**С 26 июня по 02 июля 2023 года  Неделя профилактики рака лёгких**  
Рак легких – это злокачественное онкологическое образование, развивающееся из пораженного эпителия легких. К сожалению, несмотря на прогресс медицинских технологий, в настоящее время смертность от этого ракового заболевания высока, и составляет около 85% от числа заболевших, главная причина тому – выявление его на поздних стадиях. Рак легких занимает первое место по распространенности у мужчин и женщин среди злокачественных заболеваний.  
  
**Способствующие факторы**  
  
Курение (курящие с детского или юношеского возраста, выкуривающие более 25 сигарет в день, курящие сигареты из дешевых сортов табака без фильтра),  
Загрязненность атмосферного воздуха,  
Профессиональные вредности: асбест, мышьяк, никель, хром,  
Ионизирующая радиация,  
Хронические воспалительные процессы в бронхах и легочной паренхиме,  
Генетическая предрасположенность.  
Скрининг на рак легкого осуществляют с помощью ежегодной крупнокадровой флюорографии.  
  
**Основные методы исследования**  
  
рентгенография легких в прямой и боковой проекции,  
томография,  
бронхоскопия с забором материала для морфологического исследования.  
«Сигналы тревоги»  
  
стойкий мучительный кашель продолжительностью более 3 недель;  
повторные респираторные заболевания, протекающие с кашлем и лихорадкой;  
повторное или однократное кровохарканье;  
стойкая нерезкая боль в грудной клетке;  
длительное повышение температуры после острого респираторного заболевания, увеличенные лимфатические узлы в надключичной области.  
**Профилактика рака лёгких включает следующие рекомендации:**  
  
• отказ от вредных привычек, в первую очередь от курения;  
  
• соблюдение здорового образа жизни: правильное питание, богатое витаминами, и ежедневные физические нагрузки, прогулки на свежем воздухе;  
  
• своевременное лечение заболеваний бронхов, чтобы не было перехода в хроническую форму;  
  
• проветривание помещения, ежедневная влажная уборка квартиры;  
  
• необходимо снизить контакт с вредными химическими веществами и тяжелыми металлами до минимума. Во время работы обязательно использовать средства защиты: респираторы, маски.









