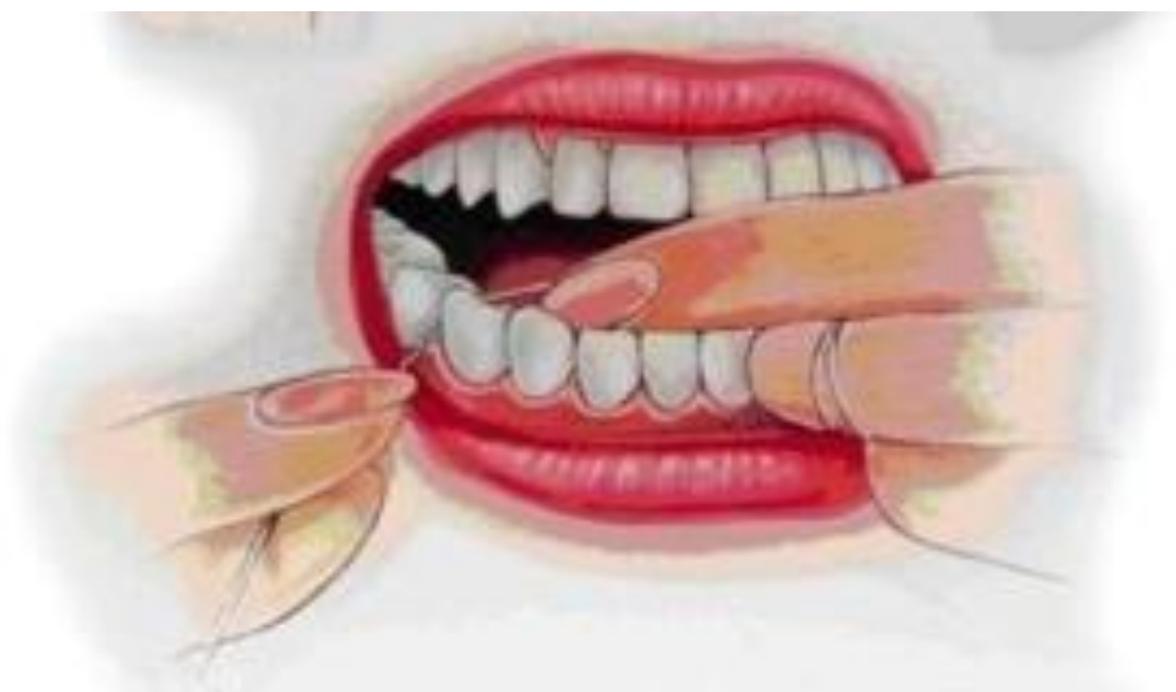




*Здоровый образ жизни – основа профилактики онкологических заболеваний!*

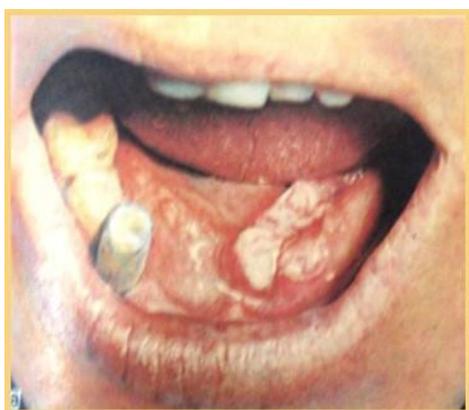


**Профилактика и ранняя  
диагностика  
злокачественных опухолей  
полости рта и глотки**

## РАК ОРГАНОВ ПОЛОСТИ РТА И ГЛОТКИ

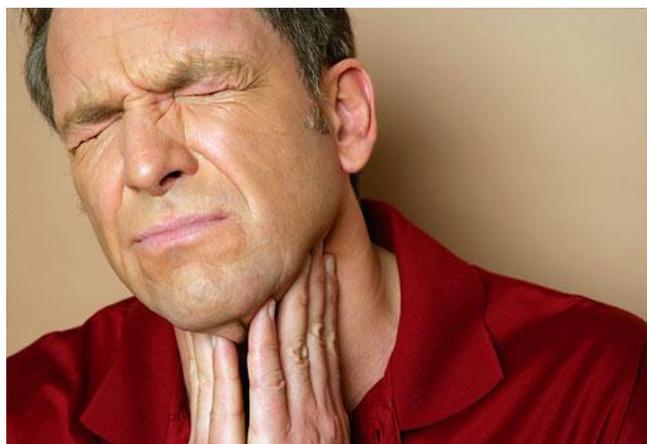
Заболеваемость составляет 2,25 случая на 100 000 населения. Соотношение мужчин и женщин — 3:1. Средний возраст больных — 60 лет.

Большое значение имеет употребление крепких алкогольных напитков, жевание бетеля и употребление наса (смесь табака, золы, извести и растительных масел). При отсутствии ухода за зубами возникают условия для развития инфекции, чаще возникают предраковые поражения слизистой оболочки.



У подавляющего числа больных в анамнезе имеется длительный период курения, употребления алкоголя, работы в условиях повышенной запылённости и высокой температуры. Особое значение имеет пыль, содержащая радиоактивные или вредные химические вещества, металлическая пыль. В промышленных городах рак гортани отмечают в 1,5—2 раза чаще, чем в сельской местности.

Начало заболевания обычно бессимптомно. Поэтому обращение к врачу с болезненным образованием (уплотнением, язвой) в полости рта должно настораживать. Необходимо выяснить скорость роста образования и изменение его характера. Рекомендуют консультацию стоматолога.



## ПРОФИЛАКТИКА

Основным направлением профилактики рака является борьба с курением и другими формами потребления табака. Во всех известных национальных и международных программах профилактики рака контролю курения придается первостепенное значение. Табак содержит никотин,



который признан международными медицинскими организациями веществом, вызывающим наркотическую зависимость. Никотиновая зависимость внесена в МКБ и соответствует ключевым критериям наркотической зависимости. Она характеризуется навязчивой, непреодолимой тягой к потреблению, несмотря на желание и повторяющиеся попытки отказаться, психоактивными эффектами, развивающимися при действии вещества на мозг, и особенностями поведения, вызванными воздействием психоактивного вещества, включая синдром абстиненции.

Чрезмерное потребление алкогольных напитков повышают риск развития рака полости рта и глотки.



Защитное влияние потребления овощей и фруктов против развития злокачественных опухолей у человека доказано для рака полости рта и глотки. Они содержат активные вещества, подавляющие развитие опухолей: витамины С и Е, а также

бета-каротин, селен, обладающие антиоксидантными свойствами, витамин А, фолиевая кислота, а также фитоэстрогены (изофлавинолы), флавоноиды, такие как кверцетин, индолы и т.д.

Достоверно доказано, что чем выше физическая активность, тем ниже риск. Суммирование результатов эпидемиологических исследований показало, что повышенная физическая активность снижает на 60% риск рака.

**БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!**



**Полноценное обследование и лечение злокачественных новообразований Вы можете получить в Государственном бюджетном учреждении здравоохранения «Клинический онкологический диспансер №1» министерства здравоохранения Краснодарского края**

***350040 г. Краснодар, ул. Димитрова, 146  
Телефоны: главный врач (861) 2336818, заведующий диспансерно -  
поликлиническим отделением (861) 2332143,  
регистратура поликлиники (861) 2336604.***