

## **15 октября - Всемирный день борьбы с раком груди**

В 1985 году ВОЗ учредил Всемирный день борьбы с раком груди. С тех пор мероприятия, посвящённые профилактике этого заболевания, проходят во многих странах мира, включая и Россию.

В Астрахани пройдет акция под общим девизом: **«Рак не приговор. Победить болезнь можно, своевременно обратившись к врачу!»** В медицинских учреждениях года и области состоятся Школы здоровья, мастер-классы, лекции и беседы по профилактике и самодиагностике онкопатологии молочной железы.

13.10.17 г. в Центре медицинской профилактики состоится День открытых дверей. Будет организована зона обследования, доступ в которую открыт для всех желающих. Прием проводят врач-терапевт, врач-хирург и психолог. По показаниям будут делать УЗИ. В этот же день в Центре социальной поддержки Ленинского района Астрахани состоится профилактический урок для сотрудников учреждения «Даже рак можно предотвратить!» В нем примут участие онколог Городской поликлиники № 5, специалисты Центра здоровья ЦМП и психолог ЦМП. Акцент во время встречи будет сделан на выявление факторов риска, которые увеличивают появление заболевания в разы

Факторы риска для развития рака молочной железы есть управляемые и неуправляемые. И если на неуправляемые факторы, к которым относятся возраст, генетическая предрасположенность, экология - мы не можем воздействовать, то управляемые находятся в нашей власти. К управляемым факторам риска относятся зависимости (курение, алкоголизм), нездоровое питание (приводящее к ожирению), стрессы, нарушение дневного биоритма (фазы работы и отдыха). Умеренное отношение ко всем проявлениям жизни поможет сохранить здоровье.

14.10.17 – специалисты Центра медицинской профилактики и Областного онкологического диспансера примут участие в выездной акции День онкологической акции. На этот раз врачи проведут профилактические осмотры и консультации в районной больнице Черноярского района АО. В команде врачи разных профилей: гинеколог, маммолог, уролог, онколог по локализации новообразований на коже, голове и шеи. Также здесь будет проведена школа здоровья по первым признакам заболевания и методикам самообследования с использованием фантома молочной железы.

Самообследование груди желательно проводить хотя бы один раз в месяц. Самый показательный период 6-12 день менструального цикла. При обнаружении уплотнения или других любых подозрительных симптомов не медлите и срочно обратитесь к врачу.

Для уточнения время прохождения мероприятий, посвящённых Всемирному дню борьбы с раком груди, обратитесь в кабинет или отделение медицинской профилактики вашей участковой поликлиники.

Материал подготовлен

редакционно-издательским  
отделом ГБУЗ АО «ЦМП» - 2017 год