**Профилактика рака.**

В России есть программы массового скрининга в рамках диспансеризации.

**Рак молочной железы.** Всем женщинам от 40 до 75 лет рекомендуется проходить маммографию для каждой из молочных желез в двух проекциях. Периодичность такого обследования — раз в 2 года. Важно описывать снимки двумя разными врачами. В случае подозрения на опухоль могут быть назначены дополнительные исследования (например, УЗИ или КТ).

**Рак шейки матки.** Этот вид обследования на рак рекомендован женщинам с 18 до 64 лет. Он включает осмотр у гинеколога или фельдшера в рамках диспансеризации, а также взятия мазка с шейки матки для пап-теста (мазок Папаниколау) раз в 3 года.

**Колоректальный рак.** Он опасен как для мужчин, так и для женщин. С 40 до 64 лет нужно делать анализ кала на скрытую кровь раз в два года, а с 64 до 75 лет — каждый год.

**Рак предстательной железы.** Всем мужчинам в возрасте 45, 50, 55, 60 и 64 лет рекомендован анализ на определение простат-специфического антигена (ПСА) в крови.

**В каких случаях следует обращаться к онкологу:**

* наличие любых признаков кровотечения из внутренних органов – кровь в моче, в кале, частые кровотечения из носа без видимых причин, из половых органов;
* наблюдается значительная потеря веса без изменения образа жизни;
* появились любые кожные новообразования, заметные изменения родинок, бородавок, полипов и т.д. особенно с кровоточивостью;
* прощупываются уплотнения в любой части тела, особенно в молочных железах, есть увеличение и уплотнение лимфатических узлов;
* случается необъяснимое и длительное лихорадочное состояние, боли, повышение температуры;
* возникают необъяснимые головные боли, ухудшение зрения, слуха или координации;
* начались патологические выделения из молочных желез и прямой кишки, беспричинные расстройства стула;
* ощущается резкое ухудшение самочувствия, снижение аппетита, иногда тошнота при нормальном состоянии желудочно-кишечного тракта;
* появилось длительное ощущение дискомфорта в каком-либо органе – першение или сдавливание в горле, давление в области грудины, брюшной полости или малого таза

Сегодня в арсенале врачей есть все современные технологии для терапии онкологических заболеваний. **В настоящее время рак не приговор: это болезнь, с которой можно справиться, которую умеют лечить.**

ГУЗ ЯО ГДБ ООМПД в ОУ 2024