

Профилактика онкологических заболеваний



**«Тяжелую болезнь
в начале легче
вылечить, но трудно
распознать.
Когда же она
усиливается, её легче
распознать, но уже
труднее вылечить»**



НИККОЛО МАКИАВЕЛЛИ

(Макьявелли, итал. *Niccolò di Bernardo dei Machiavelli*; 3 мая 1469 года, Флоренция — 22 июня 1527 года, там же) — итальянский мыслитель, политический деятель, философ, писатель, автор военно-теоретических трудов.



ОНКОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

Onkos – от греч. –
Тяжесть, груз



**ОНКОЛОГИЧЕСКИЕ
ЗАБОЛЕВАНИЯ** –
патологические
процессы,
сопровождающиеся
образованием опухолей
доброкачественного
или злокачественного
характера



ФАКТОРЫ РИСКА:
1. Образ жизни
(вредные привычки,
питание, гиподинамия)
2. Экологическая
обстановка
3. Возраст



ТРЕВОЖНЫЕ ТЕНДЕНЦИИ

**ЗАНИМАЮТ 2 МЕСТО
В СТРУКТУРЕ
ЗАБОЛЕВАНИЙ,
ПРИВОДЯЩИХ
К СМЕРТНОСТИ
НАСЕЛЕНИЯ!
(14,5%)**



**РОСТ
ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ
ОНКОЛОГИЧЕСКИМ
И ЗАБОЛЕВАНИЯМИ!**



**3% - ЛИЦА,
НЕ ДОСТИГШИЕ 30
ЛЕТ!**

**ОНКОНАСТОРОЖЕННОСТЬ
важна для врача и для
населения!**

**НЕ ПУТАТЬ
С ПОВЫШЕННОЙ
МНИТЕЛЬНОСТЬЮ!**



ВЕДУЩИЕ ЗНО У ЖЕНЩИН



18% молочная железа



15% кожа



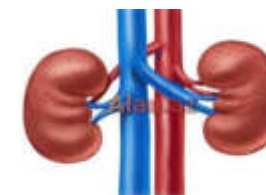
12% тело матки, яичники,
колоректальный рак



