

ОБГОУ СПО «РМСК»  
**Всемирный день борьбы против рака  
2015**

*Информационные материалы для проведения мероприятий*



**«Это нам под силу»**



## Содержание

	Введение		4
1	Рак Информационный бюллетень №297 Ноябрь 2014 г.	<a href="http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs297/ru/">http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs297/ru/</a>	9
2	Профилактика рака	<a href="http://www.who.int/cancer/prevention/ru/">http://www.who.int/cancer/prevention/ru/</a>	15
3.	Скрининг и раннее выявление рака	<a href="http://www.who.int/cancer/detection/ru/">http://www.who.int/cancer/detection/ru/</a>	21
4.	Лечение рака	<a href="http://www.who.int/cancer/treatment/ru/">http://www.who.int/cancer/treatment/ru/</a>	25
5.	Паллиативная помощь	<a href="http://www.who.int/cancer/palliative/ru/">http://www.who.int/cancer/palliative/ru/</a>	28

## **Введение**

Ежегодно, начиная с 2005 года, в мире отмечается Всемирный День борьбы против рака под эгидой Международного Союза против рака (UICC). Цель проведения этого Дня — акцентирование внимания общественности на этой глобальной проблеме, повышение осведомлённости населения о раке как одном из самых страшных заболеваний современной цивилизации, привлечение внимания к предотвращению, раннему выявлению и лечению этого заболевания, напоминание о том, насколько опасны и распространены сейчас онкологические заболевания. Ведь рак является одной из ведущих причин смерти во всем мире. В Европейском регионе ВОЗ смертность от рака стоит на втором месте после смертности от болезней системы кровообращения.

Девиз проведения Всемирного Дня борьбы против рака 2015 года «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.**

Рак — это общее обозначение более чем 100 болезней, которые могут поражать любую часть организма. Рак развивается из одной единственной клетки. Превращение нормальной клетки в опухолевую происходит в ходе многоэтапного процесса, обычно представляющего развитие предракового состояния в злокачественные опухоли. Эти изменения происходят в результате взаимодействия между генетическими факторами человека, неблагоприятными факторами внешней среды и поведенческими факторами риска. Одним из характерных признаков рака является быстрое образование

аномальных клеток, прорастающих за пределы своих обычных границ, способных проникать в близлежащие ткани организма и распространяться в другие органы.

Основными причинами возникновения рака считаются:

- **физические факторы** — канцерогены, такие как ультрафиолетовое и ионизирующее излучение и др.;
- **химические канцерогены**, такие как асбест, компоненты табачного дыма, афлатоксины (загрязнители пищевых продуктов), мышьяк (загрязнитель питьевой воды) и др.;
- **биологические канцерогены**, такие как инфекции, вызываемые некоторыми вирусами, бактериями или паразитами и др.

С возрастом заболеваемость раком возрастает, вероятнее всего, из-за накопленных рисков развития некоторых онкологических заболеваний.

Основными факторами риска развития онкологических заболеваний являются употребление табака, алкоголя, нездоровое питание, хронический стресс, низкая физическая активность, хронические инфекции, вызываемые в том числе вирусами гепатита В (HBV), гепатита С (HCV) и некоторыми типами вируса папилломы человека (HPV) и др.

Существует несколько видов профилактики онкологических заболеваний.

**Первичная профилактика** – повышение иммунитета, чтобы канцерогены не привели к развитию рака. **Вторичная профилактика** – лечение предраковых заболеваний плюс укрепление иммунитета. Третичная профилактика – предотвращение рецидива опухоли после ее радикального лечения.

Основой противоопухолевой защиты организма является иммунная система. Важнейшим в деле профилактики онкологических заболеваний представляется оздоровление окружающей среды, улучшение качества питания и здоровый образ жизни, способствующий длительному повышению противоопухолевой устойчивости. Высокий уровень иммунитета позволяет

человеку довольно длительное время оставаться здоровым, даже в условиях неблагоприятной экологической обстановки.

Онкологическое заболевание — это всегда трагедия. Но специалисты обращают внимание на то, что в наше время хорошо известны причины возникновения раковых заболеваний, и это дает возможность предотвратить до 40% случаев заболевания раком, в том числе с помощью таких норм здорового поведения, как:

- Воздержание от курения табака. Ограждение доступа к курению детей.
- Физическая активность.
- Сбалансированное потребление здоровой пищи, включающее: уменьшение потребления жира (при обычной двигательной активности не более 50-70 г жира в день со всеми продуктами); обязательное включение в ежедневный рацион не менее 400-500 г овощей и фруктов, обеспечивающих организм растительной клетчаткой, витаминами и веществами, обладающими антиканцерогенным действием (к ним относятся: желтые и красные овощи, содержащие каротин (морковь, помидоры, редька и др.), фрукты, содержащие большое количество витамина С (цитрусовые, киви и др.), капуста (особенно брокколи, цветная и брюссельская), чеснок и лук); регулярное употребление продуктов из цельных зерновых злаковых культур; ограничение потребления алкоголя; ограничение потребления копченой и нитрит-содержащей пищи.
- Предупреждение ожирения.
- Воздержание от длительного пребывания на солнце и в соляриях.
- Защита против некоторых вирусов, вызывающих рак.

