

Рак. Болезнь может коснуться каждого

Когда речь заходит о таком заболевании, как рак, невольно ощущаешь чувство беспомощности и неподдельного страха. Оно и понятно: для многих слова «рак» и «смерть» являются синонимами.

Всё чаще мнение «это страшно, но меня не коснётся» становится ошибочным. Вдумайтесь, только в Полевском от этого недуга ежегодно уходят из жизни до двух сотен человек, а по Свердловской области – от 8 до 9 тысяч!.. Что же такое рак, и можно ли ему противостоять?

Что такое рак?

Название «рак» произошло от введённого Гиппократом термина «карцинома», обозначавшего злокачественную опухоль. Она возникает в результате злокачественной трансформации нормальных клеток, которые начинают бесконтрольно размножаться. Неконтролируемое деление клеток может также привести к доброкачественной опухоли. Она отличается тем, что не образует метастазов, не вторгается в другие ткани и потому редко опасна для жизни. Однако доброкачественные опухоли часто превращаются в злокачественные – происходит так называемое перерождение опухоли.

Диагноз и прогноз

Окончательный диагноз «злокачественная опухоль» ставится после гистологического исследования образца ткани. После диагностики назначается оперативное лечение, химио- или лучевая терапия. Без лечения злокачественные опухоли обычно прогрессируют. Большинство опухолей поддаются лечению, хотя его результаты зависят от вида опухоли, её расположения и стадии болезни.

Прогноз для больных раком зависит от множества факторов: своевременного обнаружения опухоли, её локализации, стадии развития и так далее. Выявление рака на ранних стадиях развития и адекватное лечение, как правило, ведут к полному выздоровлению больного. Наличие метастазов чаще всего обещает неблагоприятный прогноз.

Ситуация в Полевском

Продукты, обладающие профилактическим действием в отношении возникновения рака:

- овощи и фрукты, содержащие каротин (тыква, сладкий перец, морковь, помидоры, редька, абрикосы, хурма, крыжовник и другие);
- овощи, фрукты, ягоды, содержащие большое количество витамина С (капуста, особенно брокколи, цветная и брюссельская, цитрусовые, киви, шиповник, облепиха и другие);
- чеснок.

в регистратуре поликлиник ЦГБ. Кроме того, можно воспользоваться Интернетом и записаться через сайт самозапись.ру. Приём в поликлинике № 2 Центральной городской больницы ведёт молодой онколог **Степан Бендовский**, он работает ежедневно с 12 до 18 часов.

Полевчанкам, подозревающим у себя онкологические заболевания женских органов, следует обратиться в гинекологию

десяти лет превышают среднеобластные на 5-10%.

Структура заболеваемости по локализации новообразований изменяется ежегодно, за исключением ведущих мест. Лидирует рак лёгких, на втором – рак молочной железы, на третьем – кожи с меланомой, далее следует рак желудка и ободочной кишки. Среди заболевших преобладают женщины.

Наибольший показатель заболеваемости регистрируется в северной части города, далее идут сельская местность и южная часть города. В целом же смертность от злокачественных новообразований в структуре общей смертности занимает второе место, после смертности от заболеваний органов кровообращения. Полевской городской округ последние 7 лет по показателям заболеваемости и смертности от онкозаболеваний находится в первой десятке городов Свердловской области.

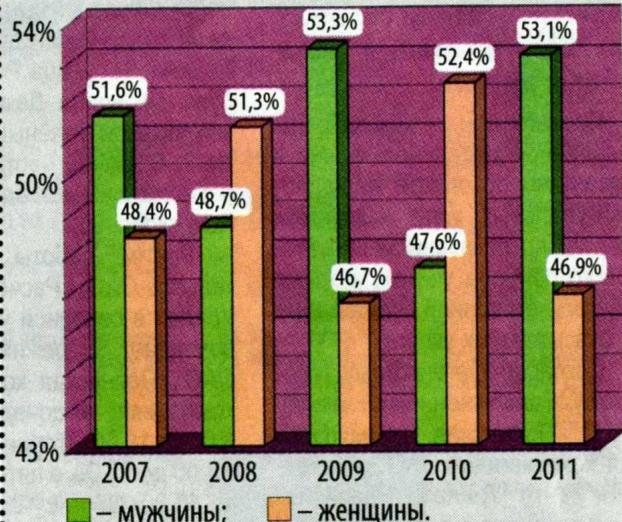
Проведённый специалистами Территориального отдела Управления Роспотребнадзора по городу Полевскому анализ в системе социально-гигиенического мониторинга показал, что на распространение злокачественных новообразований преимущественно влияют комплексная химическая, биологическая, шумовая и радиационная нагрузки, факторы производственной среды, трудового процесса, обеспеченность населения медицинской помощью, воздействие канцерогенных веществ из атмосферного воздуха, питьевой воды, продуктов питания, почвы.

Не впадать в панику

Что делать, если вы живёте в Полевском и заподозрили у себя симптомы страшного заболевания? Прежде всего, не впадать в панику и обратиться к специалисту. Записаться на приём к онкологу можно

Цифры

Основное количество случаев заболевания (около 90,0%) приходится на возрастную группу старше 45 лет



- Ежегодно проходите профилактические осмотры (мужчины – с 45 лет, женщины – с 20-ти).
 - Для женщин важно регулярно заниматься самообследованием молочных желез и обращаться к врачу, если обнаружили уплотнение, а также ежегодно проходить маммографию и гинекологические осмотры с цитологическим исследованием в женской консультации.
 - Соблюдение диеты (ограничение потребления жирной и копчёной пищи, обязательно присутствие в рационе овощей и фруктов).
 - Регулярная физическая активность.
- В Свердловской области, и в нашем городе, проводится вакцинопрофилактика вируса папилломы человека с целью предупреждения рака шейки матки. На сегодня уже полностью привиты в Полевском городском округе более 100 девушек и женщин.
- По данным специалистов Всемирной организации здравоохранения, более 30% раковых заболеваний можно предотвратить, главным образом, благодаря здоровому образу жизни и профилактике инфекций, которые могут приводить к раку. Помните, правильный психологический настрой является немаловажным фактором в борьбе с раком.

По материалам отдела профилактики