

РАК: МИФЫ И ФАКТЫ.

Памятка для населения

МИФ ПЕРВЫЙ. Рак – неизлечимое заболевание.

Факт: многие виды онкологических заболеваний поддаются лечению, особенно на ранних стадиях. Результат лечения зависит от типа и разновидности заболевания, поэтому важно получить правильный диагноз. Большую роль имеет точная диагностика и своевременно начатое лечение. Выявить онкозаболевания на ранних стадиях поможет прохождение диспансеризации.

МИФ ВТОРОЙ. Рак полностью не излечивается. Он возвращается через некоторое время.

Факт: нет причин так думать, современная статистика это не подтверждает. Многие пациенты полностью излечиваются и ведут обычную жизнь. Пройдя курс лечения, необходимо соблюдать предписания врача и обязательно наблюдаться у онколога.

МИФ ТРЕТИЙ. Рак – самая страшная болезнь.

Факт: смертность от онкозаболеваний находится на втором месте в мире. На первом – заболевания сердечно-сосудистой системы. Кроме того, современные технологии позволяют продлить жизнь даже на поздних стадиях онкологии, человек живет, постоянно принимая препараты или проходя курс лечения. Аналогичным образом живут и миллионы людей с другими заболеваниями – гепатитом С, сахарным диабетом, ревматоидным артритом, болезнью Паркинсона и др.

МИФ ЧЕТВЕРТЫЙ. Раком можно заболеть после контакта с онкобольным.

Факт: рак не является инфекционным заболеванием, поэтому он не заразен, не передается от одного человека к другому. Причины развития злокачественных опухолей могут быть самыми разными – наследственность, другие заболевания, гормональные изменения, но никогда не были зафиксированы случаи передачи онкоклеток от одного человека другому через рукопожатие, поцелуй, кровь или воздушно-капельным путем. Скорее всего, этот миф имеет в своей основе психологический аспект – нежелание общаться с больным раком из-за страха, что каждый может оказаться в подобной ситуации.

МИФ ПЯТЫЙ. Народные средства эффективнее методов традиционной медицины.

Факт: при онкологии не следует отказываться от протоколов лечения, принятых в традиционной медицине, это может привести к необратимым последствиям. Народная медицина может быть использована в качестве дополнительного метода лечения. Перед тем, как прибегнуть к тому или иному нетрадиционному лечению, следует проконсультироваться с врачом –

онкологом.

МИФ ШЕСТОЙ. Правильный образ жизни и питание не имеют никакого значения.

Факт: вероятность возникновения злокачественных опухолей во многом зависит от образа жизни человека - что ест, что пьет, чем дышит. Занятия спортом, правильное питание, отказ от алкоголя и курения – все это делает организм более крепким и устойчивым к разного рода заболеваниям, в том числе и онкологическим.

МИФ СЕДЬМОЙ. Рак нельзя «тревожить»

Факт: для успешного излечения большинства онкологических заболеваний необходимо хирургическое вмешательство. Поэтому «не тревожить рак» - значит, подвергнуть опасности жизнь. Каждый человек сам принимает решение, как и у кого ему лечиться, но не следует слепо доверять экстрасенсам или врачевателям, следует критично относиться к любой информации.

МИФ ВОСЬМОЙ. Сотовые телефоны вызывают рак.

Факт: на данный момент четкая связь между этими явлениями не установлена. Вполне вероятно, что частое и продолжительное использование мобильного телефона вредит здоровью, впрочем, как и другая техника и бытовые приборы. Не следует во время сна класть телефон под подушку или рядом со спящим человеком.

МИФ ДЕВЯТЫЙ. Нельзя находиться на солнце.

Факт: нельзя находиться без защиты (крема, головного убора и одежды) под открытым солнцем с 12 до 16 часов дня, когда солнце наиболее активно. Солнечные ожоги на самом деле могут спровоцировать рак кожи. Но палящее солнце не менее опасно и при других заболеваниях (красная волчанка, сердечно-сосудистые заболевания, заболевания щитовидной железы и др.). В остальное время неактивные солнечные лучи полезны, и не только для детей, но и подростков и взрослых людей. Умеренное пребывание на солнце не только полезно, но и необходимо организму.

Не забывайте: ваше здоровье в ваших руках. Берегите себя и своих близких!

ОБУЗ «Центр общественного здоровья и медицинской профилактики»

2023 г.