



Российская Федерация • Министерство здравоохранения Калининградской области  
**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
«ЦЕНТР МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ И РЕАБИЛИТАЦИИ КАЛИНИНГРАДСКОЙ  
ОБЛАСТИ»**

**236006, г. Калининград, ул. Литовский вал, 64а**

ИНН 3906040488 • КПП 390601001

УФК по Калининградской области (Центр медицинской профилактики, л/с 03352013860)

доп.код 30005 КБК 03930304020020000180

ГРКЦ ГУ Банка России по Калининградской обл. г. Калининград

Исх. № 519 от 05.07.17 р/с 40603810000001000001, БИК 042748001, ОКОНХ 91514 • ОКПО 44180753

тел./факс (401 2) 46 72 71  
E-mail: [cmp@infomed39.ru](mailto:cmp@infomed39.ru)

В рамках реализации государственной политики в сфере пропаганды здорового образа жизни ГБУЗ «Центр медицинской профилактики и реабилитации Калининградской области» проводит информирование населения по вопросам профилактики заболеваний.

Просим Вас использовать предоставленный материал для информирования населения на безвозмездной основе.

**Пресс-релиз  
Профилактика рака прямой кишки**

Рак прямой кишки встречается в 2-10% случаев среди всех злокачественных новообразований, занимая по частоте 6-8 место. В настоящее время замечено непрерывное увеличение количества случаев. Ежегодно число больных увеличивается на 1%, что значительно выше аналогичного показателя при других опухолях.

Имеются факторы риска возникновения рака прямой кишки, изменить которые человеку не под силу. К ним относятся:

- Возраст и пол человека. Болезнь чаще всего поражает людей после 50 лет (мужчины заболевают в два раза чаще, чем женщины).
- Наследственность. Такая болезнь как семейный полипоз увеличивает риск заболевания в 3-5 раз.

**Устранимые факторы риска:**

- Увлечение мясокопченостями, употребление пищи с высоким содержанием животных жиров и бедную растительной клетчаткой.
- Хронические воспалительные заболевания толстого кишечника, обменные заболевания (сахарный диабет, метаболический синдром, ожирение).
- Полипы и трещины прямой кишки.
- Курение и злоупотребление алкоголем.
- Малоподвижный образ жизни, избыточная масса тела.
- Хронические стрессовые ситуации.

**Симптомы рака прямой кишки**

Чаще всего ранние стадии рака прямой кишки протекают без клинической симптоматики, что значительно затрудняет диагностирование и своевременное выявление злокачественного процесса. Со временем прогрессирующее опухоль начинает проявляться разнообразными симптомами.

Самые распространенные проявления: нарушение дефекации (запоры или поносы, «ленточный», «карандашный» стул), кровотечение из заднего прохода, примесь крови в кале, анемия (малокровие), беспричинное похудание неясного происхождения, боль в низу живота, крестце, промежности.

При наличии указанных симптомов необходимо обратиться к врачу-проктологу.

**Профилактические меры** злокачественных новообразований толстого кишечника включают:

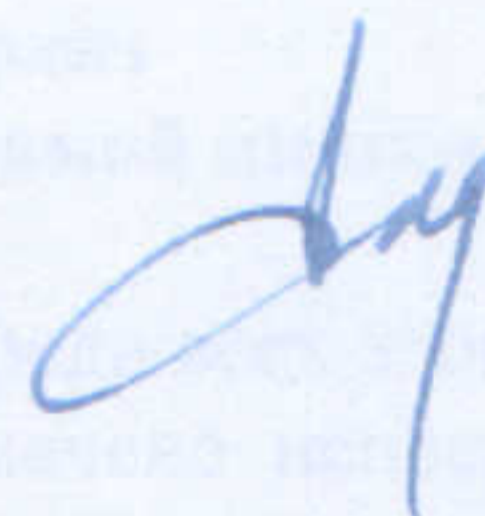
- регулярное обследование лиц, входящих в группу риска (люди старше 50 лет, больные с хроническими заболеваниями толстого кишечника);
- ведение активного образа жизни;
- отказ от курения и злоупотребления алкогольными напитками;
- своевременное выявление и лечение заболеваний кишечника;
- ежедневное употребление фруктов и овощей;
- снижение избыточного веса.

Наличие любого из перечисленных симптомов – повод обратиться к врачу. Не надо заниматься самолечением. Очень рискуют те, кто полагает, что с заболеваниями кишечника нетрудно справиться самим и простыми домашними средствами. В связи с этим упускается время, поистине драгоценное, когда речь идет о злокачественных новообразованиях.

Своевременное обращение к врачу в начальных стадиях заболевания и вовремя начатое лечение – могут дать положительный эффект излечения этого недуга.

Лечение, начатое поздно, не приносит желаемых результатов даже при использовании всего мощного арсенала современных лечебных средств.

И.О. главного врача



С.Д. Дадьянов