Следует помнить, что в настоящее время проводится вакцинация против вируса гепатита В, который вызывает рак печени; против вируса папилломы человека (HPV), который вызывает рак шейки матки.

При ведении здорового образа жизни и грамотной профилактики рака, риск заболеть можно значительно снизить.

Необходимо повышать осведомленность населения и медицинских работников в отношении ранних признаков и симптомов рака, таких как:

- Немотивированная слабость, утомляемость;
- Субфебрильная температура;
- Уплотнения на коже или под кожей, в области молочных желез, подмышечных впадин, в паху;
- Увеличение лимфоузлов;
- Примеси в кале, в моче – кровь, гной, слизь;
- Длительные боли в области кишечника, желудка, пищевода, других органах;
- Не проходящий кашель, изменение тембра голоса;
- Длительно незаживающие раны;
- Быстрое снижение веса без специально предпринятых мер.

При появлении этих признаков нужно немедленно обратиться к врачу.

Кроме того, существуют скрининговые исследования с целью выявления лиц с рисками развития определенных раковых заболеваний, например:

- ПАП-тест на рак шейки матки, который рекомендуется проводить женщинам старше 20 лет;
- маммография для выявления рака молочной железы, рекомендуется женщинам старше 39 лет (1 раз в 2 года);
- колоноскопия — для выявления рака прямой кишки, рекомендуется мужчинам и женщинам старше 50 лет;
- PSA-тест – для выявления рака предстательной железы, рекомендуется мужчинам старше 50 лет и др.

В настоящее время в рамках программы государственных гарантий оказания гражданам бесплатной медицинской помощи в Рязанской области, как и во всей Российской Федерации проводится диспансеризация определенных групп взрослого населения, основной целью которой является осуществление комплекса мероприятий, направленных на формирование, сохранение и укрепление здоровья населения, предупреждение развития и снижение заболеваний, предотвращение преждевременной смертности в

трудоспособном возрасте, увеличение активного долголетия. Одной из главных целей диспансеризации является профилактика и раннее выявление онкологических заболеваний.

Выявление онкологических заболеваний на ранних стадиях дает возможность раннего начала лечения, что в свою очередь принесет хорошие результаты и увеличит шансы на долголетие.



## 1. Рак

Информационный бюллетень №297

Ноябрь 2014 г.

---

### Основные факты

- Онкологические заболевания являются одной из основных причин заболеваемости и смертности во всем мире — в 2012 году произошло около 14 миллионов новых случаев заболевания и 8,2 миллиона случаев смерти, связанных с раком (1).
- Ожидается, что за ближайшие 20 лет число новых случаев заболевания возрастет примерно на 70%.
- В 2012 году у мужчин чаще всего диагностировался рак легких, простаты, прямой кишки, желудка и печени.
- У женщин чаще всего диагностировался рак молочной железы, прямой кишки, легких, шейки матки и желудка.
- Около 30% случаев смерти от рака вызваны 5 основными факторами риска, которые связаны с поведением и питанием, такими как высокий индекс массы тела, недостаточное употребление в пищу фруктов и овощей, отсутствие физической активности, употребление табака и употребление алкоголя.
- Употребление табака является самым значительным фактором риска развития рака, который приводит к более чем 20% глобальных случаев смерти от рака и примерно 70% глобальных случаев смерти от рака легких.
- Инфекции, вызывающие рак, такие как HBV/HCV и HPV, приводят к 20% случаев смерти от рака в странах с низким и средним уровнем дохода. (2)
- Более 60% новых случаев заболевания раком зарегистрированы в странах Африки, Азии и Центральной и Южной Америки. В этих регионах происходит 70% всех случаев смерти от рака. (1)

- По прогнозам, число случаев заболевания от рака будет продолжать расти от 14 миллионов в 2012 году до 22 миллионов в следующие десятилетия. (1)

---

Рак — это общее обозначение большой группы болезней, которые могут поражать любую часть тела. Используются также такие термины, как злокачественные опухоли и новообразования. Характерным признаком рака является быстрое образование аномальных клеток, прорастающих за пределы своих обычных границ и способных проникать в близлежащие части тела и распространяться в другие органы. Этот процесс называется метастазом. Метастазы являются основной причиной смерти от рака.

