**Всемирный день борьбы против рака**

Памятная дата, отмечаемая ежегодно 4 февраля, провозглашена «Международным союзом по борьбе с онкологическими заболеваниями» (UICC) в 2005 году. Цель этого дня — повышение осведомлённости о раке как об одном из самых страшных заболеваний современной цивилизации, привлечение внимания к предотвращению, выявлению и лечению этого заболевания.

Международный день защиты от рака указывает общественности на задачи, стоящие перед миром в борьбе с раком и призывает политиков и организаций-членов UICC относиться к раку, как политическому приоритету.

**МОЖНО ЛИ ПРЕДУПРЕДИТЬ РАК**

Рак — это общее обозначение множества заболеваний, характерным признаком которых является быстрое образование аномальных клеток, прорастающих за пределы своих обычных границ и способных проникать в близлежащие части тела и распространяться в другие органы. Иногда для обозначения этих заболеваний используются также такие термины, как злокачественные опухоли или новообразования.

Превращение нормальной клетки в раковую происходит в ходе многоэтапного процесса, представляющего развитие предракового состояния в злокачественную опухоль. Эти изменения происходят в результате взаимодействия между генетическими факторами человека и тремя типами внешних факторов, включающих физические канцерогены (ультрафиолетовое и ионизирующее излучение); химические канцерогены (асбест, компоненты табачного дыма, афлатоксины (загрязнители пищевых продуктов), мышьяк); биологические канцерогены, вызываемые некоторыми вирусами, бактериями или паразитами.

Эти данные позволяют специалистам утверждать, что возникновение 43% раковых заболеваний можно было бы предотвратить с помощью здорового поведения, как:

* Отказ от курения.
* Физическая активность, сбалансированная, здоровая пища.
* Вакцинация против вирусов, вызывающих рак печени и шейки матки
* Избегание длительного пребывания на солнце и в соляриях.

Наиболее часто встречаемые типы рака среди мужчин и женщин отличаются друг от друга. У мужчин чаще всего диагностируют рак легкого, рак желудка и рак предстательной железы. В ряде стран рак предстательной железы у мужчин выходит на первое место. У женщин на первом месте — рак молочной железы.

В детской онкологии большинство диагнозов связаны со злокачественными заболеваниями крови и лимфатической системы, либо со злокачественными опухолями солидной структуры, чаще всего саркомами.

При раннем выявлении и лечении рака смертность от этой болезни можно уменьшить. Существует два способа раннего выявления рака — раннее диагностирование и скрининг (систематическое проведение диагностики опухоли на ранней стадии).

По данным онкологов, на начальной стадии практически все опухоли поддаются терапии, причем в 99% случаев их можно вылечить хирургическим путем. Хорошо поддаются терапии даже на продвинутой стадии опухоли яичников, молочной железы, мужской половой сферы, опухоли головы и шеи, лимфомы.

Начиная с 50 лет каждому человеку не реже одного раза в год следует обследоваться у онколога. Женщина должна посетить гинеколога, проктолога и маммолога, мужчина — сделать рентген легких, обследовать желудок, толстую кишку и предстательную железу. Эти обследования являются ранним подходом к выявлению онкологических заболеваний.

Согласно данным онкологов, при лечении рака на ранней стадии показатель 10-летней выживаемости достигает 95% и более.

За последние годы ситуация с лечением рака в России заметно улучшилась, а уровень помощи, оказываемой в федеральных онкологических центрах, сравним с передовыми заграничными клиниками.

Одной из основных проблем остается поздняя диагностика: у половины заболевших онкологию выявляют на третьей или четвертой стадии.

Сегодня в арсенале врачей есть все современные технологии для терапии онкологических заболеваний. Но чтобы добиться успехов в лечении, пациенту нужно доверять врачу, не обращаться к шарлатанам, которые спекулируют на его беде. В настоящее время рак не приговор: это болезнь, с которой можно справиться, которую умеют лечить.

 ***Будьте здоровы!***