

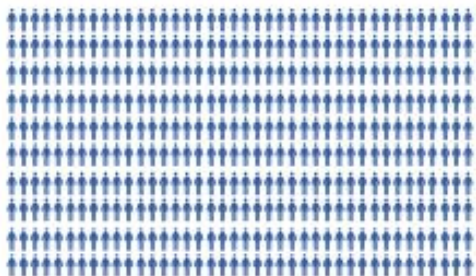
Рак не приговор: лечить нельзя сдаваться

Московский клинический научный центр имени А.С. Логинова

Врач-онколог

Бардовская Катерина Сергеевна

- Число заболевших за год приближается к 600 000
- За год «заболевает» город, сопоставимый по числу жителей с Махачкалой или Владивостоком, а число умерших почти равно населению Иркутска
- Уже сейчас на протяжении жизни каждый 4-ый россиянин рискует заболеть раком
- За последние 10 лет заболеваемость выросла более, чем на 20%



3,5 млн

ЖИВУЩИХ С РАКОМ



**ВОЛГОГРАД
КРАСНОДАР
НОВОСИБИРСК**
суммарное население
3,499 млн.
человек (2017)



600 000

ЗАБОЛЕВШИХ РАКОМ ЗА ГОД



МАХАЧКАЛА
население 592 976
человек (2017)



300 000

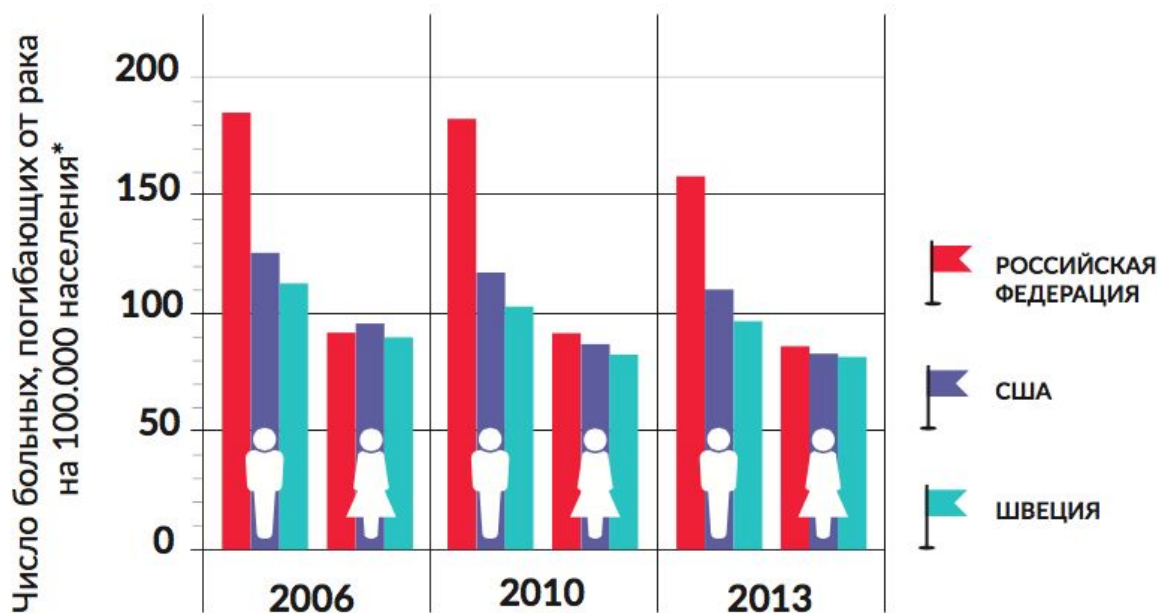
УМЕРШИХ ОТ РАКА ЗА ГОД



ЯКУТСК
население 307 911
человек (2017)

- Онкологам России удастся спасти более половины из заболевших, однако, соотношение заболевшие/умершие значительно хуже, чем в других развитых странах
- Количество людей с диагнозом «рак» (излеченных или борющихся) в РФ приближается 3,5 млн (около 2,3% населения страны)

СМЕРТНОСТЬ ОТ ОНКОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ В РАЗЛИЧНЫХ СТРАНАХ МИРА



*с учетом возрастного-полового состава страны



Что такое «рак»?

- Группа заболеваний, характеризующиеся аномальным ростом и делением аномальных клеток
- Аномальные злокачественные клетки - результат «трансформации» нормальных клеток организма по разным причинам
- Вызывает неправильное или неполное функционирование тканей и органов
- Распространяется, в основном, по крови и лимфе



ЭТАПЫ РАЗВИТИЯ ЗЛОКАЧЕСТВЕННОЙ ОПУХОЛИ



Появление
опухолевых клеток



Размножение
опухолевых клеток



Определяемая
опухоль в органе



Распространение опухоли,
метастазирование

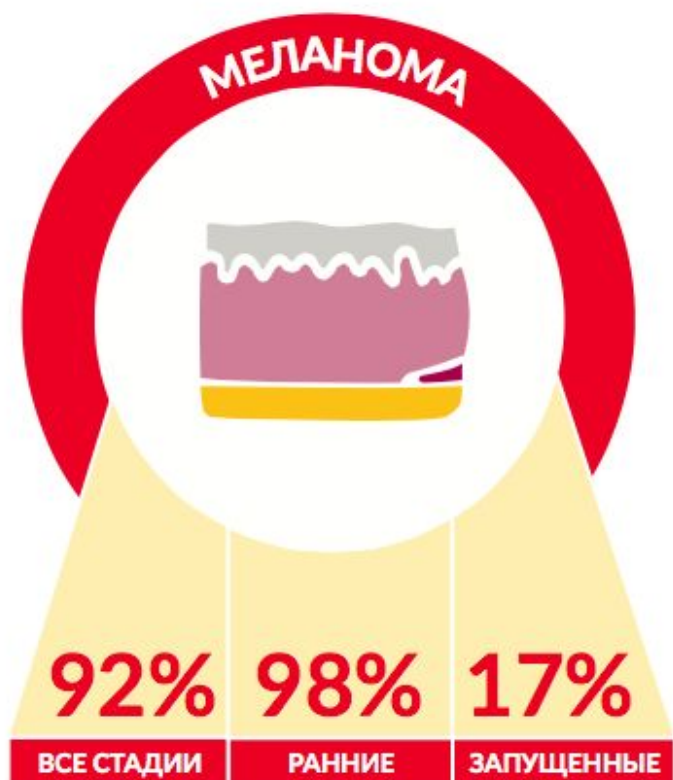
- Такое название болезнь получила из-за того, что в большинстве случаев злокачественные новообразования имеют схожесть с клешней рака
- Очень многие симптомы неспецифичны! И могут быть характерны для неонкологических заболеваний
- На ранних стадиях часто протекает бессимптомно
- Прислушиваться к своему организму!

