

Не пропусти рак



Факты. Всемирная организация здравоохранения утверждает: каждый пятый мужчина и каждая шестая женщина заболеют раком! Онкологические заболевания — вторая по частоте причина смерти в мире. Больше всего летальных исходов вызывает рак легких. Далее следуют рак прямой кишки, печени и желудка. Замыкает первую пятерку рак молочной железы. Снижение смертности при использовании мер профилактики составляет до 25%. Ранняя диагностика позволяет выявить опухоль на начальной стадии, часто бессимптомной и тем самым сохранить жизнь человека. В России выявление онкологических заболеваний (онкоскрининг наиболее распространенных локализаций) включено в объем диспансеризации.

Онкоскрининг при диспансеризации

1. Осмотр гинекологом и маммография молочных желез у женщин поможет выявить рак репродуктивных органов
2. Определение простат-специфического антигена в крови поможет предотвратить рак предстательной железы у мужчины
3. Исследование кала на скрытую кровь и эзофагогастродуоденоскопия помогут выявить рак желудочно-кишечного тракта (пищевода, желудка и двенадцатиперстной кишки, толстого кишечника и прямой кишки)
4. Осмотр кожных покровов, слизистых губ и ротовой полости позволяет своевременно обнаружить онкологическое заболевание кожи и ротовой полости
5. Пальпация и осмотр щитовидной железы и лимфатических узлов поможет выявить онкологическое заболевание этих структур
6. Флюорография органов грудной клетки или компьютерная томография поможет выявить рак легкого

Ответственное отношение к своему здоровью - обязанность каждого гражданина!

Пройди ДИСПАНСЕРИЗАЦИЮ

Получи шанс сохранить здоровье за государственный счет!

Диагностику и лечение рака необходимо проводить исключительно в медучреждениях и в ГАУЗ АО «Амурский областной онкологический диспансер»
регистратура: 8 (4162) 77-57-17

Покажитесь врачу, если появились:

- Значительное снижение веса (по неочевидной причине);
- Стойкие нарушения работы желудочно-кишечного тракта, особенно в сочетании с потерей аппетита, затруднение глотания, снижение трудоспособности, немотивированная слабость;
- Уплотнение или изменение формы какой-либо анатомической области;
- Безболезненные, увеличенные лимфоузлы;
- Примесь крови в кале, мокроте, кровотечение без видимых причин;
- Длительный кашель, осиплость голоса;
- Долго незаживающий дефект слизистой или кожи;
- Стойкое нарушение мочеиспускания;
- Изменения формы или цвета «родинки»;
- Длительное «беспричинное» повышение температуры тела.



Сохраняйте бдительность и онконастороженность:

- Если у Вас есть наследственная предрасположенность к онкологическим заболеваниям, не пропускайте ежегодные профилактические медицинские осмотры и диспансеризацию.
- Проверяйтесь на носительство *Helicobacter pylori*, эти бактерии могут провоцировать развитие рака желудка.
- Если вы часто контактируете с токсическими, химическими веществами (нитраты, нитриты, консерванты, красители, этиловый спирт). Попадая на кожу, слизистую оболочку желудка, они могут стать причиной появления опухолевидных клеток.
- Откажитесь от потребления копченых и вяленых продуктов. Они содержат большое количество солей азотистой или азотной кислоты.
- Употребляйте свежие продукты, богатые витаминами, микроэлементами (антираковыми свойствами обладают овощи семейства крестоцветных – брокколи, цветная капуста). Соблюдайте режим питания.
- Если у Вас ожирение, снижайте вес. Ожирение является фактором риска развития онкологии.
- Не курите. Составляющие табачного дыма содержат большое количество канцерогенов.
- Длительное лечение некоторыми медикаментозными средствами (нестероидные противовоспалительные и антибиотики, кортикостероиды) может привести к развитию язвы желудка и ее малигнизации.
- Не пребывайте длительное время под прямыми солнечными лучами.



www.aocmp.ru



Присоединяйтесь к нам в социальных сетях!

Тиражировано в рамках государственной программы Амурской области «Профилактика преступлений и правонарушений на территории Амурской области» («Мероприятия, направленные на формирование здорового образа жизни у населения, включая сокращение потребления алкоголя и табака»). Министерство здравоохранения Амурской области. ГБУЗ АО «Амурский областной центр общественного здоровья и медицинской профилактики».
г. Благовещенск, ул. Шимановского, 45.

www.aocmp.ru

Отпечатано в ООО «Медиа-Мост», Тираж 500 экз. 2025 год.