

4 февраля — Всемирный день борьбы с раком.



Цель этого всемирного дня – повышение осведомленности населения о раке, как об одном из самых тяжелых заболеваний современной цивилизации, привлечение внимания к предотвращению, выявлению и лечению этого заболевания.

Ежегодно Всемирный день борьбы с онкологией имеет свою тему и лозунг. 4 февраля Международным союзом по борьбе с онкологическими заболеваниями (UICC) провозглашен Всемирный день борьбы против рака. По данным ВОЗ, ежегодно диагностируется около 14 млн. случаев рака. К 2030 г. этот показатель может вырасти до 21 млн. Рак становится причиной практически каждой 6-й смерти в мире. У мужчин чаще всего встречается 5 видов рака (в порядке убывания): рак легких, печени, желудка, ободочной и прямой кишки, предстательной железы. У женщин – рак молочной железы, легких, ободочной и прямой кишки, шейки матки, желудка. Одинаково частым для всех является рак кожи. Такие виды рака, имеющие значимость для общественного здравоохранения, как рак молочной железы, рак шейки матки и рак толстой и прямой кишки, излечимы в случае их раннего выявления и надлежащего лечения.

В детской онкологии большинство диагнозов связаны со злокачественными заболеваниями крови и лимфатической системы. Одна из основных причин тяжелого течения онкологического заболевания является поздняя диагностика вследствие несвоевременного обращения за квалифицированной медицинской помощью и нерегулярного прохождения профилактических осмотров и диспансеризации. Женщинам необходимо самостоятельно следить за молочными железами (проводить самообследование), регулярно посещать гинеколога, мужчинам регулярно проходить обследование у врача-уролога.

Необходимо знать, что в настоящее время возможно существенно снизить риск развития раковых заболеваний. Согласно рекомендациям ВОЗ этого можно добиться, соблюдая следующие правила:

1. Отказаться от курения и злоупотребления алкоголем.

Курение приводит к развитию рака примерно в 1/4 от всех зафиксированных случаев. При курении риск развития у рака легких, рака почек, пищевода, гортани, желудка и так далее, возрастает для курящего на 25%. При злоупотреблении алкоголем, риск развития онкологических заболеваний возрастает еще примерно на 9%.

2. Вести здоровый образ жизни.

Физическая активность и правильное питание – действительно залог здоровья. Многие овощи и фрукты содержат вещества, защищающие от различных видов рака. Например, соевые бобы, помидоры, гранаты, яблоки, капуста и т.д. И наоборот – мясо, жирная и острая пища увеличивает риск развития злокачественных новообразований, особенно ЖКТ, примерно на 10%. Рекомендуется ежедневно уделять интенсивным физическим нагрузкам не менее получаса и питаться так, чтобы овощи и фрукты составляли не менее трети от вашего ежедневного рациона.

3. Избегать инфекционных заболеваний.

Такие виды инфекций, как вирусные гепатиты В и С провоцируют развитие рака печени, бактерия *Helicobacter pylori* – рака желудка, ВПЧ (папилломавирус) – рака шейки матки, и так далее. Своевременная вакцинация может предотвратить рак в более чем 20% случаев.

4. Ультрафиолетовое излучение.

Избыток солнечной инсоляции приводит к различным типам рака кожи, поэтому очень важно защищаться от солнца доступными средствами, такими как, средства от загара, головные уборы и так далее, и избегать проводить много времени на открытом солнце в жаркие дни и часы.

5. Профилактические обследования.

При обнаружении предраковых заболеваний или рака на ранних стадиях справиться с болезнью гораздо легче.

Поэтому лицам, находящимся в группе риска, необходимо регулярно проходить профилактические обследования.

В группу риска входят лица:

- с повышенным риском развития онкологии согласно одному из выше указанных пяти пунктов;
- обоих полов в возрасте старше 45 лет;
- лица уже перенесшие онкологические заболевания в прошлом;
- лица, ближайшие родственники которых перенесли рак или болеют раком в текущий период.

Соблюдение всех вышеуказанных рекомендаций может существенно снизить риск развития любых видов рака и помочь обнаружить заболевание на ранних стадиях развития.

Источник: <https://bmcudp.kz/ru/patients/prevention/hls-center-news/4-fevralya-vseмирnyy-den-borby-s-rakom.html>

Где и как проводятся скрининги?

