

# РАК ЛЕГКИХ

## ВЫБЕРИ ЖИЗНЬ!

РАК ЛЕГКОГО - САМЫЙ РАСПРОСТРАНЕННЫЙ ВИД РАКА У МУЖЧИН

**1** Кашель, который усиливается или не проходит долгое время

**2** Проблемы с дыханием, одышка

**3** Хриплый голос

**4** Кашель с мокротой

**5** Мокрота с признаками крови

**6** Постоянная боль в груди

**ФАКТОРЫ РИСКА**

- Курение
- Пассивное курение
- Факторы окружающей среды и наследственность
- Работа с химическими веществами
- Радиоактивное облучение
- Частые воспалительные заболевания легких

**ПРОФИЛАКТИКА**

- Ежегодная флюорография
- Отказ от курения
- Здоровый образ жизни
- Снижение негативного воздействия окружающей среды, вредных химических веществ
- Своевременное лечение воспалительных заболеваний

ЗАМЕТИЛИ ХОТЯ БЫ ОДИН ИЗ ВЫШЕПЕРЕЧИСЛЕННЫХ ПРИЗНАКОВ?  
ОБРАТИТЕСЬ К ТЕРАПЕВТУ, ПУЛЬМОНОЛОГУ!

**НЕ УПУСТИТЕ ВРЕМЯ!**

**РАННЯЯ ДИАГНОСТИКА РАКА ЛЕГКИХ - ЗАЛОГ УСПЕШНОГО ЛЕЧЕНИЯ И СПАСЕНИЯ ЖИЗНИ**

С 3 по 9 ноября 2025 года в России проходит неделя профилактики рака лёгких.

Основным фактором риска развития рака легкого является курение. У тех, кто курит, вероятность развития рака легких в 15-30 раз выше, чем у некурящих. Курение служит причиной 80- 90% всех случаев рака легкого у мужчин. У российских женщин число случаев рака легкого, причиной которого является курение, ниже, однако в последнее время наблюдается тенденция к росту.

На риск развития заболевания оказывает влияние возраст начала курения, длительность курения и количество сигарет, выкуриваемых в день. Отказ от курения приводит к постепенному снижению риска заболеть раком легкого в течение жизни – чем раньше человек отказывается от курения, тем меньше риск. Так, у мужчин, бросивших курить до 40 лет, риск заболеть раком в течение жизни практически равен таковому у некурящих.

Важно! Некурящие не защищены полностью от этого заболевания, 10–20% случаев рака лёгких случаются у тех, кто не курит, но до половины из них – бывшие курильщики.

Пассивное курение (вдыхание табачного дыма людьми, находящимися рядом с курильщиками) повышает риск рака легкого у никогда не кутивших

людей, что подтверждено десятками исследований. У некурящих женщин, мужья которых курят, риск рака лёгких повышен почти в 2 раза.

Риск заболеть раком повышается и у людей, страдающих хроническими заболеваниями легких. Среди таких болезней — хронический бронхит и хроническая обструктивная болезнь легких (ХОБЛ). Оказалось, что у некурящих людей с ХОБЛ риск развития рака легкого в 2,5 раза превышал риски некурящих без ХОБЛ.

Наиболее высокому риску, как и ожидалось, подвергались люди с ХОБЛ и одновременно курящие, у них риск увеличивался более чем в 6 раз по сравнению с никогда не курившими людьми без ХОБЛ.

Еще одним вредным фактором для респираторной системы является газ радон. Радон — это радиоактивный газ без запаха, цвета и вкуса. Радон образуется в процессе природного радиоактивного распада урана, который присутствует во всех горных породах и почвах. Радон может также присутствовать в воде. Концентрация радона в атмосферном воздухе как правило, не представляет опасности. Однако внутри помещений, а также в плохо проветриваемых местах концентрация выше.

Радон является одной из основных причин развития рака легких. По оценкам, этот газ вызывает от 3% до 14% всех случаев рака легких. Вероятность развития рака легких в результате воздействия радона у курильщиков в 25 раз выше, чем у некурящих.

Среди некурящих, профессиональные канцерогены являются причиной развития рака легкого у 4% мужчин и 1% женщин. Из профессиональных канцерогенных факторов рак легкого чаще всего обусловлен воздействием никеля, хрома, мышьяка, каменноугольной смолы, пыли асбеста, кадмия, паров формальдегида. Кроме того, к доказанным канцерогенным факторам относятся сажа, деготь, гудрон, продукты сгорания угля внутри помещения, пары серной кислоты, испарения при жарке во фритюре при высокой температуре.

В связи с тем, что раком заболевают не все курящие и подвергшиеся другим, менее значимым факторам риска, индивидуальный риск, по-видимому, определяется индивидуальной предрасположенностью к развитию рака легкого. Ученые считают, что с генетической предрасположенностью связано около 8% случаев рака легких. С большей вероятностью генетика способствует развитию рака легких у людей молодых (до 50 лет), преимущественно женщин и никогда не куривших.