

В России ежегодно рак лёгких уносит жизни около 27 тысяч человек. Это лидер по смертности среди всех онкологических заболеваний. Он же находится на первом месте у мужчин и третьем – у женщин, по распространенности. Этот вид рака наиболее смертелен: каждый второй пациент умирает в течение года после постановки диагноза. Высокая смертности обусловлена тем, что более 70% случаев заболевания диагностируется на поздних стадиях.

На начальной стадии рак легких хорошо поддается лечению. Почти в 80 % случаев после операции наступает стойкая ремиссия, и человек излечивается.

Проблема в том, что на начальной стадии у злокачественных опухолей в легких нет никаких симптомов. Выявить их можно только при профилактическом обследовании. Также важно соблюдать и другие меры профилактики рака, в том числе влияя на факторы его риска и его причины.

В группе риска находятся:

- курильщики,
- работники с вредными условиями труда,
- больные туберкулезом легких.

Симптомы рака легких

Начальная стадия почти бессимптомная, с течением болезни симптомы усиливаются, в поздних стадиях становятся нестерпимыми.

- Одышка и приступообразный кашель.
- Длительный изнурительный кашель с мокротой зеленоватого цвета или с кровью.
- Боль в груди, отдающая в шею, спину, плечи, которая усиливается при кашле.
- Кровохарканье с прожилками и сгустками.
- Резкая потеря веса.
- Температура 37-38 градусов С

Такие симптомы могут быть признаками заболеваний дыхательных путей: бронхита, пневмонии, туберкулеза. Поэтому при подозрениях, надо обращаться к врачу, пройти обследование. Появление сильных болей и мокроты с кровью — признаки запущенности болезни.

Насторожить должны косвенные признаки: слабость, апатия, пассивность, повышение температуры. Чтобы лечение было успешным - главное - не пропустить начальную стадию любого легочного заболевания и своевременно обратиться к врачу.

Важно помнить, что рак лёгкого является не только серьёзной медицинской, но и социальной проблемой. Общество в целом и медицина в частности настаивают на все более широком внедрении скрининговых методов раннего выявления рака легких. Своевременный скрининг способен снизить смертность на 20%!

ПРОФИЛАКТИКА РАКА ЛЕГКИХ

▶ Если вы не в группе риска:

- ❖ Не начинайте курить и старайтесь не находиться рядом с людьми которые курят.
- ❖ Укрепляйте иммунитет, вовремя лечите острые респираторные инфекции, старайтесь не допускать появления осложнений и хронических болезней лёгких.
- ❖ Регулярно проходите профилактический осмотр или диспансеризацию.
- ❖ Питайтесь правильно, контролируйте вес, старайтесь вести здоровый образ жизни и старайтесь уделять достаточно времени физической активности.

▶ Если вы курите, работаете на вредном производстве или имеете хронические болезни органов дыхания:

- ❖ Если вы курите, постарайтесь бросить. При любом стаже курения отказ от него снижает риск рака.
- ❖ Ежегодно проходите профилактическое обследование на работе или в поликлинике по месту прикрепления, делайте рентгенографию или компьютерную томографию легких (если назначит врач).
- ❖ Проконсультируйтесь с пульмонологом или онкологом, получите рекомендации, как снизить риск онкологического заболевания.

Если вы уже перенесли рак:

строго соблюдайте рекомендации лечащего врача;

регулярно проходите профилактическое обследование;

контролируйте общее состояние здоровья.