

4 февраля 2019 - Всемирный День борьбы против рака

Рак является одной из ведущих причин смерти во всем мире. В странах Европейского региона ВОЗ (включая Россию) смертность от онкологических заболеваний стоит на втором месте после смертности от болезней системы кровообращения. Во всем мире ежегодно от рака умирает 9,6 миллиона человек. К 2030 году эксперты прогнозируют рост смертности от рака до 13 миллионов.

В 2019 году стартует трехлетняя кампания 2019 – 2021 «Я есть и буду», призыв к личной приверженности и осмыслению, что может сделать каждый в борьбе против этой болезни, и какой вклад внести в кампанию против рака. Каждый должен понимать, чтобы создать будущее без рака, нужно действовать уже сейчас. При этом, основное внимание уделяется следующим задачам: выбор здорового образа жизни, ранняя диагностика, качество жизни, лечение для всех.

Рак – это общее обозначение более, чем 100 болезней, которые могут поражать любую часть организма. Рак развивается из одной единственной клетки. Превращение нормальной клетки в опухолевую происходит в ходе многоэтапного процесса, обычно представляющего развитие предракового состояния в злокачественные опухоли. Эти изменения происходят в результате взаимодействия между генетическими факторами человека, неблагоприятными факторами внешней среды и поведенческими факторами риска.

Одним из характерных признаков рака является быстрое образование аномальных клеток, прорастающих за пределы своих обычных границ, способных проникать в близлежащие ткани организма и распространяться в другие органы.

Основными причинами возникновения рака считаются:

физические факторы – канцерогены, такие как ультрафиолетовое, ионизирующее излучение и др.;

химические канцерогены, такие как асбест, компоненты табачного дыма, афлатоксины (загрязнители пищевых продуктов), мышьяк (загрязнитель питьевой воды) и др.;

биологические канцерогены, такие как инфекции, вызываемые некоторыми вирусами, бактериями или паразитами и др.

Общей задачей, в т.ч. для медицинских работников первичного звена здравоохранения является проведение активного разъяснения населению важности регулярного прохождения скрининговых обследований, обучение методам самообследования (в т.ч. молочных желез).

В рамках программы государственных гарантий оказания гражданам бесплатной медицинской помощи в Российской Федерации уже седьмой год проводится диспансеризация определенных групп взрослого населения и профилактические медицинские осмотры (Приказы Министерства здравоохранения Российской Федерации от 26.10.2017 № 869н «Об утверждении порядка проведения диспансеризации

определенных групп взрослого населения» и № 1011н «Об утверждении порядка проведения профилактического медицинского осмотра»), основной целью которых является осуществление комплекса мероприятий, направленных на формирование, сохранение и укрепление здоровья населения, предупреждение развития и снижение заболеваний, предотвращение преждевременной смертности в трудоспособном возрасте, увеличение активного долголетия, проведение скринингового обследования населения в основном направленного на раннее выявление онкологических заболеваний.

Скрининг злокачественных новообразований подразумевает выявление опухолей у населения на бессимптомной стадии и направлен на борьбу, как с самими онкологическими заболеваниями, так и с их нежелательными последствиями, т.е. на предотвращение онкологических заболеваний вообще, и смертности от них в частности.

Важная составляющая скрининга, определяющая его эффективность – скрининговый интервал, под которым понимают период времени между двумя последовательными скрининговыми тестами.

В рамках диспансеризации в 2019 году с целью повышения эффективности такие скрининговые обследования как маммография для женщин в возрасте от 51 года до 69 лет и исследования кала на скрытую кровь для граждан в возрасте от 49 до 73 лет проводились 1 раз в 2 года.

Для женщин в возрасте от 30 до 60 лет 1 раз в 3 года проводится цитологическое исследование мазка с шейки матки.

Для мужчин в возрасте 45 лет и 51 года проводится определение простат-специфического антигена (ПСА) в крови.

Выявление онкологических заболеваний на ранних стадиях дает возможность раннего начала лечения, что, в свою очередь, принесет хорошие результаты и увеличит шансы на выздоровление.



World Health
Organization



TOGETHER
LET'S BEAT CANCERS

#beatNCDs

Основные способы снижения риска рака

Не курите. Не используйте какие-либо формы табака;

Сделайте свой дом зоной свободной от курения;

Будьте физически активными;

Получай удовольствие от здорового питания;

Не злоупотребляйте алкоголем;

Избегайте долгого пребывания на солнце. Используйте защиту от солнца;

Кормление грудью снижает риск матери;

Уменьшайте внутреннее и наружное загрязнение воздуха;

Вакцинируйте своего ребёнка против гепатита В и вируса папилломы человека;

Принимайте участие в организованных программах скрининга по раннему выявлению рака.