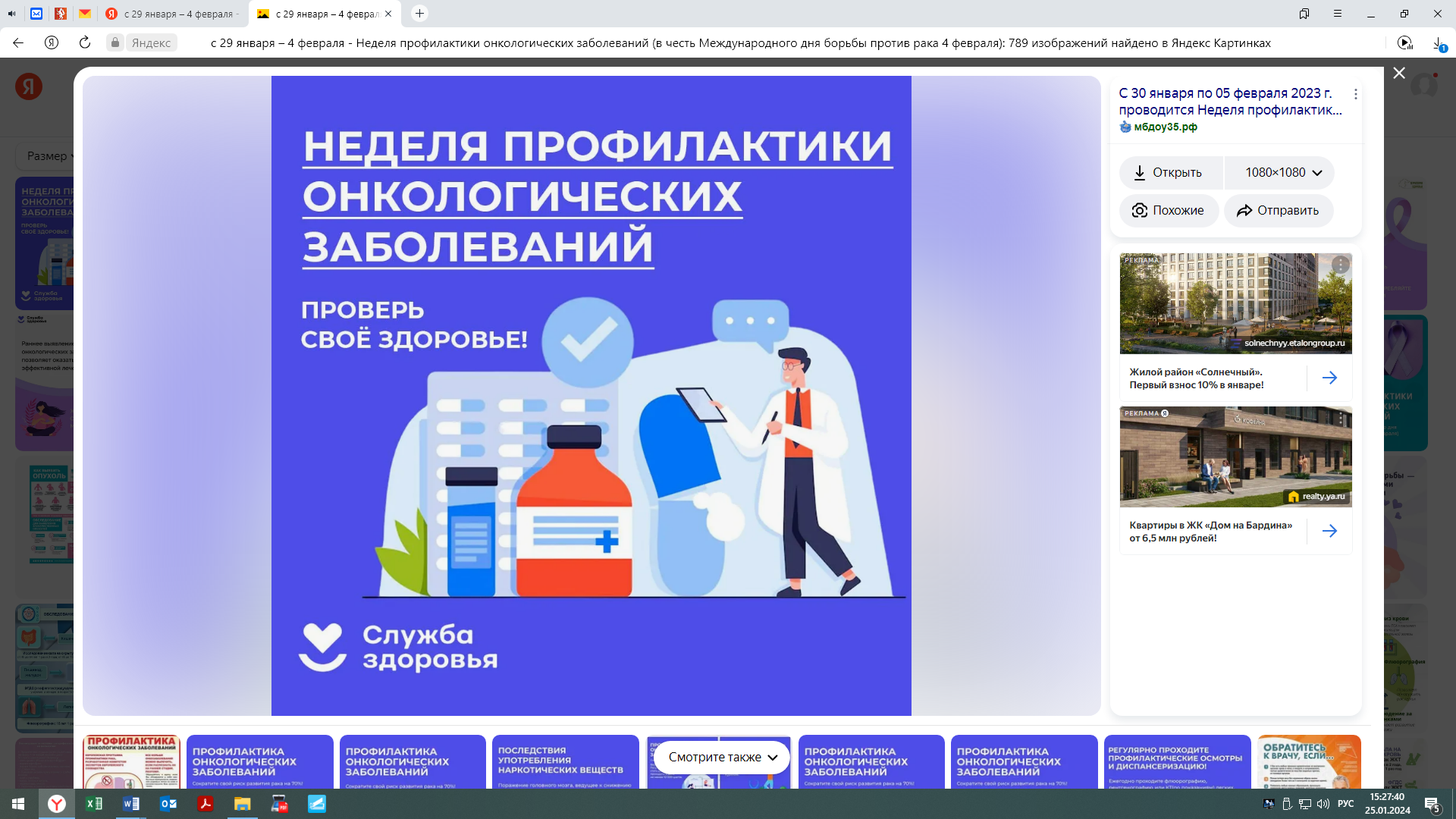
**с 3 – 9 февраля - Неделя профилактики онкологических заболеваний (в честь Международного дня борьбы против рака 4 февраля)**



Диагностировать онкологические заболевания возможно с помощью регулярных профосмотров и диспансеризации.

Лучшей профилактикой заболеваний является ведение здорового образа жизни, а именно:

1.Отказ от табака;

2. Приверженность правильному питанию;

3. Поддержание массы тела и борьба с ожирением;

4.Регулярные физические нагрузки.

Раннее выявление онкологических заболеваний позволяет оказать наиболее эффективной лечение.

Многие факторы риска относятся к поведенческим и могут быть скорректированы.

Курение – важнейший фактор риска онкологических заболеваний.