### **Проблема**

Рак является одной из основных причин смерти в мире – в 2012 году произошло 8,2 миллиона случаев смерти от рака. Основными типами рака являются:

- рак легких – 1,59 миллиона случаев смерти;
- рак печени – 745 000 случаев смерти;
- рак желудка – 723 000 случаев смерти;
- рак толстого кишечника – 694 000 случаев смерти;
- рак молочной железы – 521 000 случаев смерти;
- рак пищевода – 400 000 случаев смерти (1).

### **Что вызывает рак?**

Рак развивается из одной единственной клетки. Превращение нормальной клетки в опухолевую происходит в ходе многоэтапного процесса, обычно представляющего развитие предракового состояния в злокачественные опухоли. Эти изменения происходят в результате взаимодействия между генетическими факторами человека и тремя категориями внешних факторов, включающих:

- физические канцерогены, такие как ультрафиолетовое и ионизирующее излучение;

- химические канцерогены, такие как асбест, компоненты табачного дыма, афлатоксины (загрязнители пищевых продуктов) и мышьяк (загрязнитель питьевой воды);
- биологические канцерогены, такие как инфекции, вызываемые некоторыми вирусами, бактериями или паразитами.

ВОЗ через свое агентство по исследованию рака, МАИР, ведет классификацию канцерогенных факторов – Classification of cancer causing agents.

Старение является еще одним основополагающим фактором развития рака. С возрастом заболеваемость раком резко возрастает, вероятнее всего, из-за накопленных с возрастом рисков развития некоторых раковых заболеваний. Общее накопление рисков усугубляется тенденцией к снижению эффективности механизмов обновления клеток по мере старения человека.

### **Факторы риска развития раковых заболеваний**

Употребление табака, употребление алкоголя, нездоровое питание и отсутствие физической активности являются основными факторами риска развития рака в мире. Факторами риска развития рака являются некоторые хронические инфекции, особенно в странах с низким и средним уровнем дохода.

Вирус гепатита В (HBV), вирус гепатита С (HCV) и некоторые типы вируса папилломы человека (ВПЧ) повышают риск развития рака печени и шейки матки соответственно. ВИЧ-инфекция значительно повышает риск развития рака, например рака шейки матки.

### **Как можно уменьшить бремя рака?**

Накоплены обширные знания о причинах развития рака и мерах профилактики и ведения этой болезни. Бремя рака можно уменьшить и контролировать путем проведения основанных на фактических данных стратегий по профилактике рака, раннему выявлению рака и ведению

онкологических пациентов. При многих видах рака существует высокий шанс излечения в случае их раннего выявления и надлежащего лечения.

### **Изменение и предотвращение факторов риска**

Более 30% случаев смерти от рака можно предотвратить путем предотвращения или изменения основных факторов риска, которые включают:

- употребление табака;
- излишний вес или ожирение;
- нездоровое питание при употреблении в пищу недостаточного количества фруктов и овощей;
- отсутствие физической активности;
- употребление алкоголя;
- инфекцию HBV;
- ионизирующее и неионизирующее излучение;
- загрязнение воздуха в городах;
- задымленность помещений в результате использования в домах твердых видов топлива.

Употребление табака является самым значительным отдельным фактором риска развития рака, который приводит к более чем 20% глобальных случаев смерти от рака и примерно 70% глобальных случаев смерти от рака легких. Во многих странах с низким уровнем дохода до 20% случаев смерти от рака происходит в результате инфекции HBV и HPV.

### **Стратегии профилактики**

- избегать факторов риска, перечисленных выше;
- проводить вакцинацию против инфекций, вызываемых вирусом папилломы человека (HPV) и вирусом гепатита В (HBV);
- контролировать вредные и опасные факторы на месте работы;
- уменьшать воздействие неионизирующего излучения солнечного света (UV).

- уменьшать воздействие ионизирующего излучения (на рабочих местах или в процессе медицинской диагностической визуализации).

### **Раннее выявление**

При раннем выявлении и лечении рака смертность от этой болезни можно уменьшить. Существует два способа раннего выявления рака.

### **Раннее диагностирование**

Осведомленность о ранних признаках и симптомах (для таких типов рака, как рак кожи, шейки матки, молочной железы, прямой кишки или полости рта) позволяет обращаться для диагностики и лечения на ранних стадиях. Раннее диагностирование особенно важно там, где отсутствуют эффективные методы скрининга или не проводятся мероприятия по скринингу и лечению, например, во многих странах с ограниченными ресурсами. При отсутствии каких-либо мероприятий по раннему выявлению или скринингу и лечению заболевания пациентов диагностируются на очень поздних стадиях, когда радикальное лечение уже не может помочь.