Факторы риска

- факторы риска, связанные с образом жизни, такие как: курение, употребление алкоголя, посещение соляриев, употребление нездоровой пищи, избыточный вес, недостаточная физическая активность
- факторы риска, связанные с экологическим состоянием окружающей среды: ультрафиолетовое излучение, пассивное курение, загрязнение окружающей среды, пестициды и другие токсины
- биологические факторы риска развития онкологических заболеваний включают следующие характеристики: пол, расовую или этническую принадлежность, возраст
- наследственные факторы риска, связанные с семейными мутациями определенных генов, повышающих вероятность развития рака

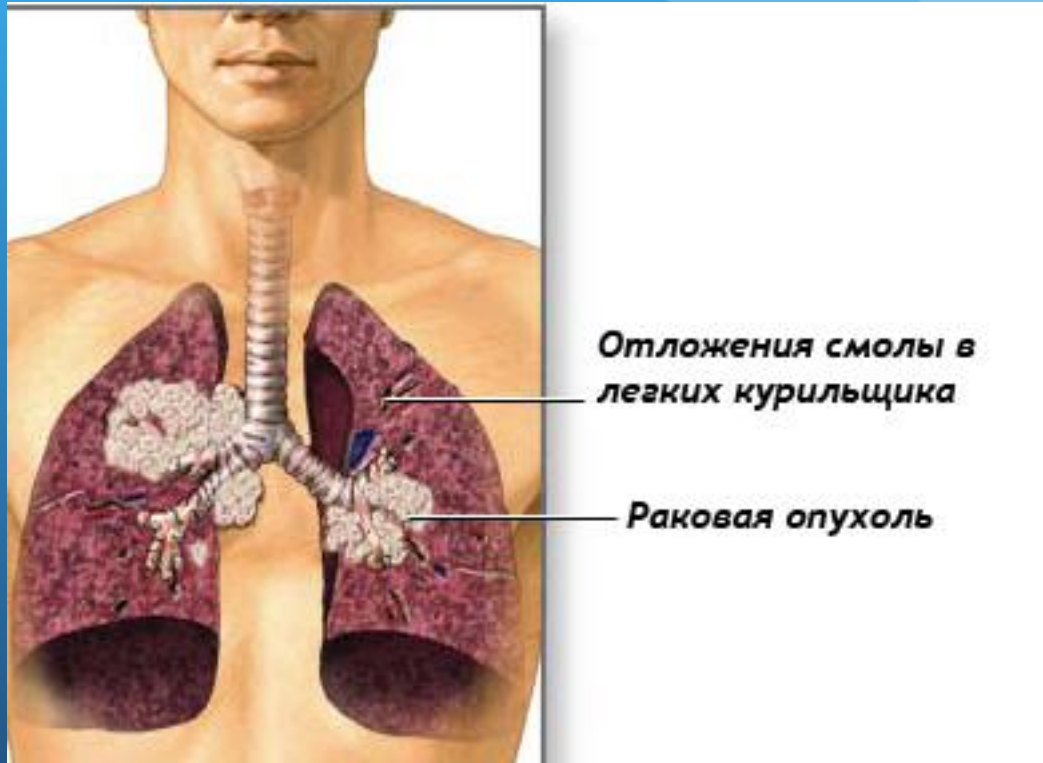
Проще предотвратить!

5-ЛЕТНЯЯ ОБЩАЯ ВЫЖИВАЕМОСТЬ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ СТАДИИ ЗАБОЛЕВАНИЯ



Рак легкого (и не только). Курение (пассивное в том числе)

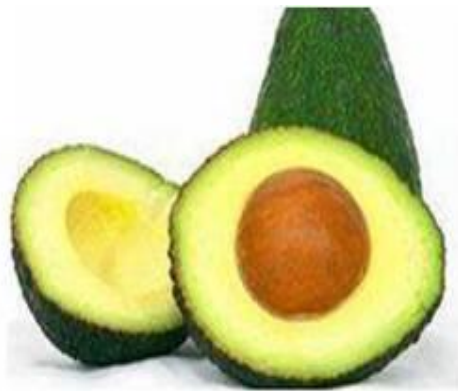
- Самый существенный фактор риска развития рака легких
- Кроме того, курение играет значительную роль в развитии рака мочевого пузыря, молочной железы, шейки матки, пищевода, толстой кишки, рака полости рта, поджелудочной железы и лейкемии.



Диета

- Пища с повышенным содержанием жиров может способствовать увеличению риска возникновения рака молочной железы, толстой кишки, простаты, поджелудочной железы, яичников и матки
- Наличие нитросодержащих веществ в пище повышает риск развития рака пищевода и желудка
- Повышенный риск заболевания раком желудка наблюдается среди людей, потребляющих много соли
- Недостаток в продуктах питания клетчатки приводит к увеличению заболеваемости и желчнокаменной болезни.

- Увеличение потребления овощей, фруктов, зелени существенно снижает заболеваемость злокачественными опухолями. Пища, богатая витаминами С и А, бета-каротином снижает риск возникновения рака полости рта, пищевода, желудка, гортани, легкого, мочевого пузыря, толстой кишки, молочной железы. Витамины играют исключительную роль в предупреждении развития злокачественных новообразований, являясь составной частью ферментов и клеточных мембран
- Витамин А и бета-каротин в 5 раз снижает риск заболеваний раком пищевода, в 3 раза снижает риск заболеваний, вызванных курением. Механизм защитного действия витамина А и бета-каротина заключается в контроле дифференцировки клеток, регуляции клеточного иммунитета.
- Витамин Е предотвращает развитие опухолей, вызванных химическими канцерогенами.