Все жители города могут пройти медосмотр в прикрепленных городских поликлиниках. Скрининговые осмотры проводятся медицинскими работниками бесплатно согласно составленного списка лиц, подлежащих скрининговым осмотрам. Определяется необходимый объем осмотра и обследования, при выявлении патологии после проведения профилактического осмотра пациенты направляются на дообследование и консультацию профильным специалистам.

По итогам профилактического осмотра врачом педиатром, подростковым врачом, врачом терапевтом проводится комплексная оценка состояния здоровья детей и взрослых, определяются мероприятия по диспансерное наблюдение и по оздоровлению. Очень

важно любое заболевание выявлять на ранних стадиях для того чтобы начать своевременное лечение.

Для проведения профилактических осмотров работают кабинеты доврачебного приема, мужской и женский смотровые кабинеты.

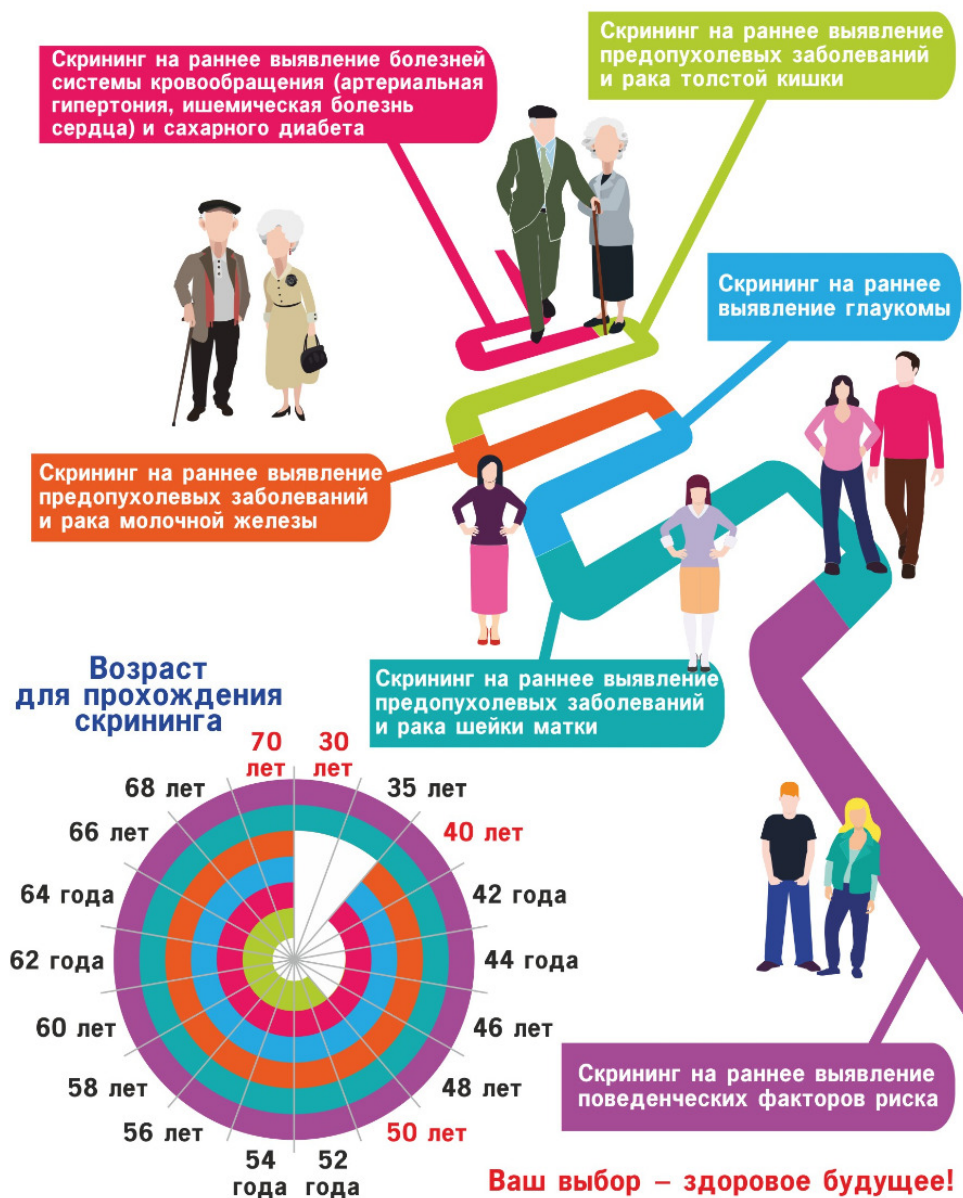
С целью проведения пропаганды здорового образа жизни среди населения, направления своей деятельности с акцентом на профилактику заболеваний путем выявления заболеваний на ранних стадиях, работы с группами риска, повышения эффективности скрининговых программ, для проведения качественной диспансеризации организована работа школы сахарного диабета, школы артериальной гипертензии, отделение медицинской реабилитации, кабинет диспансеризации и профосмотров.