### **Скрининг**

Под скринингом понимается систематическое проведение тестов в бессимптомных популяциях. Его целью является выявление людей с нарушениями, позволяющими предполагать какие-либо определенные раковые заболевания или предрак, и быстрое направление таких людей для диагностирования и лечения. Программы скрининга особенно эффективны для часто встречающихся типов рака, в отношении которых существуют эффективные по стоимости, недорогие, приемлемые и доступные для большинства населения, подвергающегося риску, скрининг-тесты.

Примеры методов скрининга:

- визуальная проверка с применением уксусной кислоты (VIA) с целью выявления рака шейки матки в условиях с ограниченными ресурсами;
- тестирование на ВПЧ для выявления рака шейки матки;
- ПАП-тест на рак шейки матки в странах со средним и высоким уровнем дохода;

- маммография для выявления рака молочной железы в странах с высоким уровнем дохода.

### **Лечение**

Правильно поставленный диагноз рака важен для назначения надлежащего и эффективного лечения, так как для каждого типа рака требуется особая схема лечения, охватывающая один или более методов, таких как хирургическое вмешательство и/или радиотерапия и/или химиотерапия. Основной целью является излечение рака или значительное продление жизни. Улучшение качества жизни пациента также является важной целью. Это может быть достигнуто благодаря поддерживающей терапии или паллиативной помощи и психологической поддержке.

### **Лечение раковых заболеваний, выявляемых на ранних стадиях**

Некоторые из самых распространенных типов рака, такие как рак молочной железы, рак шейки матки, рак полости рта и рак толстого кишечника, имеют более высокие показатели эффективности лечения при условии их раннего выявления и лечения в соответствии с наилучшими практическими методиками.

### **Лечение других потенциально излечиваемых раковых заболеваний**

Некоторые типы рака, даже такие диссеминированные, как лейкемия и лимфомы у детей и семинома яичка, имеют высокие показатели эффективности лечения при обеспечении надлежащего лечения.

### **Паллиативная помощь**

Паллиативная помощь — это лечение, направленное, в основном, на облегчение симптомов, вызываемых раком, а не на излечение. Паллиативная помощь может способствовать более комфортабельной жизни людей; это неотложная гуманитарная потребность всех людей в мире, страдающих от рака и других хронических смертельных болезней. Она особенно необходима в местах с высокой долей пациентов с запущенными стадиями болезни и с низкой вероятностью излечения.

При оказании паллиативной помощи можно обеспечить облегчение физических, психосоциальных и духовных проблем более чем у 90% пациентов с запущенными стадиями рака.

### **Стратегии паллиативной помощи**

Для облегчения боли и оказания паллиативной помощи пациентам и их семьям в условиях ограниченных ресурсов необходимы эффективные стратегии общественного здравоохранения, включающие уход на уровне отдельных сообществ и в домашних условиях.

Для лечения умеренных и сильных болей, от которых страдает более 80% онкологических пациентов в терминальной стадии болезни, необходим улучшенный доступ к пероральному морфину.



**Всемирный  
день борьбы  
с раковыми  
заболеваниями  
2015**

**Выбор здорового  
образа жизни**

*Это нам под силу*

*Присоединяйтесь к нам 4 февраля  
[worldcancerday.org](http://worldcancerday.org)*



## **2. Профилактика рака**

***По меньшей мере, одна треть всех случаев заболевания раком предотвратима. Профилактика предлагает самую эффективную по стоимости долгосрочную стратегию для борьбы с раком.***

### ***Табак***

Употребление табака является отдельным самым значительным предотвратимым фактором риска смерти от рака в мире и ежегодно приводит предположительно к 22% случаев смерти от рака. В 2004 г. в результате употребления табака произошло 1,6 миллиона из 7,4 миллиона случаев смерти от рака.

Курение табака приводит к развитию многих типов рака, включая рак легких, пищевода, гортани, ротовой полости, горла, почек, мочевого пузыря, поджелудочной железы, желудка и шейки матки. Около 70% бремени рака легких может быть обусловлено одним лишь курением. Доказано, что вторичный табачный дым, известный также как табачный дым в окружающей среде, вызывает рак легких у некурящих взрослых людей. Бездымный табак (называемый также оральным табаком, жевательным табаком или нюхательным табаком) приводит к развитию рака пищевода и поджелудочной железы.

***Отсутствие физической активности, факторы, связанные с питанием, ожирение и излишний вес***

Изменение питания является еще одним важным подходом к борьбе с раком. Существует связь между излишним весом и ожирением и многими типами рака, такими как рак пищевода, ободочной и прямой кишки, молочной железы, слизистой оболочки матки и почек. Употребление в пищу в больших количествах фруктов и овощей может иметь защитный эффект от многих раковых заболеваний. И наоборот, чрезмерное употребление в пищу красного мяса и мясных консервов может быть связано с повышенным

риском развития колоректального рака. Кроме того, здоровое питание, способствующее профилактике раковых заболеваний, обусловленных питанием, снижает риск развития сердечно-сосудистых заболеваний.

