

Найти и не сдаваться

Пермские врачи стали чаще выявлять рак на ранней стадии

За 2016 год у жителей Пермского края было выявлено почти 10 тыс. злокачественных новообразований. Всего на учёте на конец года с такими заболеваниями состояло почти 65 тыс. пациентов, тогда как в 2015 году их было около 63 тыс. В целом заболеваемость выросла на 0,6%. Однако врачи отмечают, что это неплохая тенденция: это означает, что рак стали лучше выявлять.

Повысить шансы

По данным Министерства здравоохранения Пермского края, в регионе снижается смертность от злокачественных новообразований. В 2016 году она составила 195,8 случаев на 100 тыс. населения, годом ранее — 200,3.

Как рассказывает заместитель главного врача Пермского краевого онкологического диспансера Антон Жигулёв, снижение смертности от злокачественных новообразований связано с улучшением ранней диагностики онкозаболеваний. «Показатель раннего выявления (на первой–второй стадии — ред.) в 2016 году составил 54,7% а в 2015-м — 54,6%», — отметил специалист.

По словам медика, выявление болезни на ранних стадиях увеличивает шансы пациентов полностью излечиться от заболевания. «Обследования, которые могут выявить злокачественные новообразования на ранних стадиях, входят в программу диспансеризации: маммография молочных желёз у женщин, анализ уровня простатспецифического антигена у мужчин, флюорография и др. Улучшилось качество оказания специализированной медицинской помощи, в том числе высокотехнологичной», — рассказывает Антон Жигулёв.

Но как заставить людей обратить внимание на своё здоровье?

Как живёте?

По данным пермских медиков, больше всего на продолжительность жизни человека влияет его образ жизни (50%), затем — уровень медицинского обслуживания (20%). Третье место делят экология (15%) и наследственность (15%).

К факторам риска, связанным с образом жизни, специалисты относят курение, чрезмерное употребление алкоголя, употребление нездо-

ровой пищи, ожирение. По данным экспертов ВОЗ, в девяти случаях из 10 заболевания можно было бы избежать путём исключения основных факторов риска. Именно поэтому важно внимательно и серьёзно относиться к своему здоровью. Прайденные во время обследования и лабораторные исследования могут спасти человеку жизнь.

Знать и не бояться

Один из наиболее эффективных механизмов для выявления факторов риска возникновения заболеваний — диспансеризация. Всё начинается с анкеты, содержание которой позволяет врачу выявить предрасположенность человека к онкологии. Кроме того, диспансеризация включает в себя лабораторные и инструментальные об-

Нельзя просто сдать анализ на онкомаркер, чтобы вам вынесли окончательный вердикт: есть рак или нет

следования, осмотр врачей, число которых определяется в зависимости от пола и возраста человека. Если врач заподозрит неладное, то направит пациента на более подробное обследование.

«К сожалению, население проходит диспансеризацию не так активно, как нам хотелось бы. Между тем именно диспансеризация позволяет выявлять онкологию и воспалительные процессы на самой ранней стадии», — говорит Антон Жигулёв.

Комплексный осмотр и обследование можно пройти бесплатно один раз в три года в поликлинике по месту жительства при наличии полиса ОМС. Если ваш год рождения не подпадает под диспансеризацию в этом году, можно пройти профилактический осмотр, который также позволит врачам оценить состояние вашего здоровья.

Диспансеризацию и профосмотры врачи рекомендуют проходить абсолютно всем, даже если у человека нет каких-то жалоб на самочувствие.

Слушать себя

Для того чтобы вовремя выявить заболевание, очень важно прислушиваться к своему организму и вовремя отмечать изменения общего самочувствия. «Если у вас резко снизился вес, или вы быстро утомляетесь, или у вас две-три недели не прекращается кашель, который не связан с аллергией или простудой, или увеличиваются лимфоузлы — знайте: эти симптомы являются весомым поводом для обращения к врачу», — отмечает врач.

