

Как предупредить болезнь номер два — рак?

Каждый год в России рак диагностируют более чем у 600 тыс. человек. При этом ежегодно не менее 300 тыс. наших соотечественников умирает от этой болезни. По данным Всемирной организации здравоохранения, онкозаболевания сейчас занимают второе место среди причин смерти людей (на первом месте традиционно пока сердечно-сосудистые болезни). Однако если вовремя начать правильное лечение, то шансы победить рак достаточно высоки.

Люди слышали об онкозаболеваниях, но, сталкиваясь с ними в реальности, часто не знают, как действовать. Мы собрали ответы на самые распространённые вопросы на эту тему.

Могут ли я без назначения врача сдать какие-нибудь анализы или пройти бесплатное обследование, чтобы понять, что рака нет?

Есть три варианта того, как можно пройти бесплатное обследование в рамках полиса ОМС. Вы обращаетесь в поликлинику по месту жительства либо для прохождения диспансеризации, либо для профилактического осмотра, либо с жалобами на ухудшение здоровья. Во всех случаях первоначально нужно обратиться к участковому терапевту.

Онкоскрининги (исследования, направленные на выявление онкологических заболеваний на ранней стадии) в диспансеризации разбиты на группы риска развития того или иного вида рака в определённом возрасте. 30-летнему пациенту не будут делать колоноскопию по желанию, но если в семейном анамнезе есть, например, злокачественная опухоль желудка у кровных родственников (родители, братья, сестры, дети), то врач назначит такое исследование.

А вот обязательны маммография (её могут пройти женщины 39—48 лет 1 раз в 3 года, а в возрасте 50—70 лет — 1 раз в 2 года) и исследование кала на скрытую кровь (проводится гражданам в возрасте от 49 до

73 лет — 1 раз в 2 года). И ЭКГ обязательна, но не с 21 года, а только с 36 лет для мужчин и с 45 лет — для женщин.

Если на диспансеризацию в этом году вы по возрасту не попадаете, то можно пройти в поликлинике профилактический осмотр, который проводится раз в два года в целях раннего выявления хронических неинфекционных заболеваний и факторов риска их развития.

Третий вариант — обращение к участковому врачу с конкретными жалобами. В этом случае врач также может назначить дополнительные исследования, чтобы исключить онкозаболевание.

Всё это можно сделать в рамках территориальной программы обязательного медицинского страхования, то есть по полису ОМС по месту прикрепления.

Насколько эффективен онкоскрининг?

Сегодня эффективность массового скрининга доказана для рака молочной железы, рака шейки матки и колоректального рака. Так, маммография снижает смертность от рака молочной железы у женщин старше 50 лет в среднем на 30%, жидкостная цитология снижает смертность от рака шейки матки в среднем на 80%, исследование на скрытую кровь в кале снижает смертность от рака толстой или прямой кишки в среднем на 15%.

Кому нужно сдавать анализы для определения онкопроявлений?

Тем, у кого есть следующие факторы риска:

- возраст попадает в группу риска развития распространенных видов рака; возрастные группы для онкоскринингов прописаны в порядках проведения диспансеризации;
- рак диагностирован у кровных родственников; в таком случае онкологи рекомендуют сделать первое исследование на этот вид рака на десять лет раньше, чем онкология была выявлена у родственника;
- есть доброкачественные опухолевые

процессы (миомы, фибромы, кисты в почках, яичниках, молочных железах и т. д.);

- появились признаки, характерные для рака: слабость, утомляемость, субфебрильная температура, резкое похудение, наличие очаговых локализаций;

- было онкозаболевание, которое сейчас в стадии ремиссии;

- появились другие симптомы, которые прежде не беспокоили.

Например, колоректальный рак нередко проявляется в виде кровотечений или изменений функции кишечника — запоры, поносы. Для женщин показаниями для обращения к врачу и маммографии могут стать увеличение подмышечных лимфатических узлов, уплотнения в молочной железе, изменения на коже или выделения из соска. Также стоит обратить внимание на образования на коже, подкожный узел любой локализации или упорный кашель. Есть фоновые заболевания, которые могут предшествовать некоторым видам онкологии. Для рака желудка это хронический гастрит, язвенная болезнь желудка или двенадцатиперстной кишки и бактерия хеликобактер. Предраковыми заболеваниями шейки матки являются лейкоплакия и эритроплакия влагалища и шейки матки; папиллярные и фолликулярные эрозии и полипы шейки матки.

Врач в поликлинике назначил дополнительные анализы. Стоит ли мне начать переживать?

Заранее переживать не стоит, но если у врача есть вопросы к результатам ваших исследований и он назначает дополнительные, значит, вам требуется дисциплинированно пройти углублённое обследование, то есть выполнить все дополнительно назначенные исследования. И сделать это надо, чтобы убедиться, что с вашим здоровьем всё в порядке или требуются дополнительные консультации. Главное — не паниковать, тем более если дополнительные исследования назначает врач. При этом все они будут проведены по полису ОМС.

Сколько ждать результатов?

Это зависит от характера исследования. Если выполнена биопсия, то результаты, как правило, готовы через 2—3 дня. При необходимости получения результатов иммуногистохимического исследования — обычно 5—6 дней. Но в любом случае если начато проведение углублённого исследования, то в течение 3—4 недель у вас на руках будет заключение с подробными рекомендациями по дальнейшему лечению.

Подробнее о предельных сроках ожидания диагностических процедур, начала лечения и госпитализации всегда можно узнать в страховой организации, в которой вы получали полис ОМС.

Врач подтвердил злокачественное новообразование/онкогематологию. Что делать, куда бежать?

Если диагноз подтвердился при амбулаторном обследовании или в непрофильном стационаре, лечащий врач даст направление, с которым нужно обратиться к онкологу в районной поликлинике за направлением в территориальный диспансер или отделение гематологии, где пациенту назначат углублённое исследование для определения тактики лечения.

Регулярное прохождение диспансеризации и профилактических осмотров позволит в значительной степени уменьшить вероятность развития у граждан опасных для жизни заболеваний, выявить их на той стадии, когда лечение ещё эффективно, позволит сохранить и укрепить здоровье, а при необходимости своевременно провести обследование и лечение.

Будьте внимательны к своему здоровью. Его сохранение и укрепление в немалой степени зависит от вас.

Бесплатную консультацию по вопросам оказания медицинской помощи в рамках ОМС можно получить по номеру контакт-центра в сфере обязательного медицинского страхования: 8-800-100-50-90.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА