

Методы профилактики и первичной диагностики онкозаболеваний и их рецидивов.

Существует 3 этапа профилактики онкозаболеваний (далее ОЗ).

Этап	Содержание	Цель
ПЕРВИЧНАЯ ПРОФИЛАКТИКА РАКА	Предупреждение возникновения злокачественных опухолей и предшествующих им предопухоловых состояний	Снижение заболеваемости
ВТОРИЧНАЯ ПРОФИЛАКТИКА РАКА	Раннее выявление и лечение начальных стадий онкологических заболеваний и предшествующих им предопухоловых состояний	Уменьшение смертности и инвалидизации
ТРЕТИЧНАЯ ПРОФИЛАКТИКА РАКА	Предупреждение возникновения, а также раннее выявление возможных рецидивов заболевания в период после завершения основного курса лечения	Предупреждение рецидивов

Приоритеты в области первичной профилактики рака:

- Борьба с табакокурением, алкоголизмом;
- Рационализация питания, контроль массы тела ;
- Повышение физической активности и борьба с избыточным весом;

- Уменьшение воздействия канцерогенных химических и физических факторов (производство, природная среда, жилище);
- Профилактика воздействия инфекционных, вирусных канцерогенных факторов (своевременная вакцинация от вируса гепатита, ВПЧ и других онкогенных инфекций);
- Защита кожи от УФО;

В современной России именно просветительная работа должна стать главным направлением в профилактике рака, что позволит добиться следующих результатов:

- Устранение страха перед онкологией;
- Повышение информированности населения об онкозаболеваниях и их профилактике;
- Создание условий для уменьшения влияния шарлатанов, бездоказательной медицины;
- Консолидация усилий общественных противораковых организаций и других заинтересованных структур для проведения широкомасштабной просветительной работы;
- Уменьшение количества отказов онкобольных от дообследования, лечения;
- Уменьшение количества запущенных случаев онкологических заболеваний, развивать онконастороженность у врачей-специалистов;
- Снижение онкологической заболеваемости населения России;

Вторичная профилактика рака.

Включает в себя осведомлённость и информированность населения об онкозаболеваниях и онконастороженность врачей-специалистов.

Приоритетным направлением является выявление, наблюдение и лечение предраковых заболеваний, коррекция имеющихся факторов риска, обучение пациента методам самодиагностики (например самостоятельная пальпация молочной железы не менее 1 раза в месяц для выявления узловых образований, уплотнения ткани молочных желез).

Данный этап профилактики включает в себя такие методы как: Чек-апы; Диспансеризация и др., которые являются неким скринингом онкозаболеваний.

Третичная профилактика.

Заключается в регулярном посещении онколога отлеченных больных с уже имеющимся установленным диагнозом онкологического заболевания.

Методы первичной диагностики онкозаболеваний и их рецидивов.

Общий анализ крови (ОАК). Позволяет выявить низкий уровень гемоглобина, ускорение СОЭ, а также существенные изменения в лейкоцитарной формуле, что может указывать на наличие онкологического заболевания.

Анализ мочи. С его помощью можно выявить повышение уровня белка, креатинина и мочевины, что может указывать на рак мочевыделительной системы.

Анализ крови на онкомаркеры (более специфичны для третичной профилактики). Метод лабораторного исследования, позволяющий максимально точно определить локализацию опухоли и даже тип рака, но не являющийся достоверным, так как многие онкомаркеры могут повышаться за счёт наличия воспаления в организме и давать ложную положительную картину.

! Лабораторные исследование (анализы крови, мочи) необходимо дополнять инструментальными методами, так как лабораторные исследования несут более общую и менее специфическую информацию.

Инструментальные методы. Рентгенография, ультразвуковое исследование, компьютерная томография, магнитно-резонансная томография, позитронно-эмиссионная томография. Флюорография органов грудной клетки и маммография являются скрининговыми методами онкозаболеваний органов грудной клетки – лёгких, молочных желёз.

Эндоскопия. Исследование полых органов с помощью специальной оптической техники, эндоскопов.

Каждый метод имеет ряд показаний и противопоказаний.

Методы диагностики рецидивов онкозаболеваний:

Физикальный осмотр и сбор жалоб. После лечения рекомендуется проходить осмотр у онколога согласно рекомендациям, после завершения лечения, а так же при появлении тревожных симптомов.

Лабораторные исследования. При развитии новых опухолей в крови пациента увеличивается концентрация особых веществ, которые называют опухолевыми маркерами. Их можно выявить с помощью анализов.

Инструментальные исследования. Чтобы выявить рецидив и метастазы опухоли, используют рентгенографию, ультразвуковое исследование, компьютерную томографию, магнитно-резонансную томографию, позитронно-эмиссионную томографию.

Биопсия и гистологическое исследование. Если при инструментальной диагностике обнаружались подозрительные новообразования, по возможности проводят биопсию — выполняют взятие фрагментов тканей, которые потом исследуют под микроскопом.

Для подбора индивидуальных методов диагностики и профилактики онкозаболеваний необходимо обратиться к врачу (для начала к терапевту, женщинам регулярно посещать гинеколога, мужчинам после 35 лет – уролога, при наличии показаний – консультация онколога).

Автор статьи: онколог,

Белова Вероника Андреевна

врач по паллиативной медицинской

помощи взрослому населению

***Информация частично взята из статьи Профессора А.П. Ильницкий,**

ГУ Российский онкологический научный центр им. Н.Н. Блохина РАМН