

Профилактика онкологии

Семинарское занятие, посвященное профилактике онкологических заболеваний, состоялось 10 февраля для медицинских работников. Занятие провела врач - педиатр Юлия Нещерет в рамках профилактического месячника.

Специалист представила информацию о рисках развития наиболее распространенных онкологических заболеваний, привела данные статистики по Ханты-Мансийскому автономному округу.

«Раннее выявление онкозаболеваний позволяет получить наиболее эффективное лечение. Поэтому важно своевременно проходить диспансеризацию», - отметила Юлия Симоновна.

Для поддержания здорового образа жизни, как фактора снижающего риск развития онкозаболеваний, сотрудники учреждения приглашены 11 февраля на акцию «Лыжня России - 2023».



ОНКОЛОГИЯ:

факторы риска



РАК МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

- возрастной фактор – наиболее подвержены заболеванию женщины после 50 лет
- генетический фактор – случаи рака молочной железы или яичников до наступления климакса у кровных родственниц, наличие семейных мутаций в генах
- наличие предраковых состояний молочной железы первая менструация в возрасте до 12 лет
- наступление климакса до 55 лет
- резкое увеличение веса или ожирение после наступления климакса
- рождение первого ребенка в возрасте после 30 лет или полное отсутствие беременностей
- прохождение гормональной терапии



РАК ЛЕГКИХ

- курение сигарет, сигар, трубок, кальянов
- личная история рака легких
- случаи рака легких у кровных родственников
- тяжелые легочные заболевания, такие как туберкулез

Воздействие нижеперечисленных веществ и факторов:

асбест или радон, радиоактивные материалы, мышьяк, загрязненный воздух, табачный дым при пассивном курении



РАК МАТКИ

- возрастной фактор – пик заболеваемости приходится на возраст после 50 лет
- повышенный уровень эстрогена
- первая менструация в возрасте до 12 лет
- наступление климакса после 55 лет
- рождение первого ребенка после 30 лет или полное отсутствие беременностей
- наличие случаев неполипозного рака толстой кишки у кровных родственников
- гормональная терапия без применения прогестерона
- терапия некторыми лекарственными препаратами (тамоксифен и пр.)
- избыточный вес



РАК ЯИЧНИКОВ

- возрастной фактор – пик заболеваемости приходится на возраст после 50 лет
- наличие семейных мутаций в некоторых генах (уточните у своего лечащего врача)
- принадлежность к этнической группе еврейско-ашкенази
- бесплодие



РАК ШЕЙКИ МАТКИ

- начало половой жизни в раннем возрасте
- наличие большого количества сексуальных партнеров у женщины или ее полового партнера
- курение
- инфицирование вирусом папилломы человека
- ВИЧ-инфекция
- состояние после трансплантации органов, химиотерапии или систематического приема гормональных препаратов



РАК ТОЛСТОЙ КИШКИ

- возрастной фактор – большинство случаев развития рака зафиксировано у лиц после 50 лет
- случаи заболевания раком толстой кишки у кровных родственников
- наличие у себя или кровных родственников полипоза
- острые или хронические воспалительные заболевания кишечника
- рацион с переизбытком жира и красного мяса
- недостаток в рационе клетчатки, свежих овощей и фруктов
- сниженная физическая активность
- курение ■ злоупотребление алкоголем ■ лишний вес



РАК ПРОСТАТЫ

- возрастной фактор – пик заболеваемости приходится на возраст после 50 лет
- случаи рака простаты у кровных родственников
- рацион с избытком жиров и недостатком клетчатки
- сниженная физическая активность



РАК КОЖИ

- длительное пребывание под ультрафиолетовыми лучами
- посещение соляриев
- наличие большого количества (более 20) родинок на коже
- светлый тон кожи
- светлый цвет глаз
- личная история заболевания меланомой кожи
- случаи меланомы у кровных родственников
- систематический контакт со следующими веществами: радий, каменноугольная смола, мышьяк, креозот

