



**Пресс-релиз**  
ГБУЗ СК «Ставропольский  
краевой центр общественного  
здоровья и медицинской  
профилактики»  
г. Ставрополь, ул. Тюльпановая,  
12/2, тел. 8 (8652) 99-05-62  
E-mail: [kravcmp@mail.ru](mailto:kravcmp@mail.ru)

*«Mens sana in corpore sano» -  
надо стремиться к тому,  
чтобы в здоровом теле  
был здоровый дух».*

*Римский поэт Ювенал*

Я есть, и я буду!

Ежегодно 4 февраля в нашей стране отмечается Всемирный день борьбы против рака. В этом году, как и прошлые годы, все мероприятия будут проходить под лозунгом «Я есть, и я буду». То есть, своевременная постановка диагноза, может спасти жизнь человека, а лечение и уход должны быть в равной степени доступны для всех. К сожалению, пандемия внесла определенные коррективы в работу онкологов. Так, по данным Ставропольского краевого клинического онкологического диспансера заболеваемость в этом году снизилась по сравнению с прошлым годом, что говорит о недостаточной выявляемости, подтверждается этот факт и снижением в этом году выявления онкологических заболеваний на ранней стадии. Сказались режим самоизоляции, приостановка проведения диспансеризации и профилактических осмотров со II квартала 2020 года.

Реализуемый в крае проект «Борьба с онкологическими заболеваниями» предполагает развитие инфраструктуры службы, укрепление материально-технической базы, в том числе строительство нового корпуса краевого онкологического диспансера, а также увеличение финансирования. Только из краевого бюджета на реализацию регионального проекта будет направлено 250 миллионов рублей, а всего из разных источников - 35 миллиардов!

Уровень помощи, оказываемой у нас в крае сравним, как с уровнем помощи в федеральных онкологических центрах, так и с передовыми заграничными клиниками. В то же время в России остро стоит проблема ранней диагностики. Возникновение 43 % раковых заболеваний можно предотвратить, соблюдая правила здорового образа жизни:

- Отказ от курения.
- Физическая активность.
- Сбалансированная, здоровая пища.
- Вакцинация против вирусов, вызывающих рак печени и шейки матки
- Отказ от длительного пребывания на солнце, а также посещения соляриев

По данным онкологов, среди мужчин самыми частыми являются заболевания предстательной железы, легких, бронхов и трахеи, а среди женщин – рак молочной железы и тела матки. Одинаково частым для всех является рак кожи.

В настоящее время рак не приговор: это болезнь, с которой можно справиться, которую умеют лечить. Практически на начальной стадии все опухоли поддаются терапии, причем в 99% случаев их можно вылечить хирургическим путем. Но чтобы добиться успехов в лечении, пациенту нужно доверять врачу, не обращаться к шарлатанам, которые спекулируют на его беде.

Существует два способа раннего выявления рака – раннее диагностирование и скрининг (систематическое проведение диагностики опухоли на ранней стадии).

Начиная с 50 лет каждому человеку не реже одного раза в год следует обследоваться у онколога. Женщина должна посетить гинеколога, проктолога и маммолога, мужчина – сделать рентген легких, обследовать желудок, толстую кишку и предстательную железу. Эти обследования являются ранним подходом к выявлению онкологических заболеваний. Берегите себя, своевременно проходите диспансеризацию.

03.02.2021

Подготовил врач-методист ГБУЗ СК  
«СКЦОЗиМП» Игорь Долгошеев