

## **Рак, который можно предотвратить**

Ещё один повод избавиться от вредных привычек

О ранних симптомах и группах риска рака полости рта рассказывает врач-онколог Свердловского областного онкологического диспансера Мария Килунова

### **Коварный агрессор**

**- Мария Леонидовна, где развивается рак полости рта?**

- Заболевание может развиваться на губах, дёснах, языке, нёбе, на дне ротовой полости (под языком), на внутренней поверхности щёк, в малых слюнных железах. Нередко рак слизистой оболочки полости рта распространяется на костную ткань, вызывая её разрушение.

**- Насколько опасен рак полости рта?**

- Злокачественные опухоли слизистых рта очень агрессивны. Это обусловлено их характерными признаками: быстрым ростом, ранним появлением метастазов и отсутствием болевых ощущений на начальных стадиях.

Опухоли этой локализации занимают шестое место среди всех онкологических заболеваний. Чем раньше пациент попадает к врачу, тем выше его шансы на выздоровление, при обнаружении новообразования на ранней стадии вероятность успешного лечения очень высокая.

**- Кто в группе риска?**

- Опухоли полости рта чаще диагностируют у пациентов после 60 лет.

В группе риска люди, злоупотребляющие алкоголем и табаком, в том числе жевательным. Мужчины болеют этим видом рака примерно в 3,5 раза чаще женщин.

Ещё один фактор риска - употребление слишком горячей пищи и напитков. Поэтому не рекомендуется пить очень горячий чай, чтобы не травмировать и не обжечь слизистую.

Вероятность заболеть повышена у тех, кто вовремя не лечит зубы, имеет хронические трещины или язвы на губах, постоянно травмирует слизистую

из-за острого края зуба или пломбы, не соблюдает правила гигиены полости рта.

**- Какие первые признаки этого онкологического заболевания можно обнаружить при осмотре?**

- Должны насторожить следующие симптомы: непроходящее красное, розовато-красное или белесовато-розовое пятно, уплотнение, язва или узловое образование на слизистой, онемение во рту или боль. Иногда могут беспокоить нарушения подвижности языка, и связанное с этим, изменение речи, проблемы с глотанием, увеличение лимфоузлов на шее, кровотечения из слизистой полости рта, не связанные с травмами.

Если эти изменения не проходят, следует обратиться к стоматологу. При подозрении на опухолевую патологию, он направит к онкологу. Поставить диагноз и начать лечение рака ротовой полости важно как можно раньше — только в этом случае можно надеяться на благоприятный исход.

**«Нет!» - вредным привычкам**

**- Как часто надо посещать врача, если нет тревожных симптомов?**

- Наиболее эффективным методом выявления предраковых состояний и новообразований в полости рта является осмотр врача, на него следует приходить раз в год, даже если вас ничего не беспокоит.

Обязательно регулярно посещайте стоматолога, это позволит выявить заболевание на ранних стадиях, когда шансы на излечение наиболее велики.

**- Как защитить себя от этого вида рака?**

- Чтобы предотвратить развитие злокачественной опухоли полости рта, необходимо отказаться от вредных привычек: курения и алкоголя. Также важно, как уже говорили выше, соблюдать гигиену полости рта, своевременно лечить стоматологические заболевания, исправлять дефекты зубного ряда, правильно подбирать ортодонтические и ортопедические конструкции.

Рак языка и полости рта может возникнуть у любого человека, но чаще он развивается под воздействием факторов риска. Большинство из этих факторов можно устранить, а значит заболевание можно предотвратить!