Регулярная физическая активность и поддержание здорового веса тела наряду со здоровым питанием значительно снижают риск развития рака. Необходимо осуществлять национальную политику и программы для повышения осведомленности и уменьшения воздействия факторов риска развития рака, а также для обеспечения людей информацией и поддержкой, необходимых для принятия здорового образа жизни.

### ***Употребление алкоголя***

Употребление алкоголя является фактором риска развития многих типов рака, включая рак полости рта, глотки, гортани, пищевода, печени, ободочной и прямой кишки и молочной железы. Риск развития рака напрямую зависит от количества употребляемого алкоголя. Риск развития некоторых типов рака (например, рака полости рта, глотки, гортани и пищевода) у людей, употребляющих алкоголь в больших объемах, значительно возрастает, если при этом они являются заядлыми курильщиками. Доли конкретных типов рака, обусловленных алкоголем, варьируются между мужчинами и женщинами, что, в основном, связано с различиями в средних уровнях потребления. Так, например, бремя раковых заболеваний полости рта и ротовой части глотки, обусловленных алкоголем, составляет у мужчин 22%, а у женщин - 9%. Такая же разница между полами существует и в отношении раковых заболеваний пищевода и печени (Rehm et al., 2004).

### ***Инфекции***

Инфекционные агенты приводят почти к 22% случаев смерти от рака в развивающемся мире и к 6% - в промышленно-развитых странах. Вирусный гепатит В и С приводит к развитию рака печени; вирус папилломы человека - к развитию рака шейки матки; бактерия *Helicobacter pylori* повышает риск развития рака желудка. В некоторых странах паразитарная инфекция

шистосомоз повышает риск развития рака мочевого пузыря, а в других странах печеночная двуустка повышает риск развития холангиокарциномы желчных протоков. Профилактические меры включают вакцинацию и профилактику инфекционных и паразитарных заболеваний.

### ***Загрязнение окружающей среды***

Загрязнение воздуха, воды и почвы канцерогенными химическими веществами приводит к 1-4% всех раковых заболеваний (МАИР/ВОЗ, 2003 г.). Канцерогенные химические вещества в окружающей среде могут воздействовать через питьевую воду или загрязненный воздух внутри помещений и атмосферный воздух. В Бангладеш 5-10% всех случаев смерти от рака в районе, загрязненном мышьяком, были обусловлены воздействием мышьяка (Smith, Lingas & Rahman, 2000). Канцерогенные вещества оказывают воздействие также и через пищевые продукты, загрязненные такими химическими веществами, как афлатоксины или диоксины. Загрязнение воздуха внутри помещений в результате сжигания в печах угля удваивает риск развития рака легких, особенно среди некурящих женщин (Smith, Mehta & Feuz, 2004). Во всем мире воздух внутри помещений, загрязненный в результате сжигания угля в домашних печах, приводит примерно к 1,5% всех случаев смерти от рака легких. Использование угля в домашнем хозяйстве особенно широко распространено в Азии.

### ***Канцерогены, связанные с профессиональной деятельностью***

Более 40 веществ, смесей и обстоятельств воздействия на рабочих местах являются канцерогенными по отношению к людям и входят в категорию канцерогенов, связанных с профессиональной деятельностью (Siemiatycki et al., 2004). Тот факт, что эти канцерогены имеют причинную связь с раком легких, мочевого пузыря, гортани и кожи, а также с лейкемией и раком носоглотки, убедительным образом подтвержден документально. Мезотелиома (рак плевры или грудной полости) в значительной мере обусловлена воздействием асбеста, связанным с профессиональной деятельностью.

Профессиональные раковые заболевания сконцентрированы среди конкретных групп работающего населения, для которых риск развития определенной формы рака может быть значительно выше, чем для общего населения. Около 20-30% мужского и 5-20% женского населения в трудоспособном возрасте (люди в возрасте 15-64 лет) могут подвергаться воздействию легочных канцерогенов на протяжении своей рабочей жизни, что приводит примерно к 10% всех раковых заболеваний легких в мире. Около 2% случаев лейкемии в мире обусловлены воздействием на рабочих местах.