К этому списку можно отнести увеличение темпе-

ратуры тела без признаков инфекции, частые боли в животе, боли при глотании пищи, проблемы с мочеиспусканием, проблемы со стулом. Также есть ряд внешних признаков, которые пациент может обнаружить самостоятельно. Это увеличение объёма шеи, длительно незаживающие трещины и язвы на коже, появление уплотнений, наличие пигментных пятен геометрически неправильной формы.

Конечно, наличие этих признаков не всегда говорит об онкологии, однако обращение к врачу в таких случаях является обязательным.

«В моей практике был пациент, которого мучили боли в животе около шести месяцев. В течение этого времени он каждый день пил несколько таблеток обезболивающего. Но к врачу он обратился только тогда, когда таблетки перестали помогать. Такая практика, к сожалению, встречается очень часто: с помощью обезболивающих препаратов люди устраниют симптом, а причина боли остаётся», — рассказал Антон Жигулёв.

Онкомаркеру нужна подмога

Сегодня особой популярностью у пациентов пользуются анализы на онкомаркеры. Многие люди думают, что онкомаркер должен помочь заподозрить заболевание, когда ещё нет клинических проявлений. Однако это не всегда так.

«Современные лаборатории предлагают сдать анализ на различные онкомаркеры. Но люди должны понимать, что нельзя просто сдать анализ на онкомаркер, чтобы вам вынесли окончательный вердикт: есть рак или нет. Этот анализ необходимо производить совместно с другими исследованиями. Онкомаркер — анализ неспецифический. Показатель может быть повышен даже тогда, когда опухоли нет, например при добропачественных опухолях или при воспалительных процессах, и даже тогда, когда анализ был сдан неправильно. Кроме того, онкомаркеры могут дать ложно отрицательный результат: опухоль уже может развиваться, может

быть первая стадия, начало второй, а онкомаркеры ещё будут отрицательными. Поэтому бесполезно сдавать онкомаркеры, игнорируя другие обследования», — пояснил Антон Жигулёв.

Следи за собой

Сегодня от рака, к сожалению, не застрахован никто, также как нет и универсального теста на злокачественные опухоли. Но каждый человек может снизить вероятность развития этого заболевания, скорректировав свой образ жизни и вовремя обращаясь к врачу.

Онкологи разработали список правил, соблюдение которых позволит значительно снизить риск онкологических заболеваний даже у тех, кто к ним генетически предрасположен: не курите, а если уже курите — бросайте эту привычку; избегайте чрезмерного употребления алкоголя; защищайте кожу от солнца; ведите активный образ жизни; употребляйте больше овощей и фруктов; регулярно проходите профилактические обследования.



Диспансеризацию и профосмотры врачи рекомендуют проходить абсолютно всем, даже если у человека нет каких-то жалоб на самочувствие

По выгодной цене!

АкваМастер — Солевой спрей для лечения насморка

АкваМастер отличается экономичностью:

У него съемная насадка, и после того, как спрей закончится, флакон не надо выбрасывать, а можно использовать в дальнейшем как удобный домашний при-

бор для промывания носа раствором морской соли, прилагаемой в ПОДАРОК.

Морская соль в пакетах-саше (10 штук) для приготовления раствора для орошения слизистой полости носа по показаниям:

- риниты,
- гаймориты,
- ОРВИ и грипп,
- аденоиды,
- гигиена носа*.



Имеются противопоказания.
Проконсультируйтесь со специалистом.

Взрослым и детям с 1 года

www.evalar.ru Спрашивайте во всех аптеках города, в том числе:

Планета здоровья 219-84-84, 215-44-88; Ригла 8-800-777-03-03

«Линия здоровья «Эвалар»: 8-800-200-52-52 (звонок бесплатный)

Заказывайте на сайте apteka.ru с бесплатной доставкой в ближайшую аптеку

Сравнение цен приведено по данным ЗАО «Группа ДСМ» (средняя цена 2016 г.). Аналог для сравнения выбран по действующим компонентам.

*В комплексе с изделием медицинского назначения АкваМастер.

Реклама. 659332, г. Бийск, ул. Социалистическая, 23/6, ЗАО «Эвалар», ОГРН 1022200553760.