

«Юмор – лучшее средство, присылайте мне смешные ролики», – писал сатирик Михаил Задорнов. «Не хочу, чтобы кто-то знал о моей болезни», – говорила знакомым Людмила Сенчина. «Я буду петь, несмотря ни на что», – в надежде на чудо уверял Хворостовский. У каждого из них был свой расчет на победу, и все они проиграли в смертельной схватке с раком. Вышла в свет новая книга «Правда о российской онкологии», где опубликовали шокирующие данные: «За год заболевает город, сопоставимый с Махачкалой или Владивостоком, а число умерших равно населению Якутска». **ТОЛЬКО ЗВЕЗДЫ** публикует выдержки из нового издания.



Большая звезда

РАК: НАЙТИ И ОБЕЗВРЕДИТЬ.

МИССИЯ ВЫПОЛНИМА?

Ежегодно в России заболевает 600 тысяч человек, умирает – 300 тысяч – эти данные представлены в новой книге Российского общества клинической онкологии. – Уже сейчас на протяжении жизни каждый 4-й россиянин рискует заболеть раком, а каждый 9-й погибнет от него. С учетом роста заболеваемости шанс увидеть болезнь у кого-то из «ближнего круга» приближается к 100%.

Одному лишь рака молочной железы за год умирает столько же людей, сколько гибнет во всех дорожно-транспортных происшествиях (около 23.000 в год). К сожалению, приходится признать, что проблеме онкологии уделяется несопоставимо меньше общественного внимания, чем тем же ДТП.

Почему наши клетки «сходят с ума»?

Злокачественные опухоли – избыточная и постоянно растущая масса видоизмененных клеток, вытесняющих и разрушающих нормальные органы и ткани больного. Они склонны к безудержному росту, распространению по организму (метастазированию) и без лечения практически всегда приводят к смерти. Злокачественные клетки, составляющие основу опухоли, являются результатом «трансформации» нормальных клеток организма. Это происходит под влиянием внешних факторов (канцерогенов) или «случайно» в результате ошибки при делении.

Очень часто степень влияния факторов риска не ассоциируется в общественном сознании с реальной степенью их опасности, что говорит о недостаточной эффективности информационной кампании. К примеру, курение не просто увеличивает риск развития рака

легкого (как, впрочем, и многих других опухолей) – это «взрывообразно». Если до начала массового курения рак легкого считался крайне редким заболеванием, и на поиск хотя бы сотни пациентов для научной работы врачи вынуждены были тратить годы, то в настоящее время это убийца №1. Именно благодаря отказу от курения, снижению потребления алкоголя, борьбе с избыточным весом сейчас снижается заболеваемость. Но тут все зависит не от онкологов, а от каждого конкретного человека.

Многие жизненно важные методы профилактики, ставшие рутиной и общепринятой практикой в большинстве развитых стран мира, неприменимы у нас. Так, история Анджелины Джоли, носительницы мутации в гене BRCA, предрасполагающей к раку молочной железы и яичников, привела к широкому обсуждению необходимости профилактических операций. Однако они официально не разрешены в нашей стране даже для женщин, осмысленно и добровольно выражающих свое желание на их проведение с целью снижения риска развития рака и сохранения жизни. Простой метод вакцинации против вируса папилломы человека, позволяющий надеяться в обозримом



????????????
????????????
????????????
????????????

будущем на практически полное искоренение рака шейки матки и снижение риска заболеть многими другими опухолями, стыдливо обходится вниманием. Россия – одна из немногих на европейском континенте, где до настоящего времени эта прививка не введена в национальный календарь. Хотя есть и отрадные моменты: вакцинация против гепатита В, одного из основных факторов риска развития рака печени, в календаре прививок присутствует с 2007 года.

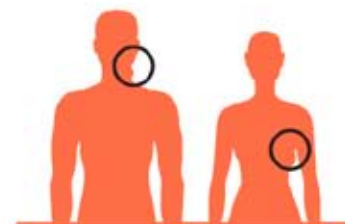
Однако, к сожалению, далеко не все виды опухолей могут быть предотвращены. Более половины возникают «спонтанно» или вызываются канцерогенами, от воздействия которых невозможно защититься (например продуктами гниения, образующимися от разложения белковых остатков пищи в толстой кишке, или при контакте с естественным радиационным фоном).

