Колоректальный рак: современное состояние проблемы

Новость о том, что дядю срочно положили в онкологическое отделение, подвергло в шок всех моих родственников. Никто не мог поверить диагнозу, поставленный врачами – «рак прямой кишки».

Здоровый мужчина, в возрасте 67 лет, который не пьет, не курит, внезапно оказался на больничной койке. Через месяц дяди не стало. Как объяснили врачи, его смерть можно было избежать, обратись он вовремя за медицинской помощью к специалистам.

По данным статистики, у каждого четвертого пациента раковые заболевания выявляют в запущенной стадии. Как и в случае с моим родственником, рак на первых стадиях протекает бессимптомно. Большое количество опухолей выявляется при распространённом процессе и запущенных стадиях, когда больному уже сложно помочь…

Как избежать риска заболевания раком и уберечь своих близких от страшного диагноза, также о методах выявления злокачественных новообразований толстой кишки на ранних стадиях и их профилактики мы поговорили с руководителем онкологического центра Сургутской ОКБ, кандидатом медицинских наук Алексеем Аксариным.

- Алексей Александрович, расскажите, пожалуйста, насколько актуальна проблема колоректального рака сегодня? Каковы данные социологических исследований и о чем говорят отчеты специалистов вашего центра?

– На сегодняшний день рак толстой кишки вышел на второе место по частоте заболеваемости. Ситуацию со своевременной диагностикой рака данной локализации я бы оценил не с лучшей стороны. К сожалению, у каждого четвёртого пациента опухоль выявляется в четвёртой стадии. Основная причина – скрытое течение болезни и халатное отношение людей к своему здоровью. Мы все привыкли жить с мыслью «если эта проблема меня не касается сейчас, то она не будет беспокоить меня и в будущем». Хотя, ранняя диагностика раковых заболеваний позволяет выявить болезнь на начальных стадиях, вовремя назначить пациенту радикальное лечение и тем самым сохранить ему жизнь. Миф о том, что рак не лечится – это в прошлом. Современная медицина сегодня распологает широким арсеналом лечебных методов, которые позволяют нашим пациентам выздороветь или в течение долго времени контролировать болезнь.

Многие люди не представляют масштаб проблемы раковых заболеваний, так как им это не интересно или не важно. Давайте взглянем на данные медицинской статистики: злокачественные новообразования толстой кишки, включая рак ободочной и прямой кишки,

занимают третье место в структуре онкологической заболеваемости населения мира. Что касается нашего региона, то по данным ракового регистра ХМАО-Югры за 2014 год, в структуре онкологической заболеваемости населения округа колоректальный рак занял второе место, уступая лишь раку молочной железы!
В последние годы злокачественные новообразования являются одной из основных причин смерти и инвалидизации населения, как развитых, так и развивающихся стран. Ежегодно в нашей стране около 190 тыс. человек впервые признаются инвалидами по онкологическому заболеванию (30% – инвалиды I группы, 55% – инвалиды II группы, 15% – инвалиды III группы).

- Получается, что в России колоректальный рак занимает одну из ведущих позиций среди раковых заболеваний?

– Да, всё верно! За последние 20 лет рак толстой кишки переместился в структуре онкологической заболеваемости населения Российской Федерации с 6-го на 3-е место. В России среди заболевших злокачественными новообразованиями мужчин колоректальный рак составляет 8,7%, прочно занимая 3-е место после рака легкого (26,5%) и желудка (14,2%). Среди заболевших женщин соответственно 11,1% вслед за раком молочной железы (18,3%) и кожи (13,7%). Мужчины заболевают раком прямой кишки в 1,5 раза чаще, чем женщины. Наиболее часто рак проявляется у лиц старше 48 лет, достигая пика в 70-75-летнем возрасте.

Тревожным является тот факт, что на 100 новых больных раком ободочной и прямой кишки приходится более 70 умерших, из них на первом году с момента установления диагноза – около 40%. Данное обстоятельство обусловлено тем, что при первичном обращении пациентов к врачу у больных раком ободочной и прямой кишки диагностируются запущенная форма рака (III-IV стадии).
По данным скрининга колоректального рака онкологического центра Сургутской ОКБ за 2012-2014 годы, из 11177 горожан, которые прошли профилактическое обследование у 0,2% (23 случая) выявлено рак толстой и прямой кишки. У 143 пациентов были обнаружены полипы толстой кишки (доброкачественные опухоли), которые со временем трансформируются в рак. Кстати, исследования подтверждают, что более чем 40% населения старше 60 лет имеют полипы в толстой кишке.

- Со статистическими данными всё понятно. Давайте теперь попытаемся разобраться в причинах заболевания – почему растет число больных колоректальным раком?

– Известно, что на здоровье человека в России влияют следующие факторы: генетика 15-20%, окружающая среда – 20-25%, медицина – 10-15%, условия жизни человека – 55%.
При заболевании колоректальным раком, немаловажную роль играют:
– наследственный фактор (если в семье есть родственники, перенесшие такую форму рака, риск развития у кровных родственников возрастает);
– у больных с хроническими воспалительными заболеваниями толстой кишки, особенно с язвенным колитом;
– частое употребление алкоголя, курение;
– наличия онкологического заболевания в прошлом;
– генетические изменения;
– малоподвижный образ жизни.

- Каковы симптомы рака прямой и ободочной кишки?

К сожалению, на ранних стадиях этот вид рака протекает бессимптомно. Тем не менее,

существуют некоторые признаки, на которые следует обращать особое внимание:
– Следы крови в кале;
– Появление длительных запоров и поносов, боли в прямой кишке и кровотечения из прямой кишки;
– Чувство дискомфорта и распирания в кишечнике;
– Необъяснимая тошнота, потеря аппетита, резкая потеря веса;
– Тазовые боли, обычно появляются на более поздних стадиях развития опухоли.

- Алексей Александрович, и последний, важный вопрос – как уберечь себя и своих близких от заболевания раком?

– Во-первых, ответственно относиться к своему здоровью и рекомендациям врачей. Кроме этого имеется возможность выявления рака на начальных стадиях с помощью скрининговой программы. С 2012г. в рамках диспансеризации населения во всех городских поликлиниках проводится профилактическое обследование (скрининг) с целью раннего выявления колоректального рака. Данный скрининг основан на выявлении скрытой (невидимой) крови в кале. Сегодня современные методики скрининга для определения скрытого кровотечения имеют более высокую специфичность и чувствительность в сравнении с традиционными методиками. То есть, результаты будут точными. Но, есть большой нюанс. Во время прохождения диспансеризации очень часто пациенты выбрасывают пробирки для сбора анализов, либо не доносят их до лаборатории, то есть беспечно относятся к рекомендациям врачей. Важно помнить, что ранняя диагностика рака толстой и прямой кишки доступна сегодня всем людям, которые хотят максимально снизить риск смерти от онкологических заболеваний. Более того, колоректальный рак поддается лечению гораздо легче, чем многие другие виды онкологических заболеваний. Вероятность успешного лечения рака на начальной стадии составляет более 95%.

Также, в целях профилактики советуем людям после 40 лет обеспечить регулярный прием растительной пищи и ограничение употребления «красного мяса» до 3 раз в неделю, отказаться от курения и употребления алкоголя. Вести здоровый образ жизни, заниматься спортом и контролировать массу тела. Известно, что колоректальный рак чаще развивается у людей, страдающих избыточным весом и ведущих малоподвижный образ жизни.
Берегите себя и своих близких, всё в ваших руках!