

Снизить риски женской онкологии.

4 февраля – Всемирный день борьбы против рака. По данным ВОЗ, в Европе смертность от рака стоит на втором месте после смертности от болезней системы кровообращения.

О проблемах, связанных с онкологией репродуктивной системы среди жительниц Кузнецка и Кузнецкого района, наш корреспондент побеседовал с заведующей женской консультацией Кузнецкой межрайонной детской больницы С.Н. ЧЕРНОВОЙ.

– Светлана Николаевна, какова структура заболеваемости раком репродуктивной системы у женщин в Кузнецке и районе?

– Онкологические заболевания в 2016 году были выявлены у 48 пациенток: у 24-х – рак матки, у 12 – рак яичников, у 9 – рак шейки матки, по одному случаю рака вульвы, маточной трубы и молочной железы.

Самым агрессивным и быстроразвивающимся является рак шейки матки. При обнаружении этого заболевания на поздних стадиях процент выживаемости очень низкий. Самое печальное, что у женщин нет привычки хотя бы раз в год посещать гинеколога, а этот вид рака можно заподозрить даже на обычном приёме у гинеколога, визуально.

Несколько лет назад была внедрена скрининговая программа для раннего выявления рака шейки матки – берётся мазок на онкоцитологию. Однако халатное отношение к собственному здоровью приводит к тому, что всё чаще рак обнаруживается в запущенной стадии.

Например, в период с 2011 по 2013 годы выявляемость онкозаболеваний составляла от 30 до 35 случаев в год, из них в запущенной форме – каждый пятый. За последние три года, с 2014 по 2016 годы, в городе и районе выявляемость возросла и составляет от 48 до 53 случаев в год, и теперь уже каждый третий случай обнаружен на поздних стадиях!

– Нередко приходится слышать, что рак «молодеет». Так ли это?

– В целом такая тенденция наблюдается, особенно это прослеживается у женщин с раком молочной железы и раком шейки матки. Основной причиной рака шейки матки является ВПЧ (вирус папилломы человека), носителем которого являются сексуально активные женщины с большим количеством незащищённых половых контактов. Онкология матки и яичников, как правило, возникает у женщин в период менопаузы и постменопаузы.

– На что женщинам стоит обратить внимание?

– На ранние клинические проявления. Рак наружных половых органов чаще всего возникает на фоне крауроза вульвы (хроническая прогрессирующая атрофия слизистой вульвы, характеризующаяся сухостью и зудом). Должно насторожить появление какого-либо уплотнения, язвочки на внешних половых органах, даже если это уплотнение или язвочка не причиняют боли и дискомфорта.

При клинике рака шейки матки первым признаком болезни являются ациклические кровянистые выделения или контактные кровяные выделения (во время или после полового акта).

Для рака матки характерны также ациклические кровянистые, жидкие прозрачные выделения или кровянистые выделения в период менопаузы.

Ещё более внимательно относиться к своему здоровью необходимо женщинам, имеющим в анамнезе онкобольных близких родственников.

– Есть ли какие-то меры профилактики рака репродуктивной системы?

– Конечно. Во-первых, необходимо следить за своим здоровьем: своевременно лечить заболевания женской половой системы, регулярно посещать гинеколога с обязательным забором мазка на онкоцитологию и проведением УЗИ по показаниям.

Необходимо также регулярно проходить диспансеризацию: с определённого возраста обязательным исследованием для женщин в рамках диспансеризации является сдача онкомаркера СА-125, который позволяет выявить на ранней стадии трудно диагностируемый рак яичников.

Во-вторых, половая жизнь с постоянным партнёром, а также защищённый секс – отличная профилактика многих заболеваний, в том числе и рака шейки матки. Уже доказано исследованиями, что аборты также способствуют развитию раковых опухолей – как женских половых органов, так и молочной железы. Поэтому следует подобрать правильный способ контрацепции.

Также необходимо строго следить за весом и поддерживать массу тела соответственно росту и возрасту. При ожирении третьей и четвёртой степени, артериальной гипертензии, сахарном диабете риск развития рака матки увеличивается в несколько раз. Обязательная мера профилактики – отказ от курения, рациональное питание и адекватная физическая нагрузка.

В заключение хочу напомнить, что даже если у вас обнаружили онкологическое заболевание, нельзя отчаиваться и сдаваться, рак – это не приговор.

**Беседовала
Виктория ДОЛГУШОВА**