

4 февраля - Всемирный день борьбы против рака

Провозглашен «Международным союзом по борьбе с онкологическими заболеваниями». Цель этого международного дня — повышение осведомлённости о [раке](#) как об одном из самых страшных заболеваний современной [цивилизации](#), привлечение внимания к предотвращению, выявлению и лечению этого заболевания.

Изменение и предотвращение факторов риска

Более 30% случаев смерти от рака можно предотвратить путем предотвращения или изменения основных факторов риска, которые включают:

- употребление табака;
- излишний вес или ожирение;
- нездоровое питание при употреблении в пищу недостаточного количества фруктов и овощей;
- отсутствие физической активности;
- употребление алкоголя;
- инфекцию HBV;
- ионизирующее и неионизирующее излучение;
- загрязнение воздуха в городах;
- задымленность помещений в результате использования в домах твердых видов топлива.

Употребление табака является самым значительным отдельным фактором риска развития рака, который приводит примерно к 20% глобальных случаев смерти от рака и примерно 70% глобальных случаев смерти от рака легких.

Раннее выявление

При раннем выявлении и лечении рака смертность от этой болезни можно уменьшить. Существует два способа раннего выявления рака.

Раннее диагностирование

Осведомленность о ранних признаках и симптомах (для таких типов рака, как рак кожи, шейки матки, молочной железы, прямой кишки или полости рта) позволяет обращаться для диагностики и лечения на ранних стадиях.

Скрининг

Целью скрининга является выявление людей с нарушениями, позволяющими предполагать какие-либо определенные раковые заболевания или предрак, и быстрое направление таких людей для диагностирования и лечения. Программы скрининга особенно эффективны для часто встречающихся типов рака, в отношении которых существуют эффективные по стоимости, недорогие, приемлемые и доступные для большинства населения, подвергающегося риску, скрининг-тесты.

Лечение

Правильно поставленный диагноз рака важен для назначения надлежащего и эффективного лечения, так как для каждого типа рака требуется особая схема лечения, охватывающая один или более методов, таких как хирургическое вмешательство и/или радиотерапия и/или химиотерапия. Основной целью является излечение рака или значительное продление жизни. Улучшение качества жизни пациента также является важной целью. Это может быть достигнуто благодаря поддерживающей терапии или паллиативной помощи и психологической поддержке.