Cancer Fighting Foods



- Употребление мяса, прожаренного при высокой температуре, является фактором риска развития рака
- Последние исследования показали, что люди, употребляющие в пищу жареное мясо более 4 раз в неделю, подвержены большему (в два раза) риску развития рака желудка, чем те, кто ест мясо редко. Кроме того, выявлено, что употребление жареного мяса повышает риск развития и других локализаций рака (толстой кишки, поджелудочной железы, молочной железы)



Ожирение

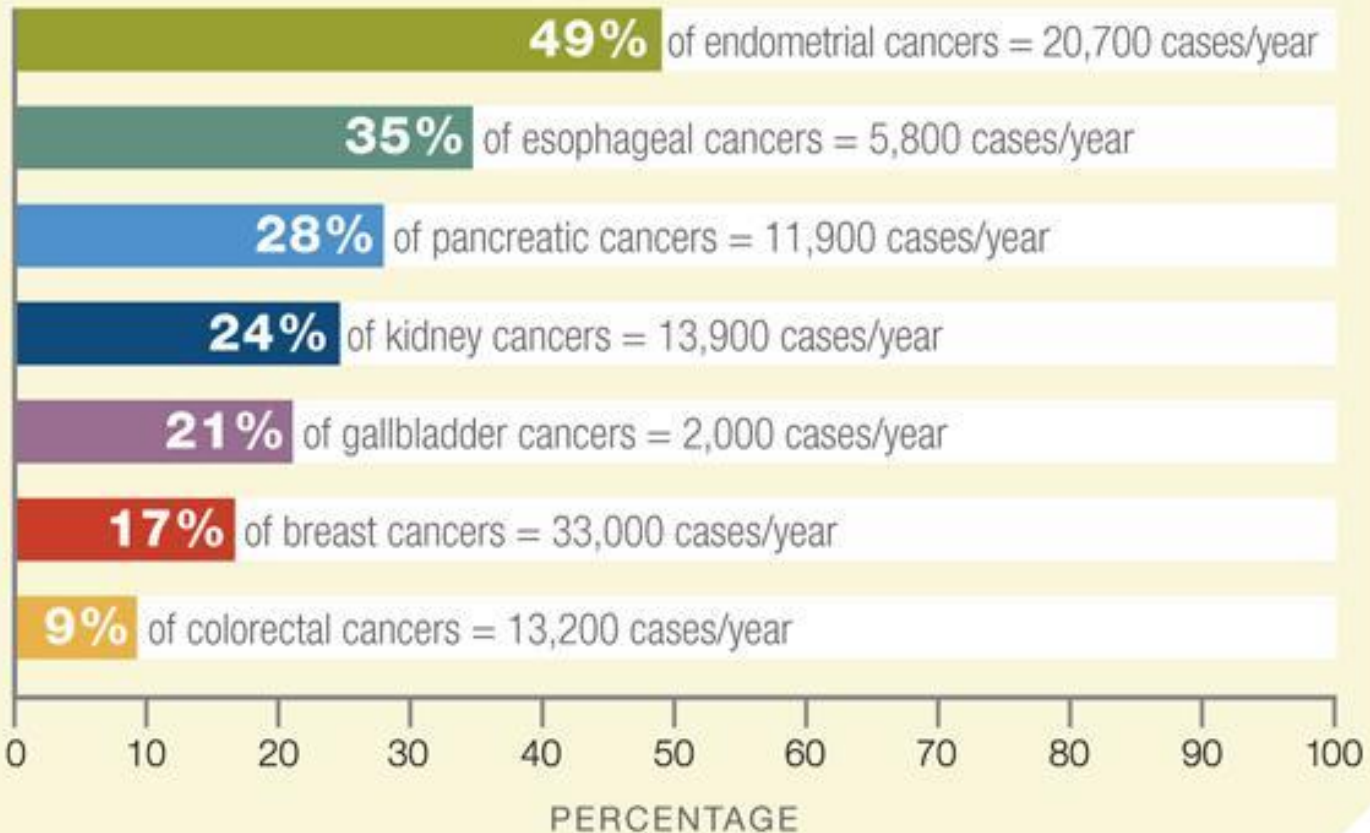
- фактор риска развития рака молочной железы у женщин в постклимактерическом периоде, рака матки, толстой кишки и поджелудочной железы.



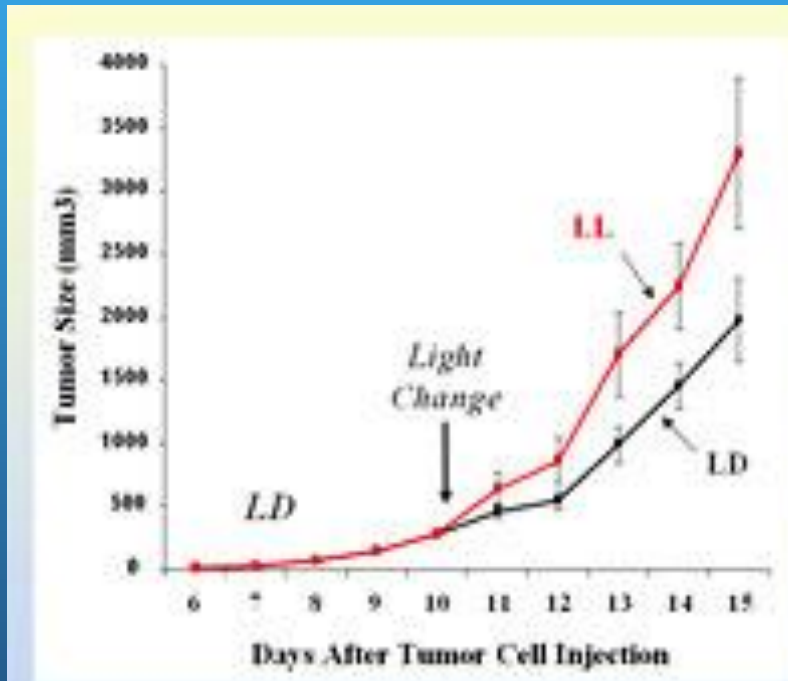
OBESITY-LINKED CANCERS

The American Institute for Cancer Research lists these cancers as linked to excess body fat.

100,500 CASES PER YEAR



Образ жизни



Breast cancer growth rate doubles when mice are exposed to constant light (light-at-night).

