

Есть несколько стереотипов, касающихся онкологии. Например, «Нужно быть очень дисциплинированным и смелым пациентом, чтобы записаться на консультацию к врачу-онкологу». Или: «Рак не ищут специально, и поэтому случается так, что заболевание выявляют на поздних стадиях». На самом деле, не следует ждать появления симптомов, чтобы начать обследование. И для начала обследования вовсе не нужен онколог.

Рассказываем о том, что такое онконастороженность, как ее должны проявлять врачи и пациенты, что дает выявление рака на ранних стадиях.

Рак — целая группа заболеваний, общей особенностью которых является неконтролируемый рост злокачественных клеток. Многие виды рака современной медицине пока не удалось победить окончательно. А главная сложность — малосимптомное течение на начальных стадиях, из-за чего не сразу получается поставить верный диагноз. Опухолевый процесс может развиваться в любом органе и ткани, причем в каждом из случаев заболевание проявляется по-разному. Рак может «выдавать» себя за другие, менее опасные болезни, на лечение которых уходит драгоценное время.

Именно поэтому так важно проявлять онконастороженность и считать подозрительными все симптомы, включая малозначительные, на первый взгляд. Нередко бывает так, что пациент, обратившийся к врачу с жалобами, даже в мыслях не допускает, что у него может быть онкологическое заболевание. И конечно, вряд ли он будет записываться к врачу-онкологу. Это значит, что онконастороженность, или готовность заподозрить в любых симптомах указание на рак, должны проявлять врачи всех специальностей, чтобы выявить болезнь на ранней стадии.

Снижение веса без причин, быстрая утомляемость, увеличение лимфоузлов, кашель, не прекращающийся в течение двух-трех недель и не связанный с аллергией или простудными заболеваниями — эти признаки нельзя считать безобидными, нередко они могут говорить о развитии опухоли. На это должен обратить внимание врач и либо исключить, либо выявить онкологическое заболевание.

Также важно, и врачам, и пациентам обращать внимание на следующие симптомы:

-если родинка или другое образование на коже вдруг изменило цвет, форму, размер, появилось жжение, зуд, шелушение, мокнутие;

-если во рту — на языке, деснах, щеках или губах — появились возвышающиеся белые шероховатые налеты, долго незаживающие трещины и язвы;

-если в кале обнаружилась кровь или нетипичные примеси, или цвет стал черным;

-если начали беспокоить боли в животе, регулярная тошнота, рвота, беспричинная слабость.

Но не только врачи обязаны проявлять онконастороженность – до развития симптомов, в состоянии полного здоровья, об этом должен подумать каждый.

Во-первых, нужно помнить, что две трети причин возникновения рака – это факторы поведения: курение, инфицирование вирусами папилломы человека, несбалансированное питание (недостаточность в рационе овощей).

Во-вторых, к раку может быть наследственная предрасположенность: если в семье были случаи заболевания, стоит быть более внимательным к себе и не пренебрегать профилактикой.

В-третьих, риски серьезно возрастают после 40 лет, а значит к здоровью нужно относиться гораздо более серьезно, чем это было возможно десять-двадцать лет назад. Важно регулярно проходить диспансеризацию, одна из задач которой — выявление предопухолевых заболеваний и рака на ранних стадиях.

Что сюда входит?

Маммография и УЗИ молочных желез. Женщины после сорока лет должны делать маммографию с интервалом раз в два года, чтобы не пропустить развитие рака молочных желез. Женщинам моложе этого возраста или в качестве дополнительного метода диагностики используют УЗИ – ультразвуковое исследование. Кроме того, необходимо проводить самообследование молочных желез – каждый месяц в один и тот же день, обычно на 5—10 день цикла.

Рентгенологическое исследование легких – доступный и информативный метод диагностики

Легкие являются одним из часто исследуемых органов при рентгенологических обследованиях. Множество опасных заболеваний дыхательной системы могут протекать без каких-либо явных симптомов, что затрудняет их раннее обнаружение при обычном осмотре. Рентгеновское исследование легких позволяет получить черно-белое изображение органов грудной клетки, что позволяет специалисту увидеть патологические изменения и подобрать соответствующее лечение.

Рентгенография легких широко применяется благодаря своей информативности и доступной стоимости. Этот метод исследования необходим в терапевтической, пульмонологической, фтизиатрической, онкологической практике и в области торакальной хирургии. Рентгеновское исследование легких значительно облегчает выявление различных видов пневмоний и плевритов, злокачественных опухолей на ранних стадиях развития, метастазов в легкие и бронхи, а также пневмотораксов, туберкулеза, признаков системных заболеваний (например, волчанки, саркоидоза и других) и профессиональных изменений органов дыхания (например, антракоза, силикоза).

Кроме диагностики существующих патологий, рентген легких ежегодно проводится в качестве профилактической меры для группы риска населения. В эту группу входят работники вредных производств, такие как шахтеры, каменщики и работники химических предприятий, а также люди, проживающие в неблагоприятных экологических условиях и родственники больных туберкулезом.

Следует внимательно осмотреть молочные железы стоя у зеркала, с опущенными и поднятыми руками, аккуратно и тщательно прощупать каждую железу подушечками указательного, среднего и безымянного пальца, прижимая к грудной клетке, двигаясь по спирали от периферии к центру. Это позволит обнаружить уплотнения и вовремя обратиться к врачу.

Также стоит обратить внимание на трещины, мокнутие, корочки, втяжение соска или кожу, напоминающую лимонную корку.

Цитологическое исследование шейки матки. Другие названия этого метода — тест Папаниколау или ПАП-тест. С его помощью выявляют наличие атипичных клеток, в том числе указывающих на раковые и предраковые изменения.

ПСА и осмотр уролога-андролога. Мужчинам после сорока лет рекомендуется раз в год сдавать тест ПСА для поиска возможного бессимптомного рака предстательной железы. При повышении уровня ПСА, наличии жалоб на мочеиспускание и половые функции показана консультация уролога.

Анализ кала на скрытую кровь и колоноскопия. Мужчинам и женщинам после 40 лет рекомендуется ежегодно выполнять это простое исследование для выявления предопухолевых заболеваний и рака толстой кишки. При положительном тесте выполняется колоноскопия – осмотр толстой кишки специальным аппаратом. Если при исследовании выявляют полип, то его удаляют, что останавливает развитие рака. Это именно тот случай, когда рак можно предотвратить.