**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.