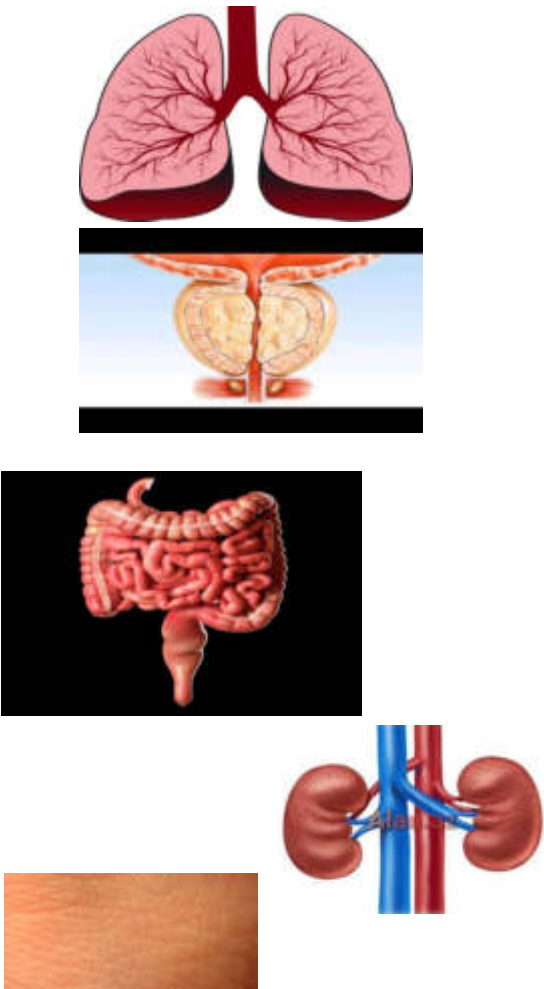
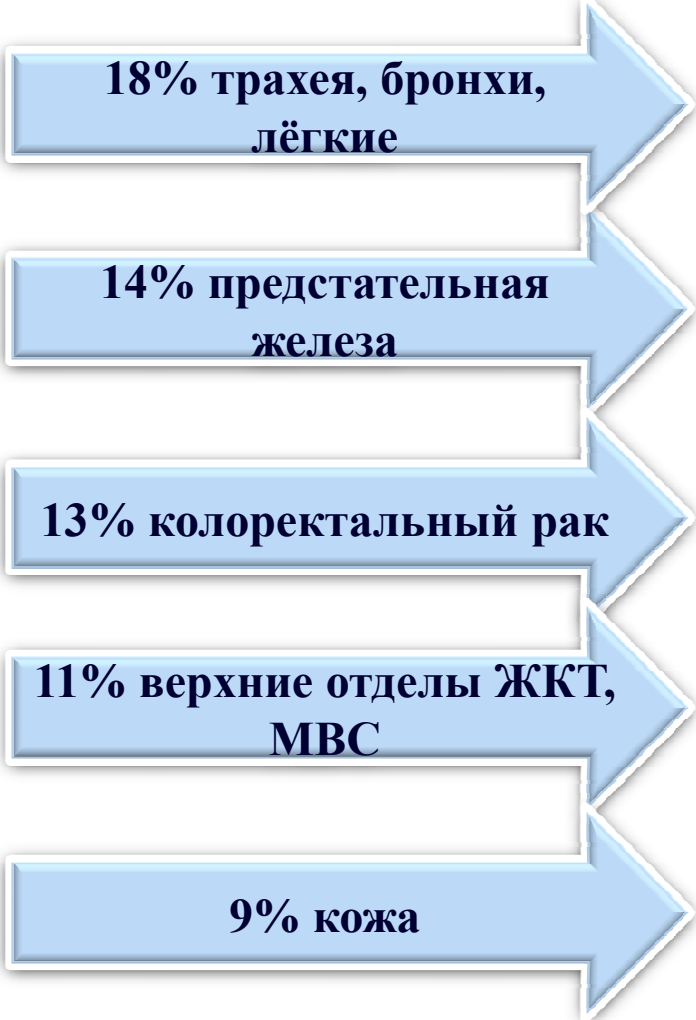
6% верхние отделы ЖКТ



5% шейка матки, печень,
МВС



ВЕДУЩИЕ ЗНО У МУЖЧИН



ОСНОВНЫЕ ПУТИ К РАННЕЙ ДИАГНОСТИКЕ ОНКОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

1

**Активная забота
о здоровье**

2

**Изменение общего
самочувствия**

3

**Изменение
вида и формы**



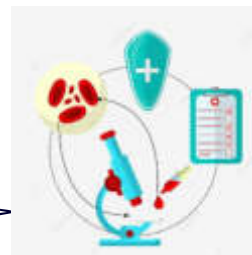
МЕРЫ ПО РАННЕМУ ВЫЯВЛЕНИЮ

ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ

ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ
ОСМОТРЫ

ПЕРИОДИЧЕСКИЕ
МЕДОСМОТРЫ
(ДЛЯ РАБОТАЮЩИХ)

