

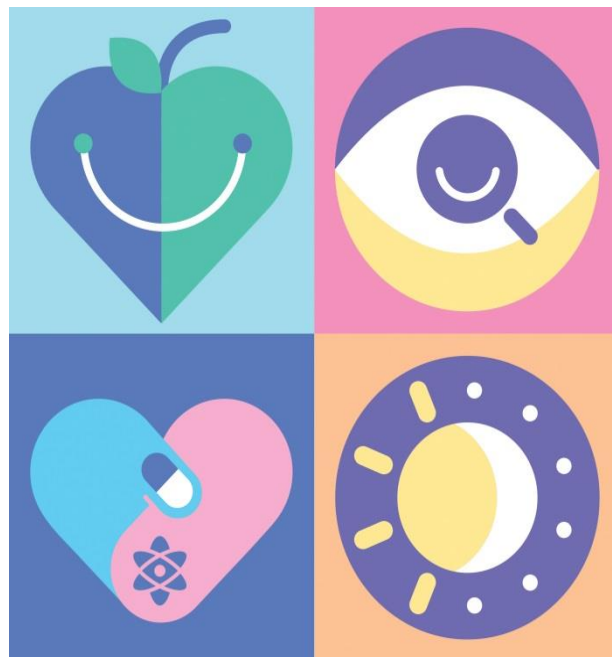
4 февраля – ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ БОРЬБЫ ПРОТИВ РАКА

ДЕВИЗ ПРОВЕДЕНИЯ ВСЕМИРНОГО ДНЯ
БОРЬБЫ ПРОТИВ РАКА

«ЭТО НАМ ПОД СИЛУ»

При этом главное внимание уделяется
следующим задачам:

1. ВЫБОР ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ.
2. РАННЯЯ ДИАГНОСТИКА.
3. КАЧЕСТВО ЖИЗНИ.
- 4 ЛЕЧЕНИЕ ДЛЯ ВСЕХ.



Ежегодно 4 февраля отмечается Всемирный день борьбы против рака. Главными темами этого дня становятся профилактика рака и повышение качества жизни пациентов с раковыми заболеваниями. По данным ВОЗ, онкологические заболевания являются главной причиной смерти во всем мире, а по оценкам ВОЗ, за период с 2005 по 2015 годы от рака умрет 84 миллиона человек. Это неизбежно произойдет, если не будут предприняты надлежащие меры.

ЧТО ТАКОЕ РАК?

Рак — это общее обозначение болезней, которые могут поражать любую часть организма человека. Таких болезней насчитывается более 100. Самый характерный признак ракового заболевания — это быстрое образование аномальных клеток, которые прорастают за пределы своих обычных границ. Помимо этого, аномальные клетки способны проникать в близлежащие части организма и распространяться в другие ткани (этот процесс называется метастазом).

РАК ЯВЛЯЕТСЯ ВЕДУЩЕЙ ПРИЧИНОЙ СМЕРТНОСТИ ВО ВСЕМ МИРЕ.

Ежегодно диагностируется почти 13 млн. новых случаев заболевания раком. Более 2/3 этих новых случаев заболевания раком и смерти приходится на развивающиеся страны, где заболеваемость раком неуклонно возрастает пугающими темпами. Как показывают научные исследования, в настоящее время треть всех случаев смерти от рака вызвана поддающимися изменению факторами риска, включающими употребление табачных изделий, ожирение,

вредное употребление алкоголя и инфекционные заболевания. В случае раннего выявления многие виды рака поддаются успешному излечению, например, рак молочной железы, рак шейки матки и колоректальный рак.

ВОЗМОЖНО ЛИ ИЗЛЕЧИТЬ РАК?

Несмотря на то, что рак является заболеванием, которое плохо поддается лечению, все же многих случаев смерти можно избежать. Считается, что **более 30% всех случаев заболевания раком можно избежать, если придерживаться здорового образа жизни и иммунизации против инфекций, таких как вирус гепатита В и вирус папилломы человека, которые могут вызвать рак.** Некоторые случаи раковых заболеваний можно выявлять на ранних стадиях, лечить и излечивать. А благодаря надлежащему паллиативному уходу можно облегчить страдания пациентов даже на последних стадиях рака.

КАК ПРЕДОТВРАТИТЬ РАК?

Более 30% случаев смерти от рака можно предотвратить путем изменения основных факторов риска:

- **ПРЕКРАТИТЬ** употребление табака;
- **НЕ ДОПУСКАТЬ** избыточного веса или ожирения;
- **употреблять** в пищу достаточное количество фруктов и овощей;
- **быть физически активными;**
- **НЕ ЗЛОУПОТРЕБЛЯТЬ** алкоголем;
- **чаще отдыхать** на свежем воздухе;
- **проводить вакцинацию** против инфекций, вызываемых вирусом папилломы человека (HPV) и вирусом гепатита В (HBV);
- **контролировать вредные и опасные факторы** на рабочем месте.

Употребление табака является самым значительным отдельным фактором риска развития рака, который приводит к 22% глобальных (мировых) случаев смерти от рака и к 71% глобальных случаев смерти от рака легких.