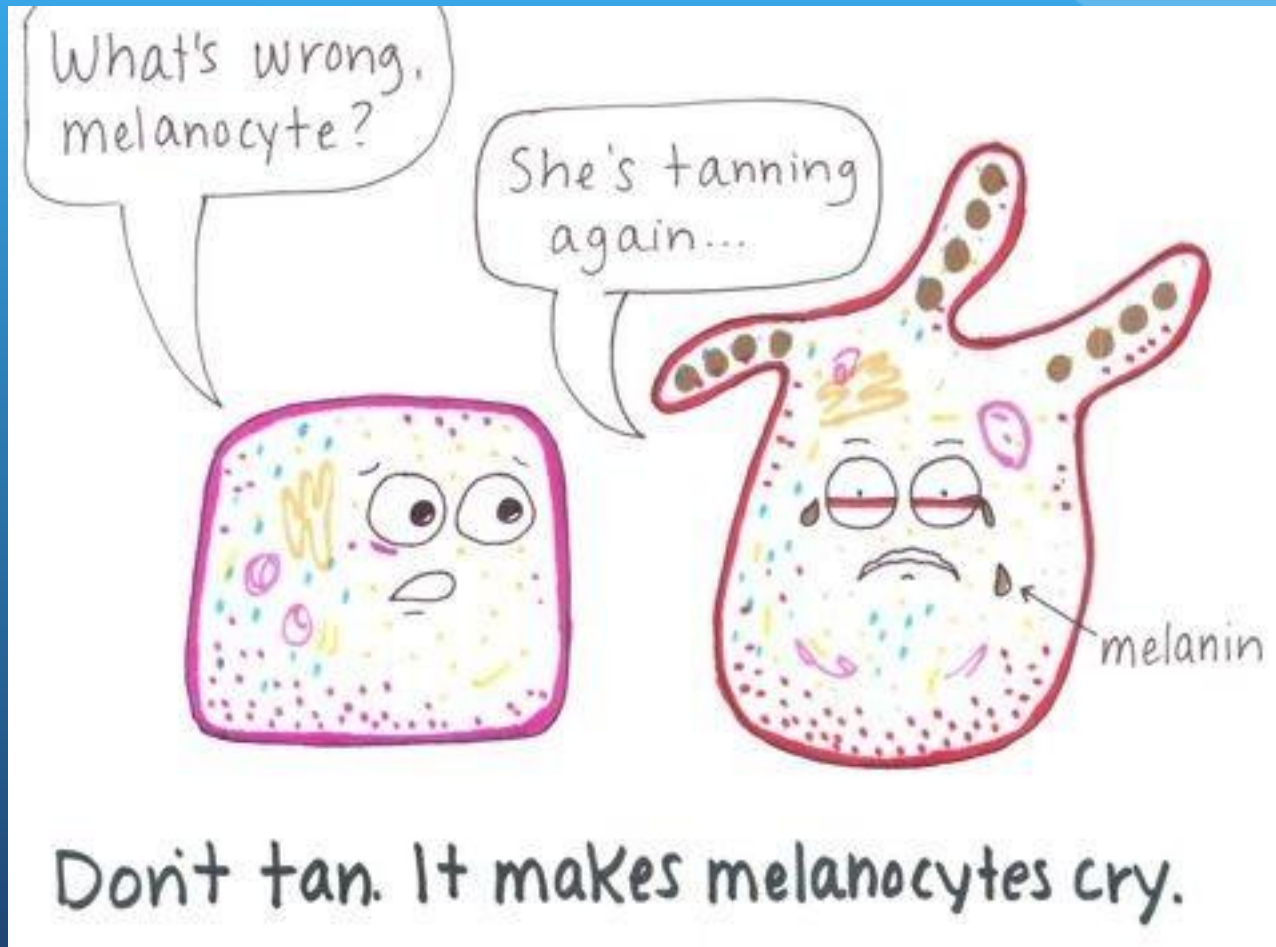
LL causes both circadian disruption and melatonin suppression.

Меланома. Как снизить риск?

- Риск меланомы в 20 раз выше у рыжеволосых, белокожих и светлоглазых, чем у афроамериканцев

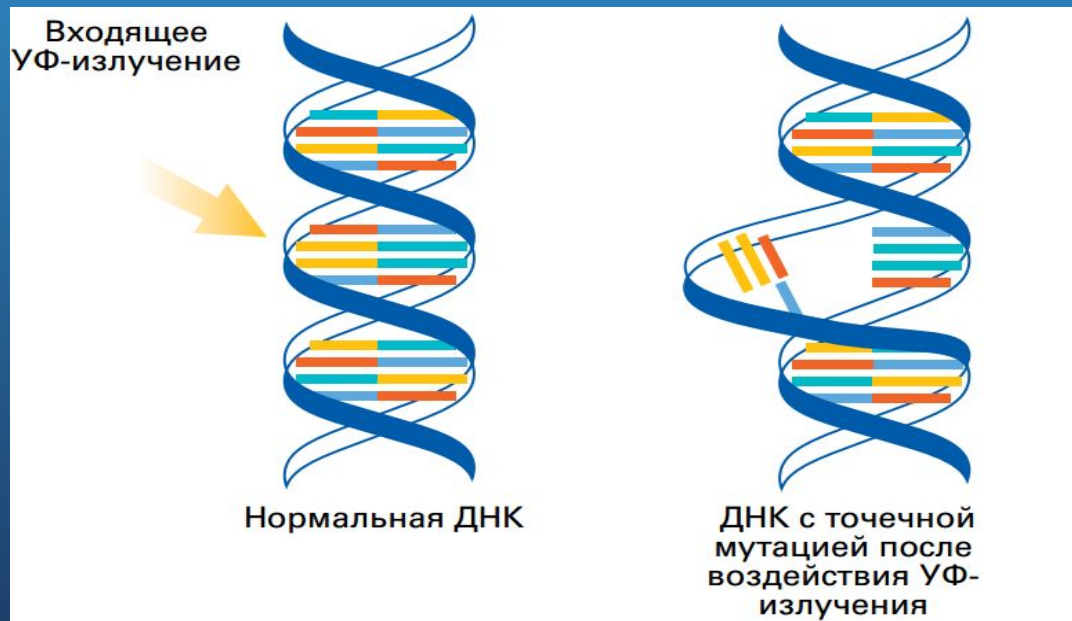


УФ-излучение - главный фактор риска



Что делают УФ-лучи?

- УФ-лучи вызывают повреждение цепи ДНК, приводя к отсутствию или смещению нуклеотидов
- УФ вызывает ошибки в репликации ДНК
- Также УФ вызывает образование свободных радикалов и перекисей, что косвенно приводит к мутациям



Меланома или родинка?