ДИСПАНСЕРНОЕ
НАБЛЮДЕНИЕ



КОНСУЛЬТАЦИЯ
СПЕЦИАЛИСТА
В

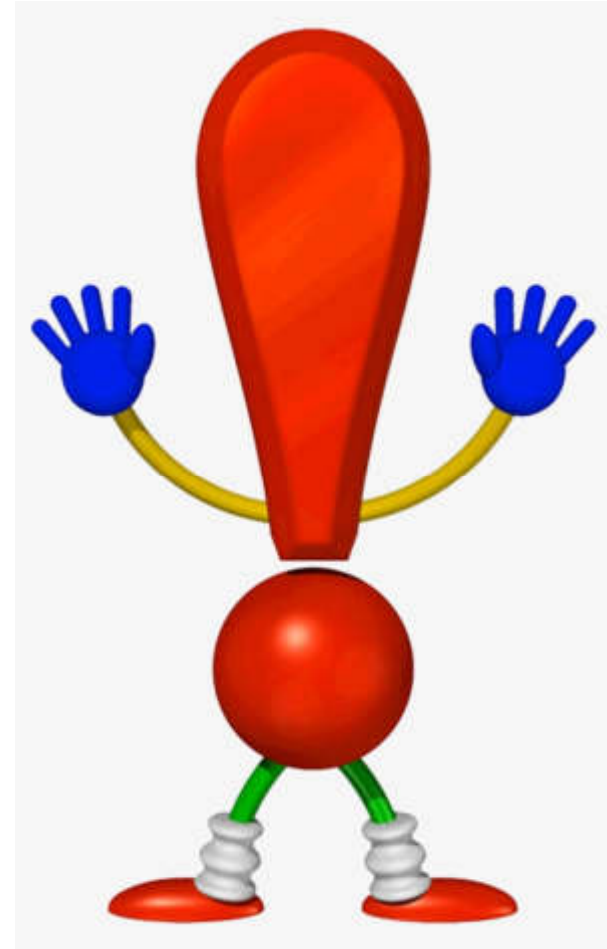
ЛАБОРАТОРНАЯ
ДИАГНОСТИКА

ИНСТРУМЕНТАЛ
ЬНАЯ
ДИАГНОСТИКА
(УЗИ, ФГС)



«ТРЕВОЖНЫЕ» СИМПТОМЫ

- ✓ Снижение массы тела
- ✓ Потеря аппетита
- ✓ Повышение T тела без признаков инфекции
- ✓ Длительные боли в животе
- ✓ Дисфагия («застревание» пищи)
- ✓ Отвращение к мясу
- ✓ Нарушение стула (запоры или диарея)
- ✓ Примесь крови или слизи в кале
- ✓ Длительный кашель
- ✓ Кровохарканье
- ✓ Осиплость голоса



РАК МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

Ранняя диагностика спасает жизни



Каждая четвертая женщина, которой диагностируется рак груди, моложе 50 лет

Заболевших женщин не были генетически предрасположены к развитию заболевания

70%

94%

Вероятность излечения рака груди при постановке диагноза на ранней стадии



ФАКТОРЫ РИСКА РАКА МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

- ✓ Высокий уровень в крови эстрогенов
- ✓ Прием гормональных препаратов (контрацептивов, заместительной терапии у женщин в менопаузе)
- ✓ Наличие родственников по 1й женской линии с онкологическими заболеваниями груди
- ✓ Первая беременность после 30 лет
- ✓ Возраст более 40 лет
- ✓ Ранее перенесенный рак яичника
- ✓ Контакт с радиоактивным источником
- ✓ Наличие бесплодия
- ✓ Другие изменения в молочной железе
- ✓ Эндокринные заболевания (щитовидной железы, ожирение)
- ✓ Употребление жирной пищи
- ✓ Раннее начало менструации (9-11 лет)
- ✓ Позднее начало менопаузы



РАК МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

ИЗМЕНЕНИЕ
ФОРМЫ
МОЛОЧНОЙ
ЖЕЛЕЗЫ

ПЕРИОДИЧЕСКИЕ
ВЫДЕЛЕНИЯ
ИЗ СОСКА

УВЕЛИЧЕНИЕ
ПОДМЫШЕЧНЫХ
ЛИМФОУЗЛОВ

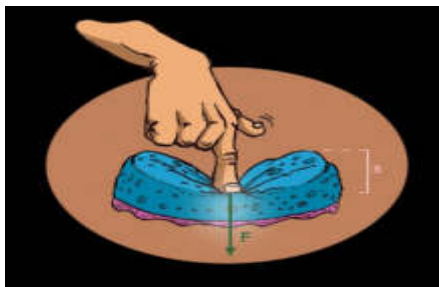
НАЛИЧИЕ
ОПУХОЛЕВИДНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ

ИЗМЕНЕНИЕ
ФОРМЫ СОСКА
(ВТЯЖЕНИЕ)

ОТЕК МОЛОЧНОЙ
ЖЕЛЕЗЫ

ПОКРАСНЕНИЕ
И ШЕЛУШЕНИЕ
КОЖИ, ЯЗВОЧКИ

ИЗМЕНЕНИЕ
КОЖНОГО
ПОКРОВА
МОЛОЧНОЙ
ЖЕЛЕЗЫ
(«лимонная корочка»)



ПРОФИЛАКТИКА. САМООСМОТР



1

Осмотрите перед зеркалом форму груди и внешний вид кожи и сосков.