### ***Излучение***

Ионизирующее излучение оказывает на людей канцерогенное воздействие. Знания о рисках, связанных с излучением, были получены, в основном, в результате эпидемиологических исследований с участием жителей Японии, выживших после атомных взрывов, а также исследований групп населения, подвергающихся воздействию излучения в медицинских целях и в связи с профессиональной деятельностью. Ионизирующее излучение может приводить к развитию лейкемии и к образованию ряда плотных опухолей, представляя более высокий риск для молодых людей. По оценкам, воздействие в местах проживания газа радона, содержащегося в почве и строительных материалах, вызывает от 3 до 14% всех раковых заболеваний легких. Это вторая по значимости после табачного дыма причина развития рака легких. Уровни содержания радона в домах можно уменьшить путем улучшения вентиляции и герметичности полов и стен. Ионизирующее излучение является важным диагностическим и терапевтическим инструментом. Радиологические медицинские процедуры должны назначаться в соответствующих случаях и проводиться надлежащим образом для обеспечения того, чтобы преимущества излучения превышали связанные с ним потенциальные риски с тем, чтобы уменьшить дозы излучения, не вызванные необходимостью, особенно среди детей.

Ультрафиолетовое (УФ) излучение и, в частности, солнечное излучение является канцерогенным для человека, вызывая все основные типы рака кожи, такие как базальноклеточная карцинома (БКК), плоскоклеточная карцинома (ПКК) и меланома. В глобальных масштабах в 2000 году было диагностировано более 200 000 случаев меланомы и произошло 65 000 связанных с меланомой случаев смерти. Использование солнцезащитных средств и защитной одежды, позволяющее избежать чрезмерного воздействия, является эффективной профилактической мерой. Испускающие УФ устройства для искусственного загара в настоящее время также классифицируются как канцерогенные для людей на основе их связи с раковыми заболеваниями кожи и с меланомой глаз.



**Всемирный  
день борьбы  
с раковыми  
заболеваниями  
2015**

**Ранняя диагностика**

*Это нам под силу*

*Присоединяйтесь к нам 4 февраля*

[worldcancerday.org](http://worldcancerday.org)

### **3. Скрининг и раннее выявление рака**

#### ***Раннее выявление рака***

Раннее выявление рака значительно повышает шансы для успешного лечения. Раннее выявление рака состоит из двух основных компонентов – это образование для содействия раннему диагностированию и скрининг.

Распознавание возможных признаков рака и принятие незамедлительных мер способствует раннему диагностированию. Повышенная осведомленность в отношении возможных признаков рака среди врачей, медсестер и других поставщиков медицинских услуг, а также среди общего населения может иметь большое значение. Некоторые ранние признаки рака включают припухлости, незаживающие язвы, аномальные кровотечения, устойчивые расстройства пищеварения и хроническую хрипоту. Раннее диагностирование особенно важно в случае раковых заболеваний молочной железы, шейки матки, полости рта, гортани, толстой и прямой кишки, а также кожи.

#### ***Скрининг***

Скрининг подразумевает использование простых тестов среди здорового населения для выявления людей, у которых болезнь уже развилась, но симптомы еще не проявляются. Примеры включают скрининг на рак молочной железы с использованием маммографии и скрининг на рак шейки матки с использованием методов цитологического скрининга, включая мазки из шейки матки по Папаниколау. Программы скрининга следует проводить лишь при наличии следующих условий: эффективность программ продемонстрирована, ресурсы (персонал, оборудование и др.) достаточны для охвата практически всей целевой группы, имеются средства и оборудование для подтверждения диагноза, лечения и последующего наблюдения за людьми с аномальными результатами, и болезнь довольно широко распространена, что оправдывает усилия и стоимость скрининга.

На основе имеющихся данных проведение массового скрининга населения может быть рекомендовано лишь в отношении рака молочной

железы и шейки матки с использованием маммографии и цитологии в странах, имеющих ресурсы для широкого охвата населения. В настоящее время проводится ряд исследований, оценивающих низкочастотные подходы к скринингу, которые можно осуществлять и поддерживать в условиях недостаточных ресурсов. Так, например, в ближайшем будущем эффективным методом скрининга на рак шейки матки может стать визуальная проверка с использованием уксусной кислоты. Необходимы дополнительные исследования для оценки альтернативных по отношению к маммографии низкочастотных методов скрининга, таких как клиническое обследование молочных желез.





**Всемирный  
день борьбы  
с раковыми  
заболеваниями  
2015**

**Лечение для всех**

*Это нам под силу*

*Присоединяйтесь к нам 4 февраля*  
[worldcancerday.org](http://worldcancerday.org)

## 4. Лечение рака

### *Программы по лечению рака*

Основными целями программ по диагностированию и лечению рака являются излечение или значительное продление жизни пациентов и обеспечение наилучшего возможного качества жизни для людей, перенесших рак.

Наиболее эффективными и действенными программами лечения являются программы, которые а) обеспечивают устойчивость и справедливость; б) связаны с ранним выявлением и с) придерживаются основанных на фактических данных стандартов ухода и применяют многодисциплинарный подход.

