

## 4 февраля – Всемирный День борьбы с раковыми заболеваниями

Онкологические заболевания являются одной из основных причин смерти в мире – в 2014 году произошло 8,2 миллиона случаев смерти от рака. Основными типами рака являются:

рак легких – 1,59 миллиона случаев смерти; рак печени – 745 000 случаев смерти; рак желудка – 723 000 случаев смерти; рак толстого кишечника – 694 000 случаев смерти; рак молочной железы – 521 000 случаев смерти; рак пищевода – 400 000 случаев смерти (1).

Рак развивается из одной единственной клетки. Превращение нормальной клетки в опухолевую происходит в ходе многоэтапного процесса, обычно представляющего развитие предракового состояния в злокачественные опухоли. Эти изменения происходят в результате взаимодействия между генетическими факторами человека и тремя категориями внешних факторов, включающих:

- физические канцерогены, такие как ультрафиолетовое и ионизирующее излучение;
- химические канцерогены, такие как асбест, компоненты табачного дыма, афлатоксины (загрязнители пищевых продуктов) и мышьяк (загрязнитель питьевой воды);
- биологические канцерогены, такие как инфекции, вызываемые некоторыми вирусами, бактериями или паразитами.

ВОЗ через свое агентство по исследованию рака, МАИР, ведет классификацию канцерогенных факторов – Classification of cancer causing agents.

Старение является еще одним основополагающим фактором развития рака. С возрастом заболеваемость раком резко возрастает, вероятнее всего, из-за накопленных с возрастом рисков развития некоторых раковых заболеваний. Общее накопление рисков усугубляется тенденцией к снижению эффективности механизмов обновления клеток по мере старения человека.

**Факторами риска развития раковых заболеваний являются:** потребление табака, употребление алкоголя, нездоровое питание и отсутствие физической активности являются основными факторами риска развития рака в мире. Факторами риска развития рака являются некоторые хронические инфекции, особенно в странах с низким и средним уровнем дохода.

Вирус гепатита В (HBV), вирус гепатита С (HCV) и некоторые типы вируса папилломы человека (ВПЧ) повышают риск развития рака печени и шейки матки соответственно. ВИЧ-инфекция значительно повышает риск развития рака, например рака шейки матки.

Накоплены обширные знания о причинах развития рака и мерах профилактики и ведения этой болезни. Бремя рака можно уменьшить и контролировать путем проведения основанных на фактических данных стратегий по профилактике рака, раннему выявлению рака и ведению онкологических пациентов. При многих видах рака существует высокий шанс излечения в случае их раннего выявления и надлежащего лечения.

Более 30% случаев смерти от рака можно предотвратить путем предотвращения или изменения основных факторов риска, которые включают:

- употребление табака;
- избыточный вес или ожирение;
- нездоровое питание при употреблении в пищу недостаточного количества фруктов и овощей;
- отсутствие физической активности;
- употребление алкоголя;
- инфекцию HBV;
- ионизирующее и неионизирующее излучение;
- загрязнение воздуха в городах;
- задымленность помещений в результате использования в домах твердых видов топлива.

Употребление табака является самым значительным отдельным фактором риска развития рака, который приводит примерно к 20% глобальных случаев смерти от рака и примерно 70%

глобальных случаев смерти от рака легких. Во многих странах с низким уровнем дохода до 20% случаев смерти от рака происходит в результате инфекции HBV и HPV.

**Профилактика онкологических заболеваний заключается** в устранении факторов риска, перечисленных выше, проведении вакцинации против инфекций, вызываемых вирусом папилломы человека (HPV) и вирусом гепатита В (HBV), контроле вредных и опасных факторов на месте работы, уменьшении воздействия неионизирующего излучения солнечного света (UV), уменьшении воздействия ионизирующего излучения (на рабочих местах или в процессе медицинской диагностической визуализации).

Большое значение для лечения рака имеет его раннее выявление. Существует два способа раннего выявления рака. Осведомленность о ранних признаках и симптомах (для таких типов рака, как рак кожи, шейки матки, молочной железы, прямой кишки или полости рта) позволяет обращаться для диагностики и лечения на ранних стадиях. Раннее диагностирование особенно важно там, где отсутствуют эффективные методы скрининга или не проводятся мероприятия по скринингу и лечению, например, во многих странах с ограниченными ресурсами. При отсутствии каких-либо мероприятий по раннему выявлению или скринингу и лечению заболевания пациентов диагностируются на очень поздних стадиях, когда радикальное лечение уже не может помочь.

Большое значение для раннего выявления заболевания имеют программы скрининга. Они особенно эффективны для часто встречающихся типов рака, в отношении которых существуют эффективные по стоимости, недорогие, приемлемые и доступные для большинства населения, подвергающегося риску, скрининг-тесты.

Примерами методов скрининга могут быть:

- визуальная проверка с применением уксусной кислоты (VIA) с целью выявления рака шейки матки в условиях с ограниченными ресурсами;
- тестирование на ВПЧ для выявления рака шейки матки;
- ПАП-тест на рак шейки матки в странах со средним и высоким уровнем дохода;
- маммография для выявления рака молочной железы в странах с высоким уровнем дохода.

**Лечение.** Правильно поставленный диагноз рака важен для назначения надлежащего и эффективного лечения, так как для каждого типа рака требуется особая схема лечения, охватывающая один или более методов, таких как хирургическое вмешательство и/или радиотерапия и/или химиотерапия. Основной целью является излечение рака или значительное продление жизни. Улучшение качества жизни пациента также является важной целью. Это может быть достигнуто благодаря поддерживающей терапии или паллиативной помощи и психологической поддержке.

Некоторые из самых распространенных типов рака, такие как рак молочной железы, рак шейки матки, рак полости рта и рак толстого кишечника, имеют более высокие показатели эффективности лечения при условии их раннего выявления и лечения в соответствии с наилучшими практическими методиками. Лечение других потенциально излечиваемых раковых заболеваний. Некоторые типы рака, даже такие диссеминированные, как лейкемия и лимфомы у детей и семинома яичка, имеют высокие показатели эффективности лечения при обеспечении надлежащего лечения.

Онкологические больные нуждаются в паллиативной помощи. Паллиативная помощь - это лечение, направленное, в основном, на облегчение симптомов, вызываемых раком, а не на излечение. Она может способствовать более комфортабельной жизни людей; это неотложная гуманитарная потребность всех людей в мире, страдающих от рака и других хронических смертельных болезней. Она особенно необходима в местах с высокой долей пациентов с запущенными стадиями болезни и с низкой вероятностью излечения. При оказании паллиативной помощи можно обеспечить облегчение физических, психосоциальных и духовных проблем более чем у 90% пациентов с запущенными стадиями рака.

(Информация по материалам ВОЗ)