Symmetrical



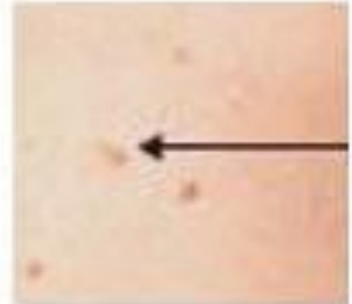
Borders are even



One Color



Smaller than $\frac{1}{4}$ Inch



Ordinary Mole



Asymmetrical



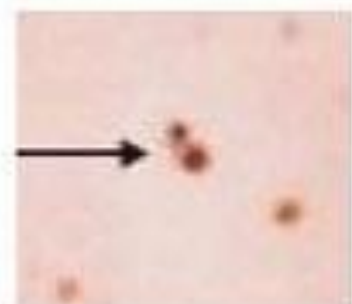
Borders are uneven



Multiple Colors



Larger than $\frac{1}{4}$ Inch



Changing in size, shape and color

Меланома. Меры профилактики

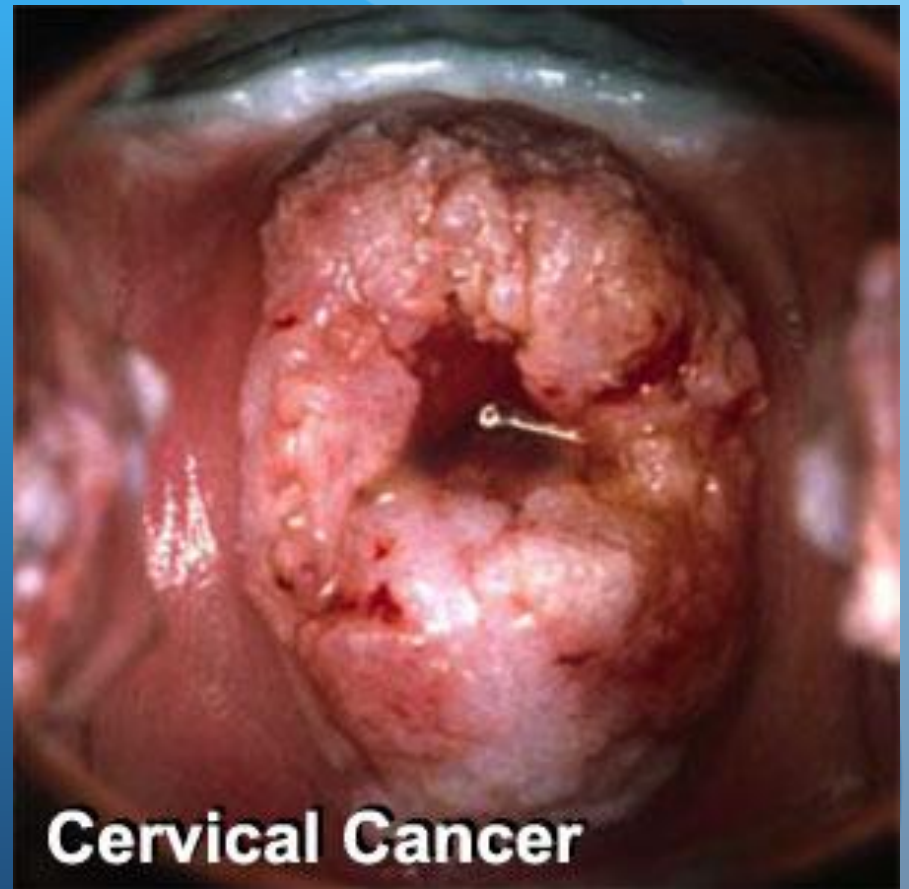
- Пребывание в тени
- Защита кожи с помощью одежды
- Использование санскринов
- Ношение солнцезащитных очков
- Выявление измененных невусов и их удаление
- Генетическое консультирование

Инфекционные агенты

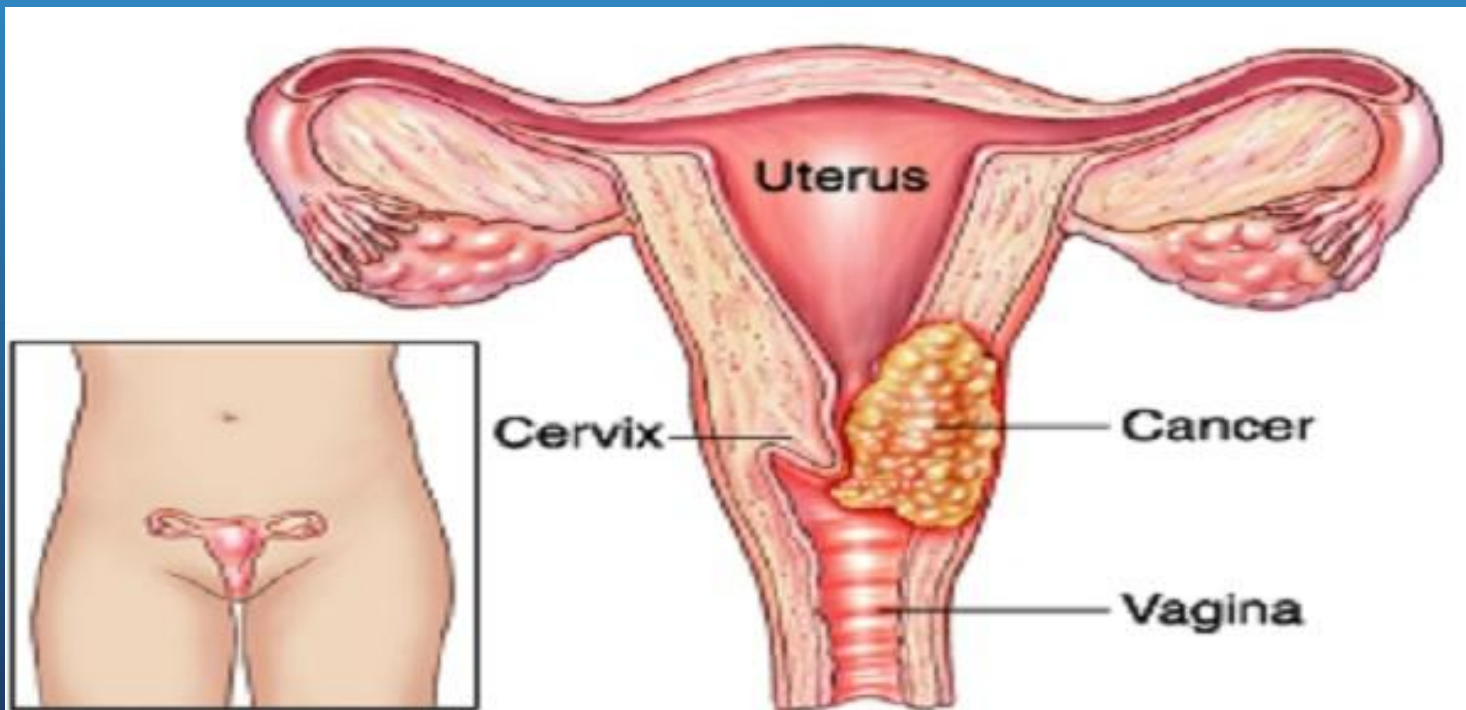
- Вирусы гепатита В и С – факторы риска развития рака печени
- Вирус Эпштейна–Барр рассматривается как возможный фактор риска лимфомы и рака носоглотки
- ВИЧ – фактор риска развития саркомы Капоши