В Казахстане скрининг входит в перечень Гарантированного объема бесплатной медицинской помощи. Каждый гражданин Республики Казахстан должен пройти ежегодный профилактический медицинский осмотр.

СКРИНИНГОВЫЕ ОСМОТРЫ В КАЗАХСТАНЕ



НЦОЗ МЗ РК



Вирус папилломы человека: пути передачи и профилактика

Что такое ВПЧ?

ВПЧ (вирус папилломы человека) - это вирус, инфицирующий кожу и слизистые оболочки разных органов (например, шейки матки или аногенитальной области). В некоторых случаях инфекция приводит к появлению папиллом

(бородавчатых разрастаний).

Во всем мире ВПЧ инфекция является наиболее распространенной инфекцией. Каждый человек имеет 80% вероятности инфицироваться ВПЧ, т.е. приблизительно 8 из 10 мужчин и женщин будут инфицированы одним или несколькими типами ВПЧ, в какой-то момент своей жизни. Самая высокая распространенность ВПЧ-инфекции наблюдаются у мужчин и женщин в возрасте до 25 лет.

Существует более 200 типов ВПЧ. Каждый тип имеет свой номер (присваивается в том порядке, в котором он был обнаружен).

Не менее 14 типов ВПЧ, известные как типы высокого онкогенного риска, передаются через слизистую и могут вызывать рак шейки матки и другие виды рака.

Папилломавирусы обладают высокой тканеспецифичностью и инфицируют клетки как кожного, так и слизистого эпителия. Типы ВПЧ низкого онкогенного риска могут, приводить к образованию обычных бородавок, подошвенных бородавок (бородавок на подошве стопы), генитальных бородавок или, в редких случаях, к папилломатозным разрастаниям в дыхательных путях (которые вызывают голосовые расстройства и называются рецидивирующим респираторным папилломатозом или РРП).

Разные типы ВПЧ поражают разные части тела и могут приводить к различным заболеваниям, включая рак, генитальные бородавки или заболевания дыхательной системы.

Большинство инфекций, вызванных ВПЧ любого типа, протекают бессимптомно и самостоятельно элиминируются в течение 12-24 месяцев.

Однако, по крайней мере, в 1 из 10 случаев инфицирования типами ВПЧ высокого онкогенного риска, инфекция может персистировать и переходить в хроническую форму. Имеется вероятность дальнейшего развития предраковых изменений. Если подобные изменения обнаруживают в шейке матки, их также называют цервикальной интраэпителиальной неоплазией (CIN). Если предраковые изменения не выявлены и не пролечены, то они могут прогрессировать в рак. Обычно этот процесс занимает 15-20 лет.

Как распространяется ВПЧ?

ВПЧ передается от зараженного человека через прямой контакт с инфицированной кожей, слизистыми оболочками или жидкостями организма. Вирус ВПЧ от человека к человеку передается следующими путями:

1) контактно-бытовым способом.

ВПЧ может передаваться через рукопожатие, поцелуй, через повреждения на коже. Вирус быстро распространяется во влажной среде, поэтому стоит вести себя аккуратно при посещении общественных мест - саун бань, спортзалов, туалетов, бассейнов.

2) половым путем

Онкогенные типы вирусов при передаче половым путем вызывают остроконечные бородавки, которые располагаются на гениталиях.

5) вертикальным путем при рождении.

Вирус передается от матери к ребенку во время его прохождения через родовые пути. Бородавки часто появляются у малышей в первые годы жизни во рту или на коже

4) путем самозаражения.