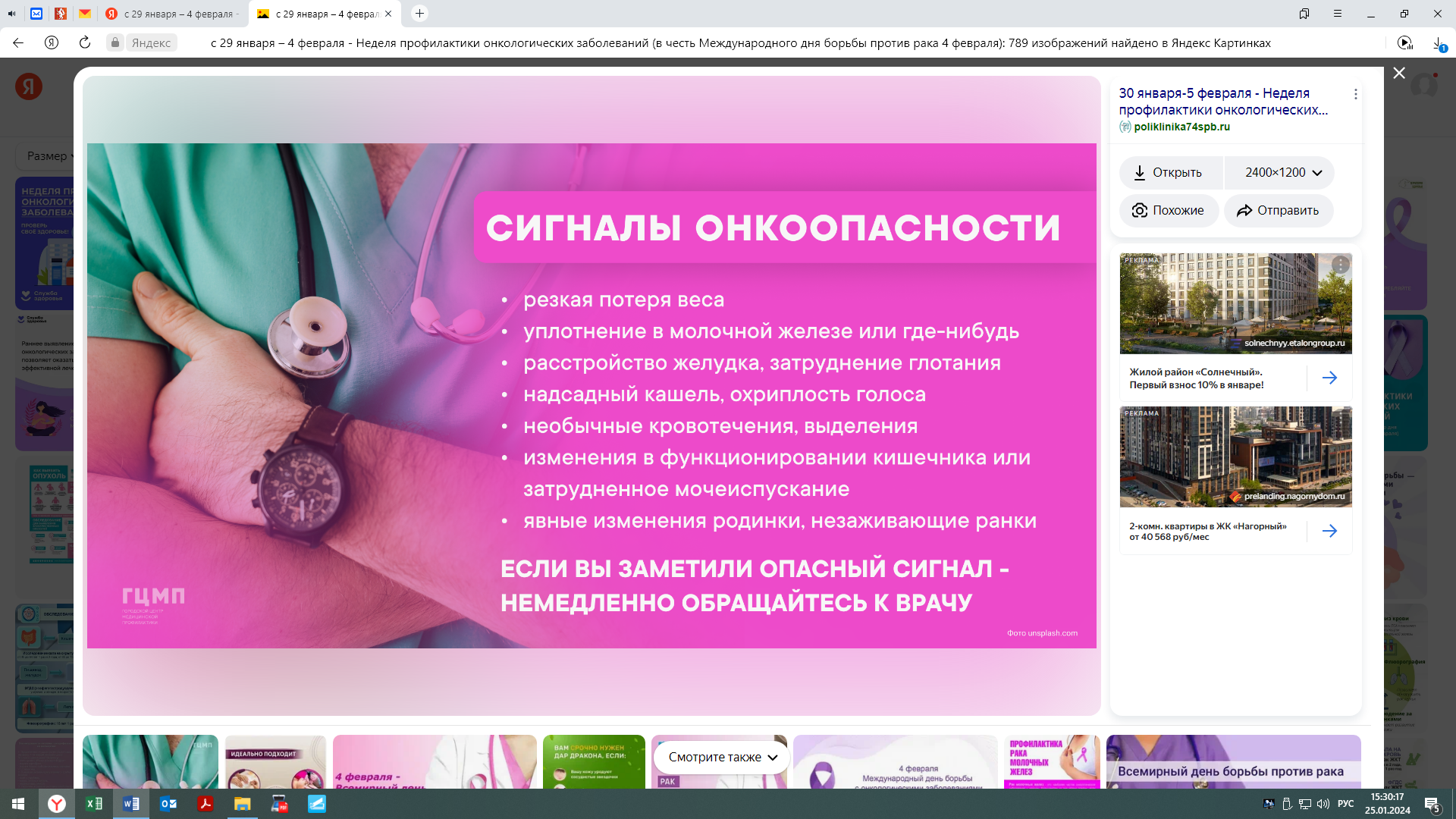
В возрасте 50 лет и старше необходим регулярный иммунохимический анализ кала на скрытую кровь и/или колоноскопия.

Женщинам после 30 лет необходимо ежегодное прохождение скрининга на рак и предраковые поражения шейки матки у гинеколога. С каждым годом число онкологических больных постоянно растет. Такую тенденцию специалисты связывают с различными обстоятельствами: увеличением продолжительности жизни, загрязнением окружающей среды, вредными привычками, гиподинамией, наследственностью и другими причинами.

Высокая смертность от онкологических заболеваний в первую очередь связана с поздним обращением больного к врачу, когда болезнь уже сложно поддается лечению. Отметим, что достижения современной медицины позволяют диагностировать и полностью лечить рак на ранних стадиях, а также устранять множество предопухолевых состояний. В борьбе с раком в развитых странах огромная роль отводится первичной и вторичной профилактике онкологических заболеваний.

Первичная профилактика онкологических заболеваний позволяет снизить вероятность развития злокачественного процесса на 70-90%.

Под первичной профилактикой рака понимают предупреждение предопухолевых изменений путем устранения неблагоприятных факторов окружающей среды, коррекции образа жизни, а также повышения резистентности организма.



***Будьте здоровы!***