



ТОП-5 видов рака, которыми болеют мужчины

Медики обнаружили связь между отдельными видами злокачественных заболеваний и полом пациентов. Так был выведен ТОП -5 видов опухолей, которые чаще всего диагностируются именно у мужчин. Расскажем об этих видах и объясним, как их можно избежать.

1. Рак кишечника

Колоректальный рак чаще всего возникает из-за полипов - доброкачественных новообразований, которые можно обнаружить и сразу же удалить, пока они не переродились в рак, во время колоноскопии. Также для профилактики врачи рекомендуют проходить диспансеризацию с проведением исследования кала на скрытую кровь (в возрасте 40-64 года 1 раз в 2 года, 65-75 лет – ежегодно). При положительном результате после этого исследования все же рекомендуется пройти колоноскопию.

Для профилактики рака кишечника врачи советуют отказаться от жирной, острой и жареной пищи, фастфуда, частого употребления красного мяса, вести активный образ жизни и следить за весом.

2. Рак кожи

В целях профилактики рака кожи рекомендуется проходить осмотр у дерматолога и проверять родинки при помощи специального прибора – дерматоскопа. При обнаружении на коже подозрительного новообразования или явных изменений с родимыми пятнами - незамедлительно обращаться к врачу.

3. Рак предстательной железы

Чаще всего этим заболеванием страдают мужчины старше 40 лет. В целях профилактики врачи рекомендуют мужчинам после 40 лет ежегодно

проходить диспансеризацию и сдавать анализ крови на ПСА. Анализ делают бесплатно по полису ОМС мужчинам в возрасте 45, 50, 55, 60 и 64 года.

4. Рак легкого

Основная причина рака легкого - это курение. Поэтому основная профилактика данного заболевания – отказ от курения и нахождение на свежем воздухе. Рак легкого на начальной стадии никак не беспокоит пациентов. В целях профилактики, особенно курильщикам, рекомендуется раз в год делать рентгенографию или флюорографию, чтобы обнаружить заболевание как можно раньше.

5. Рак желудка

Основные причины злокачественных новообразований в пищеводе и желудке – неправильное питание, злоупотребление спиртными напитками, курение и присутствие в организме бактерии – хеликобактер. Для выявления хеликобактер можно пройти дыхательный тест и ПЦР-диагностику. А также гастроскопию - осмотр пищевода, желудка и двенадцатиперстной кишки - на выявление рака желудка и пищевода, а также других заболеваний желудка. Проводится в рамках диспансеризации один раз в 45 лет.

Медики напоминают, что на начальных стадиях онкологические заболевания не болят. Но это не значит, что нужно ждать. Лучше пройти профилактическое обследование и удостовериться, что со здоровьем все в порядке, или обнаружить заболевание на ранней стадии, когда оно лучше поддается лечению. Помните, что ранняя диагностика рака и других заболеваний важна для предотвращения распространения болезней и их эффективного лечения. Где пройти диспансеризацию: в поликлинике в будни с 8-00 до 20-00, по субботам с 9-00 до 16-00. Нужны лишь паспорт, СНИЛС и полис ОМС.