Кроме того, есть ряд на-



ОБНАРУЖИТЬ ОПУХОЛЬ РАНО И СПАСТИ ЖИЗНЬ

БЕСПРИЧИННОЕ



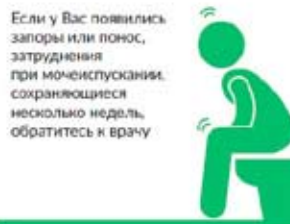
Появление припухлости, узлов, деформация на любых участках тела

ДЛИТЕЛЬНОЕ



Сохранение кашля, осиплости и изменения голоса, одышки

НЕОБЫЧНОЕ



Изменение «поведения» вашего кишечника или мочевого пузыря



Появление крови в стуле, в моче, в интервале между месячными или после их прекращения с возрастом



Ранки и повреждения, которые не заживают



Новые родинки или изменение ранее существовавших

КАНЦЕРОГЕННЫЕ ВОЗДЕЙСТВИЯ



следственных генетических заболеваний, увеличивающих риск развития злокачественных опухолей. Тот факт, что у людей, придерживающихся здорового образа жизни и не контактирующих с канцерогенами, могут возникать онкологические заболевания, а у многих заядлых курильщиков, обладателей избыточного веса и т.д. рак не развивается на протяжении всей жизни, часто приводит к ошибочному заключению о малой эффективности профилактических мер. Действительно, рак может развиваться как «невезение» у приверженцев ЗОЖ, однако им испытывает свой организм на прочность.

«Выиграть» жизнь

Универсального теста для диагностики всех видов рака не существует, многие опухоли не удается выявить в самом начале развития.

В настоящий момент существует лишь 5 видов опухолей, при которых существует эффективный скрининг: рак шейки матки (цитологическое исследование всей жизни, часто приводит к ошибочному заключению о малой эффективности профилактических мер. Действительно, рак может развиваться как «невезение» у приверженцев ЗОЖ, однако им испытывает свой организм на прочность.

последнего, включены в программу диспансеризации.

Основной трудностью при проведении скрининга в нашей стране является низкая информированность и мотивация населения. Многие люди

не понимают, что за несколько часов времени, потраченных на обследования, можно «выиграть» сохранение жизни и здоровья. Тот же рак шейки матки можно выявить рано, пройдя простой гинекологический осмотр, но на него мало кто ходит регулярно.

Будущее за химией

Современная онкология основана на трех основных методах лечения: хирургии, лучевой терапии и лекарственном лечении, которое в настоящее время включает в себя не только химиотерапию, но и ряд новых методик. Зачастую для достижения наилучшего результата пациенту одновременно или последовательно требуется применение нескольких типов противоопухолевого лечения. Хирургическое лечение и лучевая терапия действуют только местно, опухолевые клетки, находящиеся за этой границей, остаются неповрежденными. Но у опухоли могут быть метастазы, и тогда эти два метода не очень эффективны. Лекар-

ственное лечение действует системно – препарат, поступивший в кровь, достигает всех точек организма и воздействует на опухолевые клетки, где бы они ни находились. Благодаря лекарственному лечению (прежде всего химиотерапии) даже при наличии отдаленных метастазов (IV стадия) стали не просто излечимы, а излечимы с вероятностью 80–90% герминогенные опухоли яичка и яичников, многие опухоли детского возраста, лимфомы и некоторые другие онкологические заболевания.

Российские онкологи также ведут борьбу с онкологическими заболеваниями, спасая сотни тысяч жизней своих сограждан ежегодно. Однако мы лишены той общественной поддержки, помощи государства и обычных людей, какую имеют онкологи в большинстве развитых стран. В результате этого наши успехи гораздо скромнее. Мы обращаемся ко всем, кто хочет положить конец предотвратимым смертям от онкологических заболеваний в нашей стране, ко всем, кто боится за свое будущее и будущее своих родных и близких – давайте объединяться. Только вместе мы сможем создать силу, достаточную для решения этой проблемы. Скорее всего, это не произойдет в ближайшее время, но при эффективной работе большинства из нас сможет увидеть ее результаты при своей жизни.

КУДА ОБРАЩАТЬСЯ?

- **Всероссийская горячая линия психологической помощи онкологическим больным и их близким фонда «Ясное утро»** Тел. 8–800–100–01–91. Звонок бесплатный.
- **Ассоциация онкологических пациентов «Здравствуй!»** Тел. 8–800–30–10–209. Звонок бесплатный. Оказывают различную помощь пациентам в любых регионах РФ.
- **Проект «Здоровая Россия» Минздрава РФ** Бесплатная горячая линия 8–800–200–0–200. На сайте www.takzdorovo.ru можно найти много интересной информации по здоровому образу жизни и различным заболеваниям.