Рак шейки матки. Факторы риска

- раннее начало половой жизни;
- большое количество половых партнеров (как у самой женщины, так и у партнера);
- курение сигарет;
- расовая принадлежность, большинство случаев приходится на афроамериканских, латиноамериканских и индейских женщин;
- вирус папилломы человека (ВПЧ);

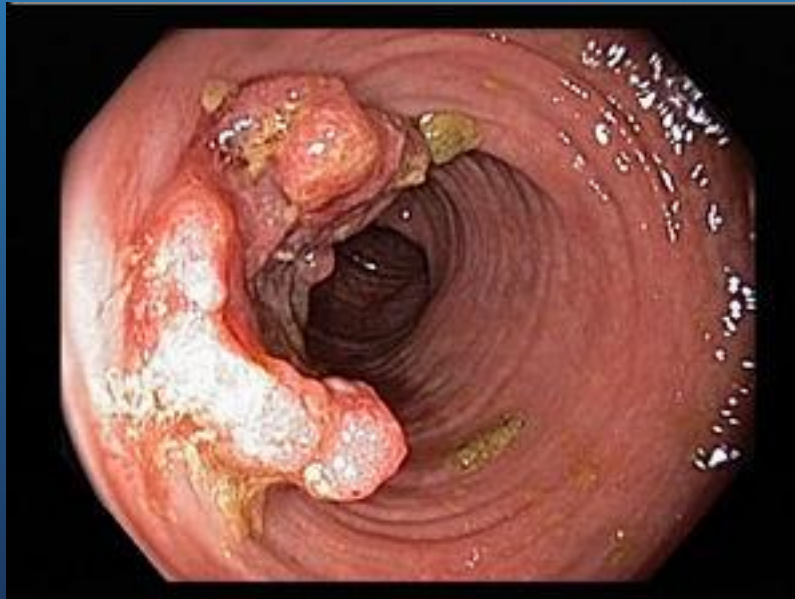


- пренатальное воздействие Diethylstilbestrol
- ВИЧ-инфекция;
- ослабление иммунитета из-за пересадки органов, химиотерапии или постоянного
- использования стероидов;