2

Поднимите руки вверх и осмотрите свою грудь, сначала спереди, затем с обеих сторон.



3

В положении стоя надавите на грудь тремя средними пальцами руки.



4

Начните с верхней внешней четверти - ткань здесь обычно более плотная - и далее продвигайтесь по часовой стрелке.



5

Затем сожмите каждый сосок по отдельности между большим и указательным пальцами, посмотрите, не выделяется ли жидкость.



6

Продолжите обследование в положении лежа - вновь по кругу, каждую четверть по порядку.



7

Нащупайте пальцами лимфоузлы в области подмышек.

Регулярное самообследование позволит контролировать состояние молочных желез в интервалах между посещением маммолога.

Самообследование необходимо проводить каждый месяц на 6-12 день менструального цикла.



РАК КОЖИ

**ПОДВЕРЖЕНЫ ЛЮДИ
СО СВЕТОЙ КОЖЕЙ
И ВОЛОСАМИ**

**В ПОРАЖЕННОЙ
ОБЛАСТИ МОГУТ БЫТЬ:
ПОКРАСНЕНИЕ, ЗУД,
БОЛЬ, КРОВОТЕЧЕНИЕ
ИЛИ ШЕЛУШЕНИЕ**

**ПРОЯВЛЕНИЯ: ранка,
не заживающая
несколько недель, пятно
или родинка, постепенно
увеличивающиеся**

**ПЛОСКО
КЛЕТОЧНЫЙ РАК КОЖИ
– бородавка на
ножке**

**ДИАГНОСТИКА:
Осмотр, лабораторные
и инструментальные
методы**

МЕЛАНОМА

**БАЗАЛИОМА
– узелок
(лицо, голова)**



РАК ЖЕНСКИХ ПОЛОВЫХ ОРГАНОВ

РАК МАТКИ, ЯИЧНИКОВ:
Вздутие живота, боли,
кровотечение

РАК ШЕЙКИ МАТКИ:
Нетипичные кровотечения
(после осмотра, между
менструацией, после
полового акта), выделения,
боль, отёки ног



КОЛОРЕКТАЛЬНЫЙ РАК

Это злокачественная опухоль толстого кишечника

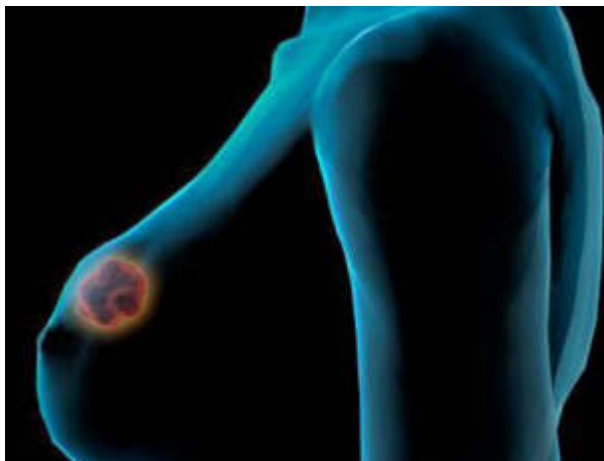
На начальном этапе – ничем не проявляется

Недомогание, потеря аппетита, боль в животе, диспепсия, метеоризм, расстройства стула

Провоцируют: много мяса и мало клетчатки, курение, алкоголь



ИЗМЕНЕНИЕ ВИДА И ФОРМЫ



ПРОФИЛАКТИКА ВСЕХ ВИДОВ ОНКОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ



