

Дышите полной грудью!

Рак лёгкого – одно из самых распространённых и губительных онкозаболеваний. Чаще всего его диагностируют у мужчин. Хотя его также называют раком курильщика, риск столкнуться с этим диагнозом есть не только у курящих людей. Однако болезнь можно предупредить, рассказал **зав. торакальным отделением Свердловского областного онкодиспансера, врач-онколог, торакальный хирург высшей категории Максим Руденко**.

«Фильтры» закоптились

– Максим Сергеевич, почему возникает рак лёгкого?

– Это не одно заболевание, а несколько разновидностей с общей локализацией – в лёгких. Например, плоскоклеточный рак, аденокарцинома, нейроэндокринные опухоли и другие. Наиболее частой причиной возникновения этих патологий является курение. И особенно это касается мужчин, которые в среднем на протяжении 30 лет ежедневно выкуривают пачку сигарет. Среди всех онкозаболеваний именно рак лёгкого имеет самый высокий показатель смертности мужчин. Небольшой процент онкопатологий лёгкого, которые не связаны с курением, формирует генетическую предрасположенность к раку в целом.

Также один из главных «фильтров» нашего организма страдает, если человек работает с асбестом, лакокрасочными изделиями и другими химикатами, в условиях повышенной запылённости и загазованности, и не соблюдает технику безопасности. Неблагоприятная экологическая обстановка тоже вносит вклад.

– Чем обусловлена высокая смертность мужчин от рака лёгкого?

– Рак лёгкого более агрессивный, чем в других локализациях. Для сравнения: в течение года этот рак убивает столько же пациентов, сколько в совокупности рак простаты, опухоли молочной и поджелудочной желёз, ободочной кишки. Шансы на излечение зависят от того, на какой стадии удалось выявить болезнь. Поначалу рак не болит, поэтому не нужно дожидаться сигналов от тела, чтобы обратиться к врачу. Некоторым же просто неохота идти в поликлинику или страшно, что при обследовании что-то обнаружится. В итоге до онколога они либо не доходят, либо попадают в больницу на поздней стадии.

А если найдут?

– Как защититься от этого онкозаболевания?

– Профилактика рака лёгкого состоит из двух этапов. Первый – предупреждение болезни. Нужно избегать риска, а значит не начинать курить или отказаться от этой привычки. К слову, запрет на курение в общественных местах сократил риск заболеть из-за вдыхания чужого дыма некурящими людьми. При работе на вредном производстве нужно соблюдать технику безопасности, к примеру, работать в респираторе, соблюдать распорядок труда и отдыха.

Второй этап – раннее выявление. Нужно проходить диспансеризацию регулярно, по назначению врача делать рентген грудной клетки (флюорография позволяет выявить до 72% образований, рентген более показателен) или компьютерную томографию. Если выявляется рак на ранней стадии (1a), обычно назначается малоинвазивная хирургическая операция, и шансы на полное излечение высокие. Главное – не возвращаться к вредной привычке, иначе возможен рецидив болезни.

Начиная со стадии 1в, врач может назначить дополнительно медикаментозное лечение. На стадии 2а и выше после операции обязательна химиотерапия или иная лекарственная терапия. Даже четвёртая стадия – не окончательный приговор, современные лекарственные средства позволяют многим пациентам прожить более пяти лет.

– Заменители сигарет могут снизить риски?

– Рано оценивать степень вреда электронных устройств для нагревания табака или испарителей. Да, они исключают воздействие сигаретных смол. Однако в состав жидкостей для вейпов, например, входят глицерин и пропиленгликоль, при соединении которых вырабатываются канцерогенные формальдегид и акролеин. А ещё вкусовые пищевые добавки, которые безвредны при употреблении в пищу и крайне вредны при вдыхании.

Выкуривание кальяна равняется 100–200 сигаретам (в зависимости от того, один человек курит или в компании). Кальян содержит продукты горения табака, угарный газ и микрочастицы от горения угля.

В большинстве случаев тяга к курению носит больше психологический, чем физиологический характер. Чтобы избавиться от неё, достаточно иметь твёрдое желание, а подходящий метод поможет подобрать врач.

Арина Шелкова