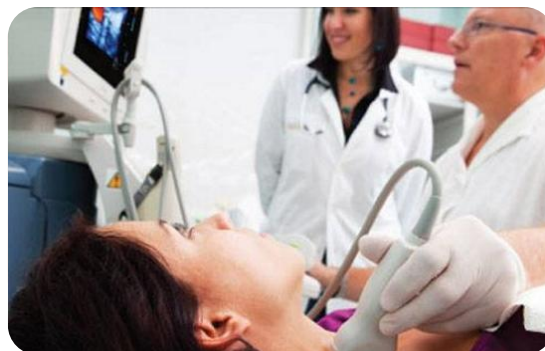


Меры профилактики

Учитывая тот факт, что рак щитовидной железы распространен практически среди всех возрастных групп населения и что он может рецидивировать и давать метастазы в другие органы даже спустя много лет после оперативного лечения, необходимо соблюдать определенные меры профилактики.

Прежде всего, необходимо вести здоровый образ жизни и отказаться от вредных привычек. Необходимо включать в ежедневный рацион продукты, богатые йодом (морскую капусту, рыбу и морепродукты, запеченный картофель, клюкву, клубнику, чернослив, молоко и кисломолочные продукты, сыры, йодированную соль), особенно это касается лиц, проживающих в районах йододефицита.

Основа профилактики рака щитовидной железы – своевременное лечение заболеваний щитовидной железы, своевременное и систематическое прохождение профилактических медицинских осмотров, особенно если Вы относитесь к группе риска (страдаете другими заболеваниями щитовидной железы, проходили в прошлом частое облучение).



Какие бы новые методы лечения ни применяли онкологи, успех зависит от своевременного выявления ранних форм онкологического заболевания!

Не отказывайтесь от диспансеризации и профилактического обследования!

Ваша жизнь и здоровье в Ваших руках!

ГБУЗ "Волгоградский областной центр медицинской профилактики"
Волгоград, ул. политрука Тимофеева, 5

Телефон: (8442) 36-26-20
E-mail: vocmp@vomiac.ru

государственное бюджетное учреждение
здравоохранения
"Волгоградский областной центр
медицинской профилактики",
Волгоград

ОНКО- ПРОФИЛАКТИКА



Рак ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

Среди многочисленных форм злокачественных заболеваний опухоли щитовидной железы составляют всего 1-3%. Раком щитовидной железы в 6 раз чаще заболевают женщины.

Из всех европейских стран в России самая высокая заболеваемость раком щитовидной железы, который лидирует среди всех опухолей эндокринной системы.

Рак щитовидной железы является так называемой «опухолью наружной локализации»: щитовидная железа расположена под кожей и легко доступна для обследования, в том числе и простейшего прощупывания и осмотра этой области. В связи с этой особенностью достаточно большое число случаев рака щитовидной железы выявляется на профилактических осмотрах (около 15 %). По этой же причине рак выявляется в более чем двух третях случаев на начальной стадии (первая и вторая – около 70 %), что дает больше шансов на своевременное и успешное лечение.

Раком щитовидной железы болеют не только пожилые люди, но и в молодом, в юношеском и даже детском возрасте – пики заболеваемости приходятся на юношеский (10-20 лет) и средний (45-60 лет) возраст.

Причины возникновения рака щитовидной железы

Все причины онкологии щитовидной железы не изучены до сих пор. Наиболее значимые риски возникновения рака связывают с наследственностью и воздействием радиации.

Неблагоприятные факторы:

- ➔ семейные формы рака щитовидной железы;
- ➔ наличие узлового или смешанного зоба без тиреотоксикоза;
- ➔ нарушения гормонального баланса в организме;
- ➔ **дефицит в рационе йода, кобальта, селена, меди;**
- ➔ радиоактивное облучение головы и шеи;
- ➔ радиоизотопное исследование йодом-131;
- ➔ пребывание в зоне ядерных аварий;
- ➔ химиотерапия;
- ➔ неблагоприятные условия окружающей среды (загрязнение радионуклидами).

Практически все заболевания щитовидной железы с гиперплазией можно считать предопухолевыми. Эти состояния относят к фоновым, так как их прямая связь с раком не доказана. Но статистика подтверждает наличие общих причин для гиперплазии и злокачественного перерождения тиреоидной ткани.

К фоновым процессам относят:

- ➔ хронический аутоиммунный тиреоидит;
- ➔ узловой зоб;
- ➔ диффузный зоб;
- ➔ аденому.



Симптоматика заболевания

Диагностика рака щитовидной железы на ранних стадиях затруднена из-за отсутствия яркой клинической картины. Часто основной жалобой больного является наличие узла на передней поверхности шеи. При этом узел, как правило, плотный, малоподвижный, с неровной поверхностью. Особенно внимательно нужно отнестись к появлению подобного симптома у ребенка – это сигнал к немедленному обращению к врачу.

Следующий ранний симптом – увеличенный шейный лимфатический узел и увеличение размеров самой железы. При прогрессировании заболевания появляются проблемы с глотанием, ощущение комка в горле. В зависимости от размера узла может беспокоить одышка, кашель, удушье, затруднения при проглатывании пищи.

Важно помнить, что онкология щитовидной железы излечима – поэтому при появлении первых симптомов необходимо обратиться к врачу.

Учитывая, что образование в щитовидной железе может быть доброкачественным, для подтверждения наличия злокачественной опухоли требуется проведение некоторых специфических исследований, которые назначит врач.



Профилактика рака щитовидной железы обеспечивается устранением причин, способных вызвать болезнь. Необходимо придерживаться здорового образа жизни и отказаться от вредных привычек. Следует исключить воздействие канцерогенов в процессе производственной деятельности, к минимуму свести психологические стрессы. После оперативного лечения профилактика включает оптимизацию режима и рациона питания. Самыми полезными антиопухолевыми продуктами считаются: капуста, репа, редис, бобовые, соя, фасоль, чечевица, морковь, петрушка, пастернак, сельдерей. Следует увеличить потребление белков – рыбы и морепродуктов, творога, яиц, нежирные сорта мяса. Следует ограничить потребление сахара и соли, но увеличить прием углеводов через мед, фрукты, соки.

Учитывая, что образование в щитовидной железе может быть доброкачественным, для подтверждения наличия злокачественной опухоли требуется проведение некоторых специфических исследований, в том числе;

- УЗИ;
- иммуноферментного анализа крови на онкомаркеры;
- анализа крови на уровень содержания гормонов в щитовидной железе;
- радиоизотопного сканирования железы;
- пункционной биопсии;
- лапароскопии;
- пневмографии;
- рентгенографии.

Эти анализы позволяют опередить обширность разрастания тканей опухоли, наличие вторичных опухолей и морфологию клеток, а также другие важные параметры. Методы лечения опухоли подбирают в зависимости от гистологического типа опухоли, степени ее агрессивности и индивидуальных параметров больного, к примеру, возраста, пола и т. д.

Важно знать, что онкология щитовидной железы излечима. Главное — это не допустить метастазирование на другие жизненно важные органы человеческого организма. Всё что нужно — это при первых же симптомах дискомфортного состояния в области щитовидки обратиться к врачу.

В зависимости от степени развития и формы образования, подбирается соответствующий способ лечения. Существуют различные лечебно-профилактические методы воздействия на раковые образования:

- гормональная и/или лучевая терапия;
- лечение радиоактивным методом;
- химиотерапия;
- хирургическое воздействие.