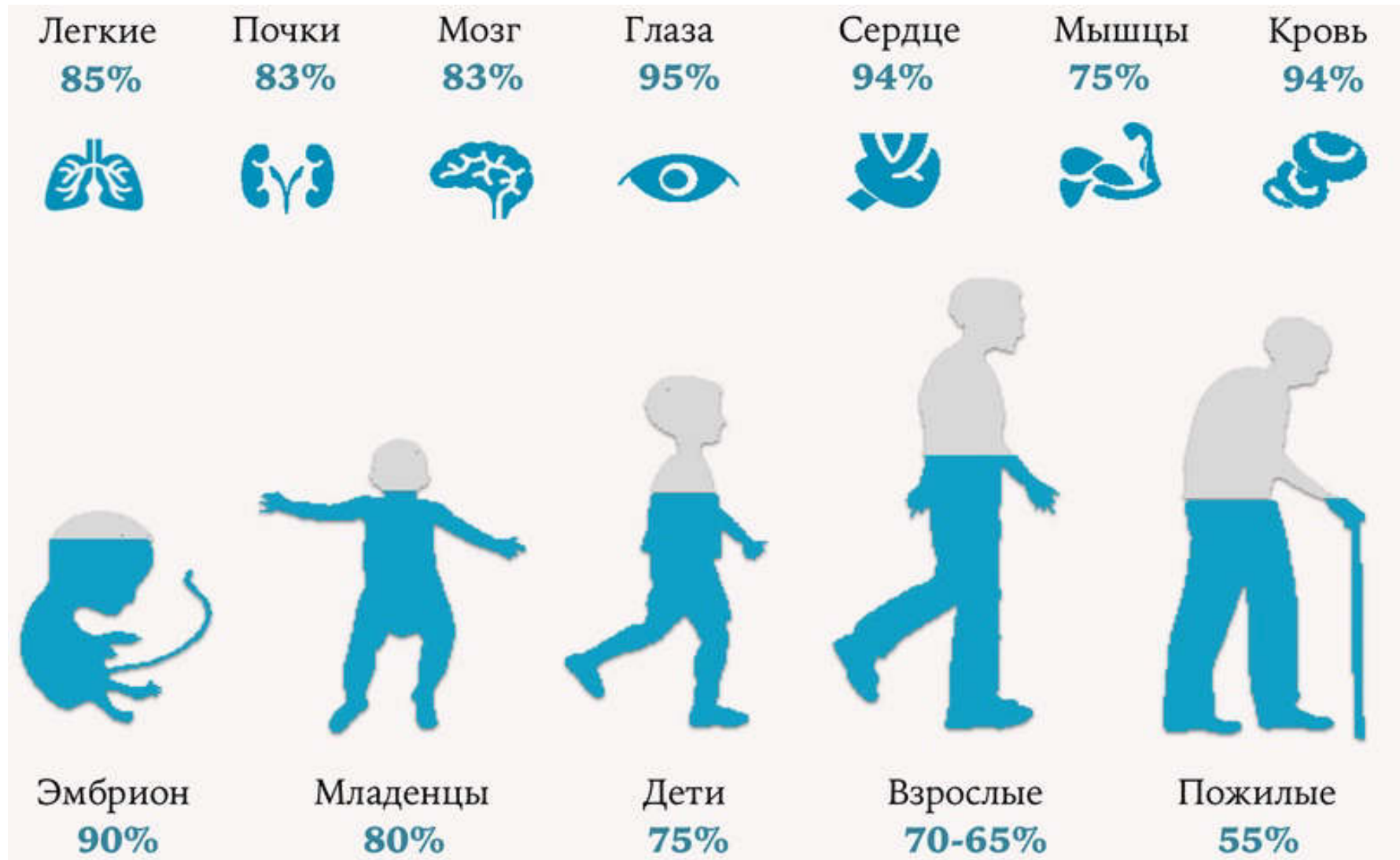
ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ



ПРОДУКТЫ ДЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ РАКА



ДОСТАТОЧНЫЙ ПИТЬЕВОЙ РЕЖИМ



ПОЗИТИВНЫЙ НАСТРОЙ

**ДУМАЙТЕ ТОЛЬКО
О ХОРОШЕМ –
ВСЁ ОБЯЗАТЕЛЬНО
СБУДЕТСЯ!**