Такие программы обеспечивают также надлежащую терапию пациентов с типами рака, в случае которых, несмотря на невозможность раннего выявления, имеются большие потенциальные возможности для излечения пациентов (например, метастатическая семинома и острая лимфатическая лейкемия у детей) или хорошие шансы для значительного продления их жизни (например, рак молочной железы и запущенные лимфомы).

### *Диагностирование*

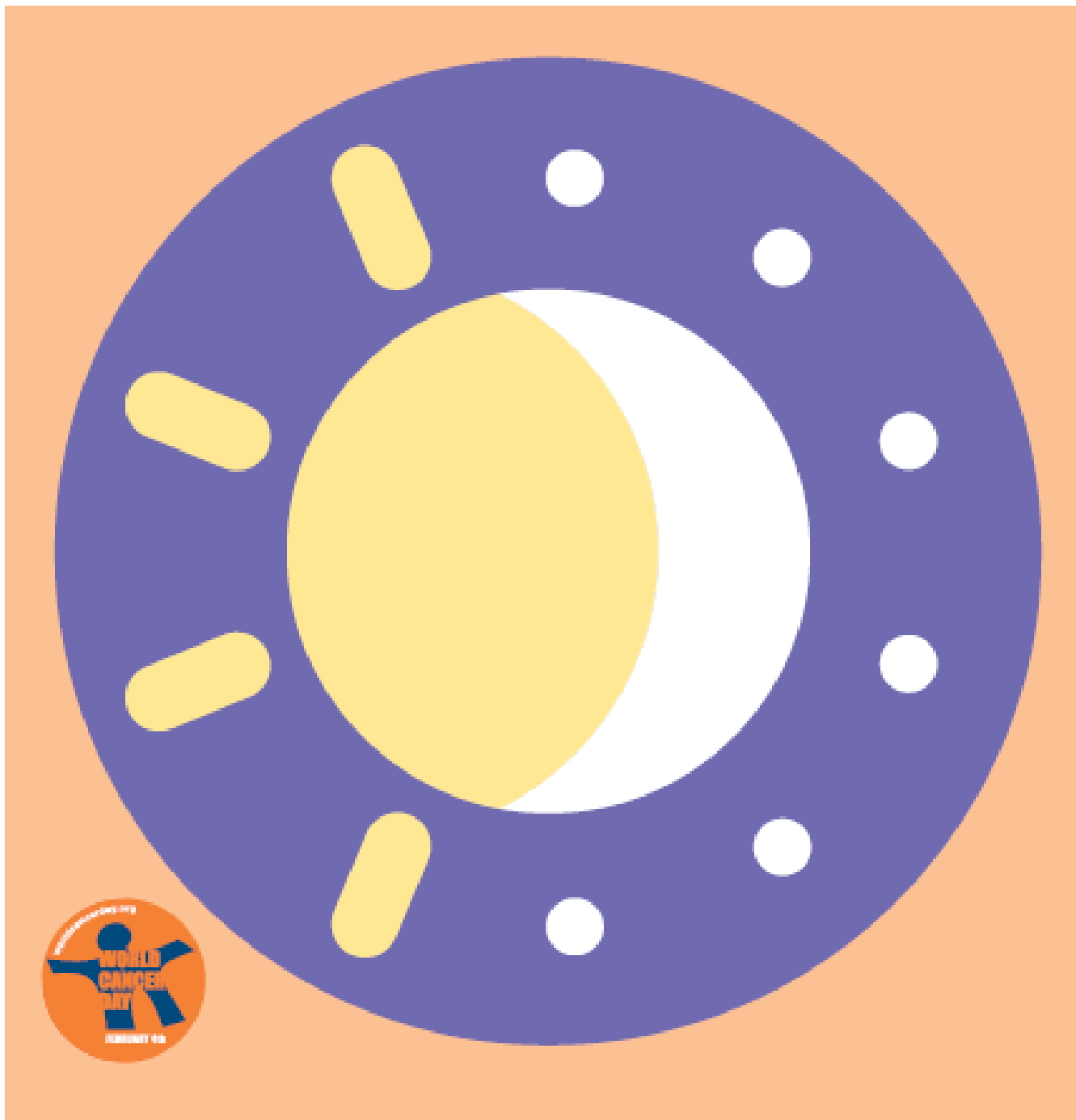
Первым решающим шагом в ведении рака является постановка диагноза на основе медико-патологического исследования. Необходимо проведение ряда тестов для определения степени распространения опухоли. Для определения стадии часто требуются значительные ресурсы, которые могут быть непомерно высоки в условиях стран с ограниченными ресурсами. Из-за позднего диагностирования, являющегося результатом плохого доступа к медицинской помощи, большинство пациентов в таких странах имеют запущенную болезнь.