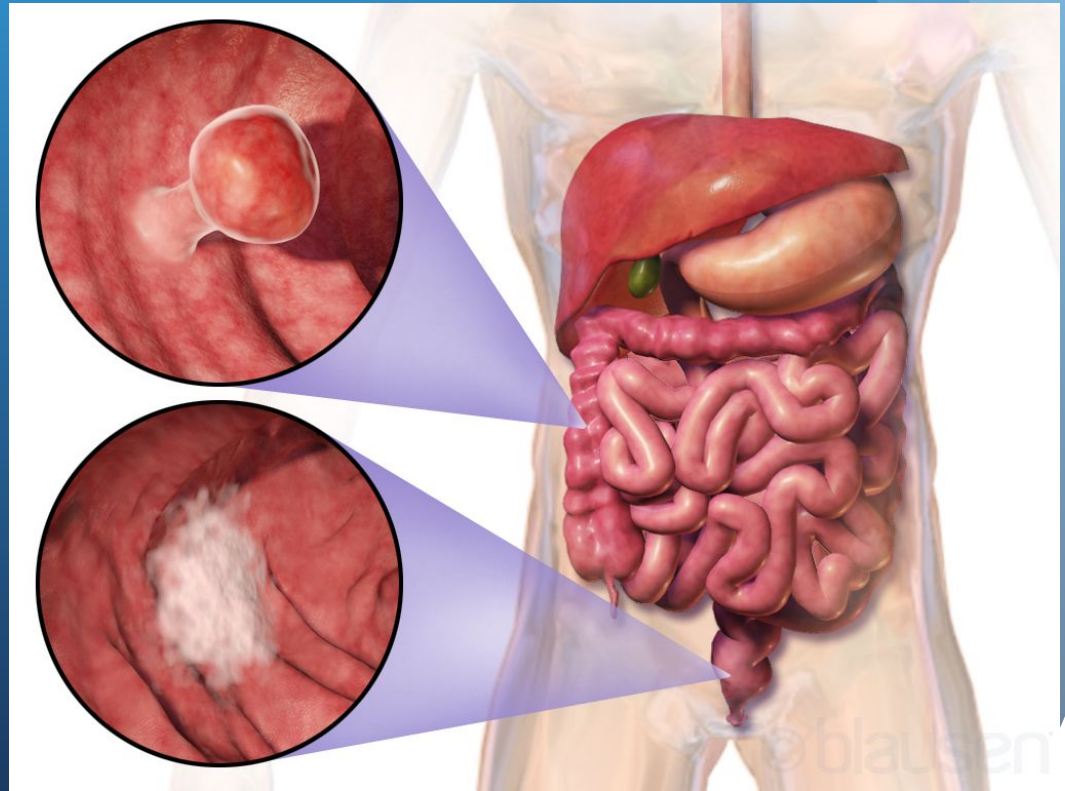


Факторы риска развития рака толстой кишки

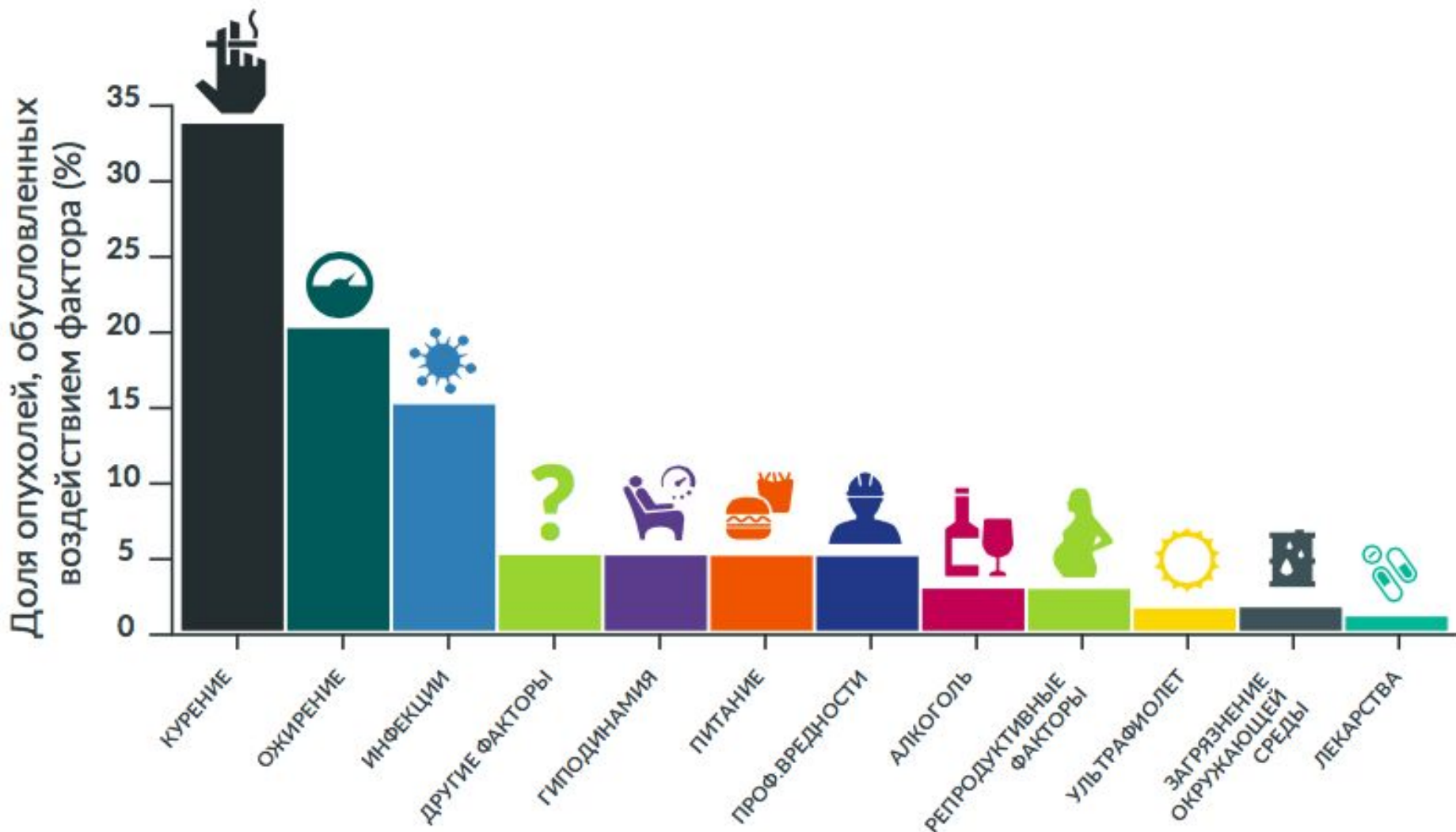
- возраст (чаще встречается у людей старше 50 лет);
- личный или семейный анамнез КРР
- личная или семейная история аденоматозных полипов;
- воспалительные заболевания кишечника;



- диета с высоким содержанием жира и красного мяса;
- диета с низким содержанием клетчатки, фруктов и овощей;
- отсутствие физической активности;
- курение сигарет;
- употребление алкоголя;
- ожирение;



КАНЦЕРОГЕННЫЕ ВОЗДЕЙСТВИЯ



ЭФФЕКТИВНЫЙ СКРИНИНГ



Снижению риска смерти от рака:

80–90%

0-20%

35–60%

0-30%

20%

исследования
продолжаются

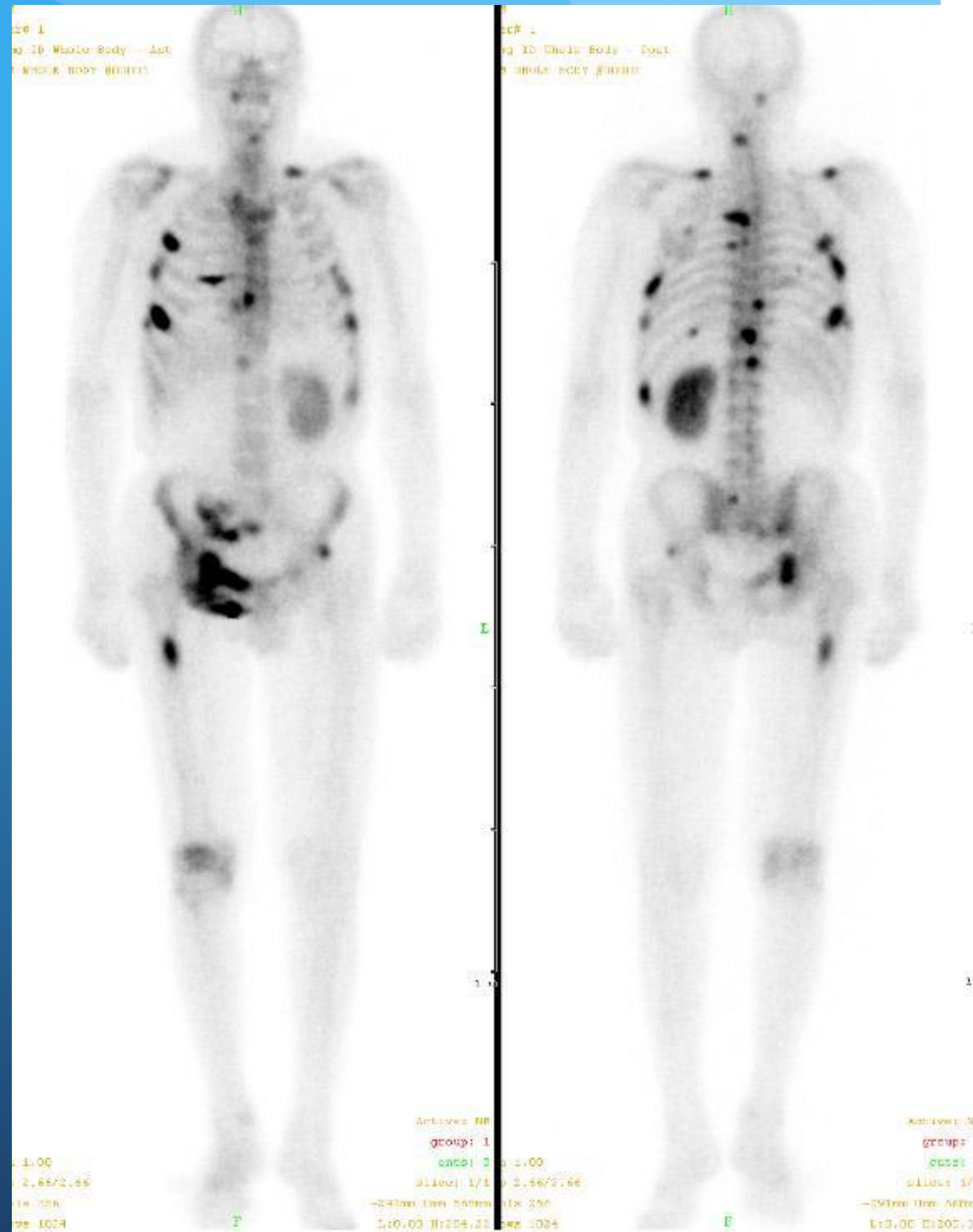
исследования
продолжаются

Общие симптомы

- Внезапное похудание на 4-5 кг - повод для обращения к врачу
- Длительная субфебрильная лихорадка
- Повышенная утомляемость

Боль

- Весьма относительный критерий: рак молочной железы не болит!
- Обычно болят метастазы в кости
- Боль в спине: в пояснице - первое проявление множественной миеломы, опоясывающая боль - рак поджелудочной железы (и не только)



Нарушение стула или функции мочевого пузыря

- хронические запоры, поносы или изменение количества кала может указывать на наличие рака толстой кишки
- боль при мочеиспускании, наличие крови в моче или изменение функции мочевого пузыря (более частое или более редкое мочеиспускание) могут быть связаны с раком мочевого пузыря или предстательной железы

Незаживающие рана или язва

- злокачественные опухоли кожи могут кровоточить и напоминать рану или язву
- длительно существующая язва во рту может оказаться раком полости рта, особенно у тех, кто курит, жует табак или часто употребляет алкоголь

Базально-клеточная
карцинома



Чешуйчатая клеточная
карцинома



Необычные кровотечения или выделения

- Кровь в мокроте может быть признаком рака легкого
- Кровь в кале (или наличие темного или черного кала) может быть признаком рака толстой или прямой кишки
- Рак шейки матки или самой матки может привести к кровотечению из влагалища
- Кровь в моче - признак возможного рака мочевого пузыря или почки
- Выделение крови из соска может быть признаком рака молочной железы

Уплотнение или опухолевое образование в молочной железе или других частях тела

- Многие опухоли можно прощупать через кожу, особенно в молочной железе, яичках, лимфатических узлах и мягких тканях тела
- Уплотнение или опухолевое образование могут быть первыми признаками раннего или запущенного рака
- Также признаки опухоли молочной железы: появление на коже участков «апельсиновой корки», изменение формы груди и соска, изменение цвета ареолы соска, выделения из соски, появление на коже ямочек

Самообследование **молочных желез**

(Проводится на **6-12 день** от начала менструации)



Осмотрите перед зеркалом форму груди и внешний вид кожи сосков с опущенными руками.



Поднимите руки за голову и осмотрите грудь. Обратите внимание на изменения формы или размеров одной из молочных желез и цвет кожи.



Запрокиньте правую руку за голову. Медленно, круговыми движениями прощупывайте правую грудь, обращая внимание на возможные припухлости и утолщения. Повторите то же с левой грудью.



Сдавите сосок у его основания большим и указательным пальцами и посмотрите, есть ли какие-либо выделения.



Обследуйте грудь в положении лежа. Прощупывайте круговыми движениями с легким надавливанием, начиная с краев молочной железы в направлении соска.



Прощупайте круговыми движениями левую и правую подмышечные впадины.

Раздражающий кашель или охриплость голоса

- длительный непрекращающийся кашель без простуды может быть признаком рака легкого
- охриплость голоса - возможный признак рака гортани или щитовидной железы



ЛЕЧЕНИЕ РАКА

ХИРУРГИЯ

с античных времен —
до наших дней

ЛУЧЕВАЯ ТЕРАПИЯ

с 1890-х
до наших дней

ХИМИОТЕРАПИЯ

с 1940-х
до наших дней

ТАРГЕТНАЯ ТЕРАПИЯ

с 1990-х
до наших дней

ИММУНОТЕРАПИЯ

с 1990-х
до наших дней

Хирургия

- Механическое удаление всех видимых проявлений опухоли
- Тенденция к отказу от калечащих операций с полным удалением пораженных органов в пользу менее агрессивных, но не менее эффективных органосохраняющих вмешательств
- Эндоскопические технологии, робот-ассистированные операции и т.д.

Лучевая терапия

- Может быть компонентом локального лечения ранних стадий
- Может применяться с паллиативной целью (не излечивающей, но сдерживающей) при наличии метастазов
- Современные методики позволяют подводить к опухоли большие дозы ионизирующего излучения с точностью до миллиметров, при этом щадя окружающие здоровые ткани

Лекарственное лечение

- Если хотя бы несколько клеток после операции останутся в организме - будет рецидив
- Системное действие - достигает всех точек организма
- Бывает предоперационное (неoadъювантное), послеоперационное (адъювантное) и и лечебное (паллиативное)
- Последнее зачастую может подарить пациенту многие годы полноценной жизни, в течение которых он не будет отличаться от обычного человека ничем, кроме потребности в противоопухолевой терапии, контролирующей болезнь

Виды

- Химиотерапия
- Эндокринотерапия (гормонотерапия)
- Иммуноterapia
- Таргетная терапия

Причины канцерофобии

- В нашей стране не принято открыто заявлять о наличии онкологического заболевания
- Часто о факте наличия этого заболевания у «публичных персон» становится известно по факту его смерти
- Более частые успешные истории борьбы против рака так и остаются неизвестными , что формирует отношение к онкологии как к практически безнадежной отрасли медицины
- Но это не так! Надежда на излечение и контроль заболевания существует при очень многих опухолях, и она велика

Спасибо за внимание!