

РАК: ПРИЧИНИ ВИНИКНЕННЯ, ОСОБЛИВОСТІ, ЛІКУВАННЯ ТА ПРОФІЛАКТИКА

До Всесвітнього дня боротьби проти раку, який відзначається щорічно 4 лютого, молоді вчені Інституту експериментальної патології, онкології і радіобіології імені Р.Є. Кавецького НАН України підготували й поширили відеоролик «Cancer prevention», в якому розповіли про виникнення та перебіг онкозахворювань, їх чинники ризику, лікування та профілактику злоякісних новоутворень.



За статистикою, впродовж життя на рак може захворіти кожен третій-четвертий чоловік і кожна п'ята жінка. Злоякісні новоутворення є причиною понад 15% смертей. Згідно з даними Національного канцер-реєстру України, щороку в нашій державі діагностується майже 160 тис. нових випадків онкозахворювань, а 80 тис. людей помирають від різновидів цього недуга.

До основних форм злоякісних новоутворень в структурі захворюваності населення України належать: серед чоловіків – пухлини дихальних шляхів, немеланомні захворювання шкіри та пухлини передміхурової залози; серед жінок – пухлини молочної залози, немеланомні захворювання шкіри й рак шийки матки.

Проте навіть така загрозлива ситуація не є безнадійною й безвихідною, стверджують учені. Адже лише 5-10% усіх випадків захворювання на рак пов'язані з генетичною схильністю. Це означає, що люди мають змогу запобігти хворобам цієї групи, мінімізувавши вплив на організм так званих чинників ризику, а саме фізичних і хімічних канцерогенів. Згідно з результатами багаторічних спостережень і численних наукових досліджень було, зокрема, встановлено, що одними з найпоширеніших чинників ризику, які призводять до виникнення злоякісних пухлин, є тютюнопаління, вживання алкогольних напоїв, тривале перебування під впливом ультрафіолетового проміння, неправильне харчування та наявність зайвої ваги, недоліковані інфекційні захворювання, близькість будівництва чи шкідливого виробництва (або робота на таких об'єктах), а також регулярне вдихання транспортних викидів (сажі, пилу, поліциклічних ароматичних вуглеводнів).

Аби максимально убезпечити себе від виникнення злоякісних пухлин, слід позбутися шкідливих звичок, постійно займатися фізичними вправами (щодня рухатися щонайменше 30 хвилин), щорічно проходити медичні обстеження та здійснювати самообстеження власного тіла на предмет появи ущільнень, родимок неправильної форми чи забарвлення тощо.

[ПЕРЕГЛЯНУТИ ВІДЕОРОЛИК](#)