

Среди всех онкологических заболеваний рак легкого является самым распространенным и по смертности занимает лидирующее место.

ПРИЧИНЫ РАЗВИТИЯ РАКА ЛЕГКОГО КУРЕНИЕ

Никотин, содержащийся в табаке, вызывает сильную физическую и психическую зависимость, оказывает токсическое действие на все органы и ткани, способствуя развитию хронических заболеваний легких и многих онкологических заболеваний: рака легкого, желудка, пищевода, гортани, глотки, полости рта, мочевого пузыря, почек, поджелудочной железы, прямой кишки, шейки матки и др.

Помимо никотина в состав табачного дыма входит несколько сотен химических соединений, которые сами по себе также могут провоцировать развитие различных заболеваний, в том числе и рака легких. Самыми опасными являются бензол, ацетон, мышьяк, аммиак, свинец, ртуть, формальдегид и ацетальдегид.

Важно помнить, что безопасного курения не существует! Дым обычных сигарет, курительной трубки или кальяна и пар электронных сигарет одинаково токсичны для клеток бронхов и легких.

Притом, любой вид курения повышает риск возникновения рака не только у самих курящих, но и окружающих.

ЗАБОЛЕВАНИЯ ЛЕГКИХ — ТУБЕРКУЛЕЗ, ХРОНИЧЕСКИЙ БРОНХИТ, ЭМФИЗЕМА

При хроническом воспалении, которое характерно для данных болезней, происходит ускоренное разрастание и мутация клеток, что и способствует возникновению рака.

ГЕНЕТИЧЕСКАЯ ПРЕДРАСПОЛОЖЕННОСТЬ

Если близкие родственники болели раком легкого, риск возникновения данного заболевания увеличивается.



ЭКОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ И УСЛОВИЯ ТРУДА

Некоторые вещества, с которыми люди вынуждены контактировать в процессе работы или в месте проживания, способны спровоцировать злокачественное перерождение клеток легких. Это могут быть, например: асбестовая пыль, пары дизельного топлива, тяжелые металлы (мышьяк, свинец, ртуть, кадмий и др.), выбросы нефтеперерабатывающих, мусоросжигательных и химических заводов, мельчайшие частицы хлопка и льна.

В группе риска находятся работники предприятий металлургической, резиновой, деревообрабатывающей, текстильной промышленности и прочих «вредных производств», а также жители населенных пунктов, в которых производственный сектор граничит с жилыми районами и представляет угрозу для экологии.

ПРИЗНАКИ РАКА ЛЕГКОГО

Распознать опухоль довольно сложно — на ранних стадиях болезнь никак себя не проявляет.

Проявлениями рака легкого могут быть:

- кашель – беспричинный, особенно сухой и надсадный;
- присутствие крови в мокроте;
- одышка при нагрузке, которая раньше хорошо переносилась;
- боль в грудной клетке различной интенсивности, не связанная с нагрузкой;
- также могут быть и общие симптомы – слабость, утомляемость, снижение аппетита.

При обнаружении у себя одного или нескольких признаков, особенно, при наличии факторов риска, следует незамедлительно обратиться к врачу.

ПРОФИЛАКТИКА РАКА ЛЕГКОГО

■ Ведение здорового образа жизни:

- отказ от курения;
- полноценное питание;
- регулярные физические нагрузки и прогулки на свежем воздухе.

Все это способствует укреплению иммунитета и улучшению работы всех систем организма, повышая сопротивляемость к влиянию неблагоприятных факторов.

■ Соблюдение техники безопасности на рабочих местах.

Необходимо обязательно использовать современные средства защиты органов дыхания при работе на вредном производстве или при контакте с веществами, обладающими канцерогенным действием.

■ Своевременное лечение и профилактические прививки.

Вакцинация против гриппа и пневмококковой инфекции снижает риск возникновения острых легочных заболеваний и частоту обострений хронических болезней легких.

Также важно вовремя проводить лечение воспалительных заболеваний легких, не допуская их перехода в хроническую форму. А при уже имеющихся хронических заболеваниях регулярно наблюдаться у врача.

■ Ежегодное прохождение диспансеризации или профилактического осмотра.

В рамках диспансеризации или профилактического медицинского осмотра, в соответствии с полом и возрастом, бесплатно проводится ряд мероприятий, направленных на выявление различных заболеваний, в том числе и рака легкого:

- анкетирование с целью выявления факторов риска и ранних симптомов заболеваний;
- флюорография: с 18 лет 1 раз в 2 года;
- дополнительно по показаниям – рентгенография или компьютерная томография легких, осмотр пульмонологом или онкологом.

Для прохождения диспансеризации и профилактического медицинского осмотра можно обратиться в медицинскую организацию по месту прикрепления к участковому терапевту или в кабинет медицинской профилактики.



**ОТКАЖИТЕСЬ ОТ КУРЕНИЯ!
ВЫБЕРИТЕ ЗДОРОВЫЙ
ОБРАЗ ЖИЗНИ!**



Центр общественного здоровья
и медицинской профилактики
КОГБУЗ «МИАЦ, ЦОЗМП»

тел. (8332) 38-90-17
e-mail: medprof43@mail.ru
www.prof.medkirov.ru

2022 год



Центр общественного здоровья
и медицинской профилактики
КОГБУЗ «МИАЦ, ЦОЗМП»

Профилактика рака легкого