После того, как поставлен диагноз и, по возможности, определена степень распространения опухоли, должно быть принято решение в

отношении наиболее эффективного лечения рака в данных социально-экономических условиях.

### ***Основные методы лечения***

Для этого необходим внимательный подход к выбору одного или нескольких основных методов лечения, таких как хирургия, радиотерапия и системная терапия. Этот выбор должен быть основан на фактических данных о наилучшем существующем лечении в условиях имеющихся ресурсов. Одна лишь хирургия, а иногда одно лишь облучение высоко эффективно лишь при условии, если опухоль является локализованной и небольшой по размеру. Одна лишь химиотерапия может быть эффективной только в случае некоторых раковых заболеваний, таких как гематологические новообразования (лейкемии и лимфомы), которые, как правило, могут считаться широко распространенными с самого начала. Для проведения комбинированной терапии необходимо тесное сотрудничество среди всех членов бригады по лечению рака.



**Всемирный  
день борьбы  
с раковыми  
заболеваниями  
2015**

**Качество жизни**

*Это нам под силу*

*Присоединяйтесь к нам 4 февраля*

[worldcancerday.org](http://worldcancerday.org)

## 5. Паллиативная помощь

*Паллиативная помощь является одной из основных составных частей борьбы с раком и может быть обеспечена относительно просто и недорого.*

Паллиативная помощь для детей представляет особую область, хоть и тесно связанную с паллиативной помощью для взрослых. Паллиативная помощь для детей – это активный и полный уход за телом, разумом и состоянием духа ребенка, а также поддержка семьи. Она начинается с момента диагностирования болезни и продолжается, несмотря на то, получает ли ребенок лечение, направленное против болезни, или нет. Провайдеры медицинских услуг должны оценивать и облегчать физические, психологические и социальные страдания ребенка. Для оказания эффективной паллиативной помощи требуется широкий междисциплинарный подход, охватывающий семью и использующий имеющиеся в конкретном сообществе ресурсы; такую помощь можно успешно оказывать даже в условиях ограниченных ресурсов. Паллиативную помощь можно обеспечивать в учреждениях третичного уровня, в центрах здравоохранения на уровне отдельных сообществ и даже в домашних условиях.

Паллиативная помощь улучшает качество жизни пациентов и их семей, которые сталкиваются с болезнью, представляющей угрозу для жизни, путем облегчения боли и симптомов, оказания духовной и психосоциальной поддержки с момента диагностирования и до конца жизни или потери близкого человека.

Паллиативная помощь:

- обеспечивает облегчение боли и других симптомов, причиняющих страдания;
- утверждает жизнь и относится к умиранию как к естественному процессу;

- не стремится ни ускорить, ни отдалить наступление смерти;
- включает психологические и духовные аспекты помощи пациентам;
- предлагает систему поддержки, помогающую пациентам жить по возможности активно до наступления смерти;
- предлагает систему поддержки близким пациента во время его болезни, а также в период тяжелой утраты;
- использует бригадный подход для удовлетворения потребностей пациентов, в том числе, при необходимости, в период тяжелой утраты;
- улучшает качество жизни и может также оказывать положительно влияние на течение болезни;
- применима на ранних стадиях болезни в сочетании с другими видами терапии, предназначенными для продления жизни, такими как химиотерапия или радиотерапия, и включает проведение исследований, необходимых для лучшего понимания и ведения причиняющих страдания клинических осложнений.

В большей части мира у большинства онкологических пациентов на момент первого обследования у медицинского специалиста выявляются поздние стадии рака. Единственным реалистичным вариантом лечения для них является облегчение боли и паллиативная помощь. Для улучшения качества жизни онкологических пациентов имеются эффективные подходы к паллиативной помощи.

"Лестница" ВОЗ для облегчения боли при раковых заболеваниях представляет собой недорогой, но эффективный метод облегчения боли примерно для 90% онкологических пациентов.

### ***Облегчение боли при раковых заболеваниях***

"Облегчение боли при раковых заболеваниях" - это публикации программы Всемирной организации здравоохранения по глобальной коммуникации в целях улучшения борьбы с болью при раковых заболеваниях, а также паллиативной помощи и симптоматической терапии.

Программа "Облегчение боли при раковых заболеваниях" предназначена для предоставления всемирной многодисциплинарной аудитории специалистов здравоохранения и органов государственного управления соответствующей информации и новостей о разработках в области клинической медицины, образования и политики.



**Всемирный  
день борьбы  
с раковыми  
заболеваниями  
2015**

*Это нам под силу*



*Присоединяйтесь к  
нам 4 февраля*  
[worldcancerday.org](http://worldcancerday.org)