудшение зрения, слуха или координации.

7) Начались патологические выделения из молочных желез и прямой кишки, беспричинные расстройства стула.

8) Вы чувствуете резкое ухудшение самочувствия, снижение аппетита, иногда тошноту при нормальном состоянии желудочно-кишечного тракта.

9) Появилось длительное ощущение дискомфорта в каком-либо органе – першение или сдавливание в горле, давление в области грудины, брюшной полости или малого таза.

Онкология – это та область медицины, где больному особенно важно правильно отнестись к своей болезни и окружающим обстоятельствам, настроиться на лечение и жизнь, обрести христианское отношение к болезни. Если, однажды вылечив рак, человек не пересмотрел свой образ жизни, то болезнь приходит снова