

ПАМЯТКА
для населения
о ранних симптомах злокачественных новообразований

Рак является одной из ведущих причин заболеваемости и смертности во всем мире. Ежегодно миллионы людей по всему миру заболевают раком и миллионы людей умирают от него. Однако, несмотря на широкую пропаганду, направленную на раннее выявление злокачественных новообразований, исследования ученых показывают, что большинство людей игнорируют ранние признаки рака, приписывая их менее тяжелым заболеваниям.

Настоящая памятка составлена с целью увеличения осведомленности населения о ранних симптомах злокачественных новообразований.

Симптоматика отдельных злокачественных новообразований, предрасполагающие факторы и факторы риска их развития

1.Губа:

симптоматика

- болезненное или безболезненное уплотнение, шероховатая бляшка, возвышающаяся над окружающими тканями
- сосочкового вида кровоточащая поверхность, длительно незаживающая язва с валикообразными краями, кровоточивость при контакте
- увеличение регионарных лимфоузлов

предрасполагающие факторы

- воздействие канцерогенных веществ (в т.ч. химические канцерогены табака)
- вредные привычки
- травмы красной каймы губ (кариозные зубы, прикусывание губы, острые края зубов)
- вирусные инфекции (опоясывающий лишай)

2.Органы полости рта и глотки:

симптоматика

- наличие длительно незаживающей язвы во рту
- припухлость или уплотнение щеки
- ощущение инородного тела при глотании
- затрудненные движения челюстью или языком
- онемение языка
- припухлость на шее

факторы риска

- курение ,алкоголь
- многократное травмирование слизистой оболочки полости рта, языка (кариозные зубы, острые края корней зубов, протезы и т.д.)

-вредные производственные факторы (жидкие смолы, продукты перегонки нефти)

3.Гортань

симптоматика

- першение, щекотание в горле
- осиплость голоса на протяжении 2 недель и более (без связи с инфекцией)
- охриплость или изменение тембра голоса (без связи с инфекцией)
- увеличение лимфоузлов на шее
- не проходящая боль в ухе или горле
- похудание
- затруднение дыхания

факторы риска

- папилломатоз гортани
- хронический ларингит, фарингит
- курение, особенно при сочетании со злоупотреблением алкоголя
- профессиональные вредности (древесная пыль, краски)

4.Желудок

симптоматика

- длительная изжога и тошнота
- отрыжка, рвота, приносящая облегчение
- боли в животе, могут отдавать в спину и поясницу
- стойкое снижение аппетита
- ощущение тяжести и переполнения, боли в желудке после еды
- беспричинная слабость
- быстрая утомляемость
- ухудшение общего самочувствия
- потеря веса при обычном питании
- возможна анемия

факторы риска

- хронический атрофический гастрит с кишечной метаплазией, ассоциированный с геликобактерной инфекцией
- аденоматозные полипы желудка
- хроническая язва желудка
- болезнь Менетрие
- оперированный желудок по поводу доброкачественных заболеваний более 10-15 лет назад
- рак желудка диффузного типа у родственников первой/второй степени родства

5.Пищевод

симптоматика

- ощущение прохождения пищи по пищеводу
- затруднение при глотании

- боль за грудиной
- снижение массы тела
- ухудшение общего самочувствия, слабость

факторы риска

- курение
- грыжа пищевода
- особенности питания
- пищевод Баррета

6.Бронхи, легкие

симптоматика

- длительный кашель сухой или с мокротой, изменение характера кашля
- одышка
- боль в груди
- беспричинное повышение температуры тела, в том числе небольшое
- общая слабость, похудание
- кровохаркание

факторы риска

- хронические воспалительные заболевания легких
- табакокурение
- профессиональные вредности (асбест, бериллий,, уран, родон)

7.Колоректальный рак (ободочная, прямая кишка, ректосигмоидный угол)

симптоматика

- вздутие живота
- запоры, сменяемые поносами
- анемия
- схваткообразные боли в животе
- примесь крови в кале
- анемия

- ощущение инородного тела в заднем проходе
- выделение слизи и крови при акте дефекации
- чувство неполного опорожнения прямой кишки при акте дефекации
- частые, ложные позывы на стул

факторы риска

- аденоматозный полипоз
- колоректальный рак у родственников первого колена
- возраст 50 лет и старше
- язвенный колит
- избыточное потребление жиров

8.Молочная железа

Симптоматика

- изменение формы молочной железы, её кожи и соска
- выделения из соска молочной железы
- уплотнения в молочной железе
- увеличение подмышечных лимфоузлов

факторы риска

- дисгормональная гиперплазия молочных желез
- первые роды в возрасте старше 26 лет
- позднее начало менструации (после 17 лет)
- позднее наступление менопаузы
- нерегулярность и позднее начало половой жизни
- продолжительный период кормления грудью (лактация более 1 года –2 лет)
- рождение крупных детей (4кг и более)
- повышенная масса тела женщин
- высокая заболеваемость среди родственников по материнской линии
- послеродовый мастит
- травмы молочной железы