Часто во время бритья или эпиляции ВПЧ переносится с одного участка тела на другой.

Профилактика ВПЧ

ВПЧ-инфекция является наиболее распространенной инфекцией, передающейся контактно-бытовым, половым вертикальным путем. Каждый человек имеет 80% вероятности инфицироваться ВПЧ, т.е.: приблизительно 8 из 10 мужчин и женщин будут инфицированы одним или несколькими типами ВПЧ, в какой-то момент своей жизни. Вакцинация против ВПЧ снижает риск развития рака шейки матки.

Активные вещества четырехвалентной вакцины согласно инструкции к препарату рекомбинантные антигены: L 1-белок вируса папилломы человека в следующих соотношениях: тип 6 (20 мкг), тип 11 (40 мкг), тип 16 (40 мкг), тип 18 (20 мкг),

Антигены - отдельные белки вируса, которые поглощаются макрофагами и дендритными клетками непосредственно в месте инъекции, в результате чего и формируется иммунитет к вирусу. Вакцина инактивирована, поэтому она не содержит живой вирус и не может вызвать рак по биологическим причинам. В состав вакцины не входят ни раковые клетки, ни цельный вирус папилломы человека.

Зачем делать прививку от ВПЧ?

Вакцинация защищает от типов ВПЧ высокого онкогенного риска, которые могут вызывать рак.

Около 8 из 10 мужчин и женщин будут инфицированы ВПЧ в какой-то момент своей жизни. ВПЧ чаще всего встречается у молодых людей в возрасте до 25 лет.

ВПЧ вызывает почти все случаи рака шейки матки. Рак шейки матки серьезно влияет на жизнь женщин, даже если обнаружен на ранней стадии. Рак шейки матки трудно поддается лечению и может привести к летальному исходу.

Вирусы ВПЧ могут вызывать рак полового члена, ануса, головы и шеи, а также стать причиной появления генитальных бородавок.

Человек, прошедший вакцинацию в раннем возрасте (от 9 лет) защищен от большинства типов ВПЧ высокого онкогенного риска, которые могут вызвать рак. Но вакцинация не может предотвратить все случаи заболевания, поэтому скрининг на рак шейки матки все еще важен для вакцинированных и невакцинированных девушек и женщин. Наилучшую защиту от РШМ обеспечивают программы вакцинации против ВПЧ и скрининга на рак шейки матки, реализуемые в тесной связи.

Вакцинация защищает мальчиков от большинства видов рака обусловленного ВПЧ, и генитальных бородавок, что также обеспечивает защиту их половых партнеров.

Как работает вакцина против ВПЧ?

Организм реагирует на вакцину, вырабатывая антитела, которые помогают иммунной системе бороться с инфекцией ВПЧ.

Вакцины против ВПЧ эффективны на 100% в предотвращении любых будущих инфекций, вызванных типами ВПЧ, которые входят в состав

Влияют ли вакцины против ВПЧ на фертильность?

Нет. Вакцины против ВПЧ не влияют на фертильность. Наоборот, они помогают защитить здоровье и фертильность женщины.

Клинические испытания, проведенные до того, как была зарегистрирована первая вакцина против ВПЧ в 2006 году, а также мониторинг безопасности и исследования с момента ее внедрения подтвердили, что вакцина не вызывает никаких репродуктивных проблем у женщин.

На самом деле, вакцина против ВПЧ помогает защитить фертильность, предотвращая предраковые изменения шейки матки и рак шейки матки, вызванные ВПЧ. Хирургическое лечение предраковых поражений шейки матки может затруднить наступление беременности женщины, а консервативное лечение или хирургическое вмешательство во время беременности может привести к преждевременным родам и потере плода. Лечение рака шейки матки (удаление шейки матки и матки, химиотерапия и/или лучевая терапия) приводят к тому, что женщина утрачивает возможность родить детей.

Более того, исследование Австралийских ученых, включавшее женщин репродуктивного возраста, выявило положительный эффект вакцины против ВПЧ на исход беременности. Женщины, получившие вакцину против ВПЧ в подростковом возрасте имели достоверно меньшее количество осложнений беременности (задержка развития плода, преждевременные роды), чем те, кто не получил вакцину.

Источник: <https://www.gov.kz/memleket/entities/departament-kkbtu-almaty/press/news/details/838324?lang=ru>