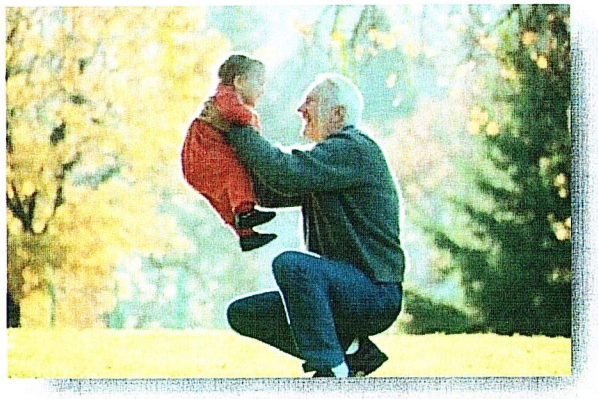
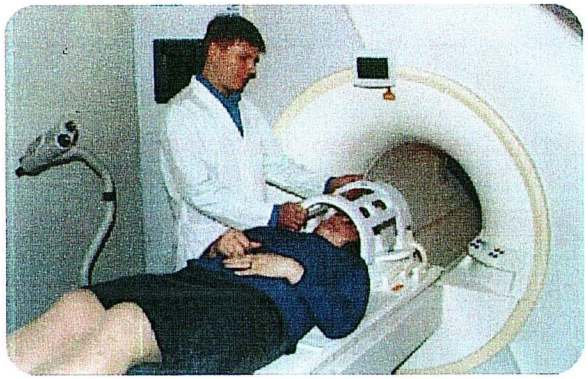
Ежегодно в мире около 600 тысячам пациентов ставится диагноз «рак головы и шеи», более половины случаев заболеваний заканчивается летально. В России от этого заболевания умирают более 15 тысяч человек в год. При этом подавляющее большинство пациентов могли бы выжить, если бы болезнь была обнаружена своевременно, а лечение назначено на ранней стадии.

«Рак головы и шеи – это действительно очень драматичная локализация опухоли. Пациенты, страдающие новообразованиями головы и шеи – печальные лидеры по степени инвалидности»

(И.Решетов, член-корреспондент РАН)

Здоровый образ жизни, отказ от вредных привычек, рациональное питание и активный образ жизни, соблюдение правил личной гигиены, уменьшение контакта с канцерогенами, повышение иммунитета предупреждает развитие злокачественных новообразований.





Какие бы новые методы лечения не применяли онкологи, успех зависит от своевременного выявления ранних форм онкологического заболевания!

Не отказывайтесь от диспансеризации и профилактического обследования!

Ваша жизнь и здоровье в Ваших руках!

ГУЗ «Забайкальский краевой онкологический диспансер»

ОНКО-ПРОФИЛАКТИКА

Рак головы и шеи

Рак головы и шеи – группа злокачественных новообразований, исходящих из полости рта, глотки, дыхательных путей и щитовидной железы.

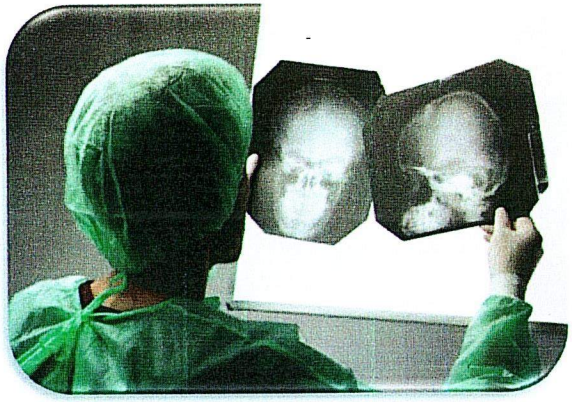
По статистике, количество злокачественных новообразований в области головы и шеи составляет около 20% всех случаев онкозаболеваний человека. Чаще онкозаболеваниями такой локализации страдают мужчины старше 50 лет.

Причины возникновения

Основными факторами риска, приводящими к развитию злокачественных новообразований головы и шеи, являются **курение табака** (повышает вероятность рака головы и шеи в 15 раз!) и **злоупотребление алкоголем** (одновременное употребление табака и алкоголя в большей степени увеличивает вероятность развития злокачественных опухолей, чем их раздельное потребление).

К факторам риска также относятся:

- работа во вредных условиях труда (при превышении предельно допустимых концентраций в воздухе рабочей зоны вредных химических веществ);
- длительная травматизация языка, щек зубными протезами, осколками зубов, отсутствие санации полости рта;
- длительное воздействие ионизирующего и ультрафиолетового излучения;
- инфицирование вирусами папилломы человека, герпеса, ВИЧ;
- длительное употребление слишком горячей пищи;
- предраковые состояния (лейкоплакия, эритроплакия)



Симптоматика заболевания

Симптомы в начальных стадиях заболевания, как правило, неспецифичны, пациенты часто не обращают на них внимания.

Обязательно следует обратиться к врачу при появлении таких симптомов, как:

- появление в полости рта длительно незаживающих язвочек;
- нарушения глотания, дискомфорт при жевании и глотании;
- изменения (осиплость) голоса;
- появление неприятного запаха изо рта;
- постоянная боль в горле или ухе;
- появление припухлости на лице, во рту или на шее;
- постоянная заложенность носа, носовые кровотечения;
- проблемы со слухом;
- немотивированное снижение массы тела;
- хронические лор-заболевания, не поддающиеся лечению антибиотиками;
- припухлость в ооласти шеи.

Если хотя бы один из перечисленных симптомов сохраняется более трех недель, необходимо обратиться к врачу – оториноларингологу, стоматологу, онкологу, эндокринологу.

Профилактика

Рекомендации по профилактике онкологических заболеваний головы и шеи достаточно универсальны:

- откажитесь от курения;
- не злоупотребляйте алкоголем, особенно крепким;
- не употребляйте слишком горячую пищу и напитки;
- следите за своим питанием и весом;
- избегайте проживания и работу в помещениях с загрязненным воздухом. Помещения должны хорошо вентилироваться, периодически проветриваться, должна проводиться ежедневная влажная уборка. Строительные и отделочные материалы должны быть максимально экологически чистыми;
- регулярно занимайтесь физкультурой: повышение физической нагрузки, ежедневные прогулки на свежем воздухе – профилактика огромного количества заболеваний, в том числе онкологических;
- регулярно посещайте стоматолога, ЛОР-врача;
- проходите скрининговые обследования с целью раннего выявления предракового заболевания или опухоли на ранней стадии.