9.Меланома кожи

симптоматика

- безболезненные уплотнения или длительно незаживающие язвы на коже
- разрастание в некоторых участках кожи в виде бородавок
- изменение цвета давно существующей родинки, появление зуда, покалывания в области родинки
- увеличение , уплотнение или кровоточивость родимого пятна
- увеличение лимфатических лимфоузлов

факторы риска

- УФ- радиация
- постоянный контакт с химическими реагентами, ионизирующей радиацией и электромагнитным излучением
- лица с иммунодефицитом
- заболевания среди родственников
- длительная травматизация пигментного невуса
- наличие пигментного невуса кожи размером 1,5 см и более визуальюно черной или темно-коричневой окраски
- наличие на коже более 50 пигментных невусов любого размера

признаки активации невуса

- быстрый рост невуса, ранее неизмененного
- появление ассиметрии или уплотнения любого участка
- появление чувства ошущения невуса,
- появление венчика гиперемии вокруг невуса
- появление трещин,выростов, кровоточивости невуса

10.Другие злокачественные опухоли кожи

симптоматика

- безболезненные уплотнения или длительно незаживающие язвы на коже

- разрастание в некоторых участках кожи в виде бородавок
- изменение цвета давно существующей родинки, появление зуда, покалывания в области родинки
- увеличение , уплотнение или кровоточивость родимого пятна, язвочки на коже
- увеличение лимфатических лимфоузлов

факторы риска

- высокая инсоляция солнечными лучами ультрафиолетового спектра
- возраст (лица старшего и преклонного возраста)
- длительное термическое воздействие
- профессиональные вредности (контакт с мышьяком, смолами, дегтем, сажей)

11.Предстательная железа

симптоматика

- учащенное мочеиспускание
- частые ночные мочеиспускания
- мочеиспускание малыми порциями
- чувство неполного опорожнения мочевого пузыря
- неприятные ощущения при мочеиспускании
- появление крови в моче
- задержка мочеиспускания
- в более поздних стадиях-резкое похудание, слабость, бледность кожи

факторы риска

- генетическая предрасположенность
- возраст старше 65 лет
- заболевания у родственника первой степени родства (отец, брат)
- особенности питания
- малоподвижный образ жизни

12. Почки

симптоматика

- боли и тяжесть в поясничной области
- появление крови в моче
- задержка мочеиспускания , неприятные ощущения при мочеиспускании
- слабость , похудание

факторы риска

- доброкачественные опухоли
- кистозные перерождения
- хронические заболевания почек
- злоупотребление болеутоляющими, содержащими фенацетин
- ожирение
- химические вещества (асбест)

13.Щитовидная железа

симптоматика

- уплотнение на шее, иногда быстро растущее
- боль в области шеи, иногда распространяющаяся на область уха
- охриплость голоса, нарушение глотания
- сухой кашель, не связанный с инфекционным заболеванием

факторы риска

- доброкачественные новообразования
- многоузловой зоб
- хронический лимфоцитарный тиреоидит
- рентгеновское или другое облучение головы и шеи, проведенное в детском или юношеском возрасте

14.Лимфатическая ткань

симптоматика

- увеличение лимфоузлов
- повышение температуры тела
- упорный кожный зуд
- обильный пот, особенно по ночам
- общая слабость
- потеря веса

факторы риска

- болезни и дисфункции иммунной системы
- первая беременность после 35 лет
- заболевание у родственников первой линии
- ВИЧ-инфекция
- активное и яркое излучение
- вещества канцерогенного типа

15.Женская половая сфера

ранняя симптоматика выявляется при обязательном ежегодном осмотре женщин в женских смотровых кабинетах поликлиники

факторы риска:

рака шейки матки

- фоновые процессы (эрозии, лейкоплакии, полипы , плоские кондиломы шейки матки)
- предраковые процессы – дисплазии (слабая, умеренная, тяжелая)

рака тела матки

- первичное бесплодие
- миома матки
- атипичная гиперплазия эндометрия
- генетическая предрасположенность
- удлинение репродуктивного периода (поздняя менопауза)
- синдром поликистозных яичников

рака яичников

- отсутствие беременности и родов

- нерациональное применение заместительной гормонотерапии
- гормональное медикаментозное лечение бесплодия
- наследственные факторы

Памятка составлена с использованием методических рекомендаций, утвержденных министерством здравоохранения России «Алгоритмы выявления онкологических заболеваний у населения Российской Федерации.

Будьте внимательны к своему здоровью, внимательно прислушивайтесь к своему организму, своевременно обращайтесь к врачу, четко и полно излагайте ему «симптомы тревоги» и помните, что большинство злокачественных новообразований на ранних стадиях излечимы.