

Острая проблема мягкого места

Когда вы приходите на ежегодную диспансеризацию (вы же не пропускаете ее, правда?!), одно из исследований, которое вам обязательно назначают, - это кал на скрытую кровь.

Анализ позволяет на ранней стадии выявить рак толстой кишки, когда еще нет никаких подозрений. Когда симптомы уже заметны, - это не ранняя стадия. Но и такое заболевание поддается лечению!

Что такое колоректальный рак, насколько он распространен и как его вовремя диагностировать, рассказал заведующий отделением колопроктологии Свердловского областного онкологического диспансера, врач-хирург, онколог, колопроктолог Николай Владимирович Махотин.

— Злокачественная опухоль толстой кишки – колоректальный рак – с каждым годом регистрируется все чаще. Этот вид рака по распространенности выходит на лидирующие позиции и является наиболее распространенным в развитых странах со стабильной экономикой.

Это цена, которую люди платят за быстрое развитие технологий: качество жизни улучшается, люди становятся менее мобильными, чаще страдают ожирением...

— **Только ли гиподинамия влияет на здоровье?**

— Вредные привычки питания: употребление красного мяса, особенно приготовленного при высоких температурах; избыток животного жира в рационе; недостаток пищи, богатой растительной клетчаткой — все это также негативно влияет на состояние кишечника и способствует развитию патологических процессов. А также рост числа онкологических заболеваний связан с увеличением продолжительности жизни: дольше живем – выше шанс обнаружить у себя различные заболевания.

— **Насколько агрессивен рак толстого кишечника?**

— На ранних стадиях колоректальный рак хорошо поддается лечению. Более того, даже у пациентов с четвертой стадией есть шанс на полное выздоровление. Тем не менее, чем раньше замечены проблемы, тем проще их решить.

Что должно насторожить:

- Расстройство стула – как запор, так и понос, которое возникло без очевидных причин или сохраняется длительное время (две-три недели, месяц). То есть рацион вы скорректировали, чувствуете себя неплохо, но расстройство пищеварения сохраняется.
- Боль в животе любой локализации.
- Понижение гемоглобина в крови (анемия).
- Любое выделение слизи или крови при акте дефекации.

Все эти симптомы — повод как можно быстрее обратиться к врачу, который назначит диагностическую процедуру — колоноскопию.

Нужно заметить: если появляются характерные для колоректального рака симптомы, то мы уже не можем вести речь о начальной стадии. На ранних стадиях этот вид рака ничем себя не выдает, пациент чувствует себя абсолютно здоровым.

— У каких пациентов рак обнаруживают чаще всего? Вы сказали, одна из причин — долгожительство. Значит ли это, что подавляющее большинство пациентов колопроктолога — люди старшего возраста?

— Средний возраст людей, болеющих колоректальным раком, — 60–70 лет. Но рак кишечника с каждым годом молодеет, его обнаруживают у людей на пике жизненной активности. Поэтому анализ кала на скрытую кровь входит в перечень исследований для людей старше 45 лет в рамках ежегодной диспансеризации.

— Наследственность имеет значение?

— Да, в группе риска по колоректальному раку находятся те, у кого прямые родственники — чаще всего родители — имели опухоль толстой кишки. Но также нельзя сбрасывать со счетов и общие факторы риска развития онкологических заболеваний: это курение, злоупотребление алкоголем, избыточный вес и малоподвижный образ жизни.

— То есть среди мер профилактики можно опять-таки назвать здоровый образ жизни?

— Безусловно! И первое, что можно сделать для собственного благополучия, — это отказаться от курения. Или не начинать курить вообще.

Далее — важно здоровое питание: старайтесь употреблять в пищу больше клетчатки (овощей и фруктов) и меньше переработанного красного мяса.

Не надо стесняться идти на прием к врачу-проктологу. Любые жалобы (изменение стула, наличие крови, синдром раздраженного кишечника) должны быть поводом для посещения специалиста, который назначит правильное обследование и лечение.

— Что помогает обнаружить колоректальный рак?

— Выявить онкопатологию позволяет исследование кала на скрытую кровь. Оно входит в стандарт диспансеризации для пациентов старше 45 лет. Если тест на скрытую кровь оказался положительным — пациент направляется на колоноскопию.

Колоноскопия — один из лучших методов диагностики рака толстой кишки. Этот метод, к слову, является и лечебным, поскольку с его помощью не только обнаруживаются, но и удаляются полипы толстой кишки, которые являются предраковым заболеванием.

Но стоит иметь в виду, что развитие рака из полипов происходит медленно, годами. Именно поэтому очень важно обнаружить полипы как можно в более раннем возрасте. Исследование кала на скрытую кровь показано

людям с 45–50 лет, но сегодня в медицинском сообществе считается, что этот тест можно начинать делать с 35 лет.

В настоящее время в Свердловской области совершенствуется система ранней диагностики колоректального рака. Теперь колоноскопию под седацией (медикаментозным сном) можно пройти не только на базе Свердловского областного онкодиспансера в Екатеринбурге, но и в его филиале в Каменске-Уральском.

— Николай Владимирович, подведите итог всему сказанному. Зачем нужно обследоваться?

— Чтобы быть здоровым! Опухоли желудочно-кишечного тракта входят в пятерку самых распространенных онкологических заболеваний в мире. А колоректальный рак занимает третье место среди всех онкологических заболеваний. При этом в подавляющем большинстве случаев он развивается из доброкачественного полипа, который можно удалить безболезненно и быстро (процедура колоноскопии длится 15-45 минут) и таким образом предотвратить серьезный диагноз.

Как правило, злокачественные новообразования толстой кишки диагностируют у пациентов старше 60 лет, но рак молодеет. Не пренебрегайте диспансеризацией! Чтобы обнаружить онкопатологию на ранней стадии, необходимо регулярно проходить колоноскопию начиная с 45 лет или еще раньше, если у вас есть наследственный фактор.

Помните, что время, которое вы выделите для профилактической диагностики, может спасти вашу жизнь и здоровье.