

## «Колоректальный рак»

Николай Махотин, заведующий отделением колопроктологии Свердловского областного онкологического диспансера, врач-хирург, онколог, колопроктолог рассказал об особенностях и профилактике колоректального рака.

### **- Насколько сейчас распространён рак кишечника?**

- Злокачественная опухоль толстой кишки – колоректальный рак – с каждым годом регистрируется всё чаще. Этот вид рака по распространённости выходит на лидирующие позиции, обгоняя другие виды. Он является наиболее распространённым в развитых странах со стабильной экономикой.

### **– С чем это связано?**

– Это цена, которую платят за быстрое развитие технологий – они по мере улучшения качества жизни делают людей менее мобильными и ведут к ожирению. Вредные привычки питания (красное мясо, особенно приготовленное при высоких температурах, избыток животного жира в пище, недостаток пищи, богатой растительной клетчаткой) также негативно влияют на состояние кишечника и способствуют патологическим процессам. И, наконец, рост числа онкологических заболеваний связан с увеличением продолжительности жизни.

При этом надо сказать, что на ранних стадиях колоректальный рак хорошо поддаётся лечению. Более того, даже у пациентов с четвёртой стадией есть шанс на полное выздоровление.

### **– На какие симптомы надо обратить внимание?**

– Появившееся расстройство стула – как запор, так и понос, которое возникло без очевидных причин или сохраняется длительное время (две-три недели, месяц), несмотря на предпринимаемые меры, к примеру, коррекцию рациона. Боль в животе любой локализации, понижение гемоглобина в крови (анемия), любое выделение слизи или крови при акте дефекации. Все эти симптомы – повод обратиться к врачу, а для врача это повод отправить пациента на колоноскопию. Если появляются характерные для колоректального рака симптомы – это уже не ранняя стадия. На ранних стадиях этот вид рака ничем себя не выдаёт – человек чувствует себя абсолютно здоровым.

### **– Какие методы исследования помогают обнаружить колоректальный рак?**

– Выявить онкопатологию позволяет такой косвенный метод, как исследование кала на скрытую кровь, которое входит в стандарт диспансеризации для пациентов старше 45 лет. Один из лучших методов диагностики рака толстой кишки – колоноскопия.

Этот метод, к слову, является и лечебным, поскольку с его помощью не только обнаруживаются, но и удаляются полипы толстой кишки, которые являются предраковым заболеванием.

На колоноскопию направляются пациенты, у которых оказался положительный тест на скрытую кровь. То есть раннему выявлению колоректального рака способствует регулярное прохождение диспансеризации, в программу которой для людей определённого возраста включён скрининг рака толстой кишки.

Но тут нужно иметь в виду, что развитие рака из полипов происходит медленно, годами. Именно поэтому очень важно в более раннем возрасте выявлять именно полипы. 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.

#### **– Кто входит в группу риска?**

– Средний возраст людей, заболевших колоректальным раком – 60–70 лет. Но рак кишечника с каждым годом молодеет, т. е. его обнаруживают у людей на самом пике жизненной активности, а не на склоне лет.

Кроме того, в группу риска по колоректальному раку входят те, у кого прямые родственники (чаще всего родители) имели опухоль толстой кишки. Нельзя сбрасывать со счетов и общие факторы риска развития онкологических заболеваний, в том числе и рака толстой кишки, а именно – курение, злоупотребление алкоголем, избыточный вес, малоподвижный образ жизни.

#### **– Как профилактировать колоректальный рак?**

– Безусловно, первое, что можно сделать, – отказаться от курения. Для сохранения здоровья важно правильное полноценное питание. При этом надо стараться употреблять больше клетчатки – овощей и фруктов – и меньше переработанного красного мяса. Если есть проблемы с функционированием кишечника (синдром раздраженной кишки, нарушения стула), это нужно обязательно лечить.

Не надо бояться или стесняться обращаться за помощью к врачу-проктологу. Врач этой специальности отвечает за здоровье важной и деликатной части человеческого тела. И, наконец, нужно понимать, что если вам исполнилось сорок пять лет, то необходимо на всякий случай сдать кал на скрытую кровь и сделать колоноскопию. Любые жалобы (изменение стула, наличие крови) должны быть поводом для посещения врача. Нужно обратиться к специалисту, который назначит правильное обследование и лечение.

#### **- Есть ли возможность своевременно обследоваться по такой деликатной проблеме не только в Екатеринбурге, но и в области?**

- Да, это обследование доступно не только в столице Урала. Более того, 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.

В Филиале Свердловского онкодиспансера в Каменске-Уральском в рамках нацпроекта «Здравоохранение» завершён ремонт и дооснащение эндоскопического кабинета. Линейку оборудования дополнили двумя современными колоноскопами и двумя видеогастроскопами, которые предназначены для проведения эндоскопической диагностики, направленной на выявление раннего рака желудочно-кишечного тракта. Появилась возможность проводить манипуляции более комфортно под медикаментозным сном (седацией). Врачи рассчитывают, что это поможет повысить приверженность жителей Каменска к регулярным профилактическим осмотрам, направленным на своевременное выявление одного из самых распространённых видов рака – толстой кишки.

Кроме вышеперечисленных обследований в профильном эндоскопическом кабинете появилась возможность проводить высокоинформативные эндоузи – методика сочетает в себе все функциональные возможности ультразвукового и эндоскопического исследования верхних отделов желудочно-кишечного тракта, поджелудочной железы, гепатобилиарной системы (отвечает за выработку и вывод желчи из организма), органов средостения. При необходимости возможно одномоментное удаление небольших новообразований (полипов) для оперативного проведения биопсии.

В Филиале областного онкодиспансера в Каменске-Уральском колоноскопию можно провести комфортно, под седацией. Исследование непродолжительное, длится от 15 до 45 минут.

Подводя итог нашей беседе, хочу напомнить, что опухоли желудочно-кишечного тракта входят в пятёрку самых распространённых онкологических заболеваний в мире. Например, колоректальный рак занимает третье место среди всех онкологических заболеваний у мужчин, и у женщин. При этом в подавляющем большинстве случаев он развивается из небольшого доброкачественного полипа, который можно удалить безболезненно, предотвратив серьёзный диагноз.

Как правило, злокачественные новообразования толстой кишки диагностируют у пациентов старше 60 лет. Не пренебрегайте диспансеризацией! Чтобы обнаружить онкопатологию на ранней стадии, необходимо регулярно проходить колоноскопию начиная с 45 лет (еще раньше, если есть наследственный фактор риска развития). Такое обследование является самым эффективным способом ранней диагностики этого вида рака.

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

