

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.



