

ЭТО ПРЕДУПРЕДИТ РАК ЖЕЛУДКА

В настоящее время современная онкология располагает эффективными методами диагностики и лечения злокачественных опухолей. Главное в предупреждении злокачественных опухолей своевременно обнаружить предопухолевый процесс и ликвидировать его как благоприятную для рака почву.

Надо иметь в виду, что некоторые болезни желудка протекают почти без болевых ощущений, мало беспокоят человека, и больные зачастую не придают особого значения слабовыраженным проявлениям болезни, не обращаются к врачу за помощью и используют для лечения домашние средства.

Болезнь в таких случаях становится хронической и, как известно, труднее поддается лечению. В первую очередь, это касается заболеваний желудочно-кишечного тракта. Если хронические заболевания – гастриты, язвенную болезнь, полипоз желудка и другие – не лечить, то они прогрессируют с годами и постепенно могут привести к развитию злокачественной опухоли. Выявление и излечение этих заболеваний может предупредить развитие рака. Ряд следующих признаков должно насторожить каждого человека

1. Беспричинная общая слабость, снижение работоспособности, быстрая утомляемость.
2. Немотивированное стойкое снижение аппетита, иногда даже полная потеря его, вплоть до отвращения к мясной и жирной пище, желудочный дискомфорт, т.е. утрата физиологического чувства удовлетворения от принятия пищи.
3. Чувство тяжести и тупые боли в области желудка, тошнота, отрыжка.
4. Прогрессирующее похудение, бледность кожных покровов.
5. психическая депрессия, потеря интереса к окружающему миру, к труду, отчужденность.

Больные, страдающие полипозом желудка, язвенной болезнью желудка и хроническими гастритами, относятся к группам повышенного риска и

подлежат ежегодному обследованию, а с язвенной болезнью желудка и анацидными атрофическими гастритами – два раза в год.

Эти советы помогут сохранить здоровье:

- Соблюдайте правильный режим питания. При любых условиях труда и быта находите время для приема пищи в необходимые часы (не реже 3-4 раз в день).
- Если вы страдаете хроническими заболеваниями желудка, пищу принимайте через три часа, но небольшими порциями.
- Особенно строго соблюдайте назначенную врачом диету в период обострения заболевания, который длится от 3 до 12 дней.
- Избегайте переедания.
- Не принимайте очень горячую пищу и не злоупотребляйте острой и пряной пищей.
- Не курите и не прибегайте к употреблению алкогольных напитков.
- Поддерживайте ежедневные регулярные опорожнения кишечника.
- Щадите нервную систему избегайте ссор, волнений, учитесь управлять своими чувствами, воспитывайте в себе выдержку.
- Разумно чередуйте труд и отдых.

Своевременно лечите все хронические заболевания желудка, т.к. впоследствии они могут стать почвой для развития рака. Помните, что рак, также как и другие болезни, легче предупредить, чем лечить.

Врач – онколог

Сауленко О.И.