Автор: А.Г.Светилов, заведующий поликлиникой

Как показывают исследования, женщины обычно более бдительны, чем мужчины, в том, что касается профилактических осмотров и проверок на рак. Также женщины чаще проверяют и потенциально опасные симптомы. Однако молодые женщины склонны игнорировать признаки, указывающие на рак. У них существует предубеждение, что рак – это проблема пожилых людей. И хотя в это действительно хочется верить, правда в том, что онкологическое заболевание может возникнуть в любом возрасте.

Конечно, некоторые женщины так же хорошо, как и мужчины, умеют «не замечать» недомогание. Есть люди, которые сознательно игнорируют имеющиеся у них симптомы рака. Обычно, но не всегда, это следствие отрицания. У многих существует уверенность в том, что рак не лечится, поэтому они стараются просто не замечать проблему.

Разговоры о тревожных симптомах не должны вызывать у пациентов болезненной реакции, считают онкологи. Никто не должен думать, что нужно обязательно следить за каждым, даже самым незначительным, изменением в организме.

Сохраняя в голове здоровый баланс между отрицанием и ипохондрией, мы расспросили онкологов о признаках, заметив которые, женщины не должны впадать в панику и подозревать у себя рак.

Прочитайте о 15 возможных симптомах рака, которые женщины часто игнорируют.

1. Необъяснимая потеря веса

Многие женщины мечтают сбросить вес без специальных усилий. Но необъяснимая потеря веса – например, 2,5 килограмма в месяц без увеличения количества упражнений или уменьшения объема пищи – должна быть проверена. Онкологи считают, что рак является причиной необъяснимой потери веса до того момента, пока не будет доказано обратное. Конечно, это может быть следствием другого состояния, например,

сверхактивностью щитовидной железы, что тоже является серьезным синдромом.

Поэтому ваш врач может назначить анализ гормонов щитовидной железы и, возможно, компьютерную томографию разных органов. Для постановки диагноза необходимо будет исследовать все вероятные причины, одну за другой.

2. Вздутие живота

Это настолько распространенная проблема, что многие женщины не обращают на нее никакого внимания. Однако это состояние может указывать на рак яичников. Другие симптомы этого онкологического заболевания включают боль в животе или в области таза, быстрое чувство насыщения и проблемы с мочеиспусканием.

Если вздутие живота беспокоит вас почти каждый день в течение нескольких недель – необходимо проконсультироваться с врачом. Доктор внимательно расспросит вас о течении болезни и назначит, в частности, компьютерную томографию и анализ крови.

3. Изменения груди

Большинство женщин знают о состоянии своей груди, даже если не проводят специальных самопроверок, и, как правило, чувствуют, если появляются уплотнения. Но это не единственый симптом, который указывает на рак груди. Покраснение и утолщение кожи груди, например, может указывать на очень редкую, но агрессивную форму рака груди – воспалительный рак – и должно быть проверено. Если вы обнаружите высыпания, которые сохраняются в течение нескольких недель, вам необходимо показаться врачу.

Если изменился вид соска, или вы заметили выделения (и при этом не кормите грудью), обратитесь к врачу. Если это продолжается в течение какого-то времени, есть причины для беспокойства. Кроме того, если ваши соски изначально плоские, это не страшно. Но изменение их вида может быть беспокоящим симптомом.

В этом случае врач тщательно проверит грудь и назначит такиеанализы, как маммограмма, ультразвук, магнитно-резонансную томографию, и, возможно, биопсию.

4. Кровотечение между менструациями или иное нетипичное кровотечение

Женщины перед менопаузой часто игнорируют кровотечение между менструациями, говорят онкологи. Они также игнорируют кровотечение из желудочно-кишечного тракта, по ошибке принимая его за менструации.

Но кровотечение в промежутке между менструациями, особенно, если обычно они случаются регулярно, необходимо проверить, так как это может быть симптомом рака эндометрия. Кровотечение из желудочно-кишечного тракта может быть признаком рака толстой кишки.

Обратите внимание на то, что является для вас нормальным, говорят онкологи. Если у женщины никогда не было выделений в середине цикла, и вдруг они появились, это ненормально.

Рак эндометрия – распространенный вид гинекологического рака. Как минимум три четверти людей с таким диагнозом имели в анамнезененормальные кровотечения как ранний признак.

В зависимости от продолжительности кровотечений и других симптомов ваш врач может назначить ультразвуковое обследование или биопсию.

5. Изменения кожи

Большинство из нас внимательно наблюдают за изменениями родинок – хорошо известным признаком рака кожи. Так же внимательно необходимо наблюдать и за изменениями пигментации кожи. Если вы обнаружите выделения крови на коже или

слишком сильное шелушение, запишитесь н априем к врачу. Трудно сказать, в течение какого времени изменения кожи становятся достаточным поводом для визита к врачу, однако большинство экспертов сходятся во мнении: нельзя бездействовать больше нескольких недель.

6. Трудности с глотанием

Если у вас возникли трудности с глотанием, вы, возможно, уже изменили свой рацион таким образом, чтобы жевание не было проблемой, например, переключились на супы или жидкую пищу, например, белковые коктейли.

Но эти затруднения могут быть признаком рака желудочно-кишечного тракта, например, рака пищевода.

Ваш врач, скорее всего, назначит такие анализы, как рентгеновское исследование груди или проверку желудочно-кишечного тракта.

7. Кровь не там, где надо

Если вы заметили кровь в моче или в выделениях кишечника, не подозревайте у себя сразу геморрой. Это может быть признаком рака толстой кишки.

Ваш врач будет задавать различные вопросы и, возможно, назначитанализы, например, колоноскопию – проверку кишечника на предмет рака.

Кровь в моче действительно может быть следствием менструации, однако все же следует сделать анализы, чтобы исключить рак мочевого пузыря или почек.

О таком симптом, как кашель с кровью, тоже необходимо сообщить врачу. Один случай неправильного выделения крови может не говорить ни о чем, но если это происходит более одного раза, необходимо записаться на прием к врачу.

8. Постоянная ноющая боль в животе и депрессия

Каждой женщине, испытывающей боль в животе и депрессию, необходимо сдать анализы. Некоторые исследователи обнаружили связь между депрессией и раком поджелудочной железы, но эта связь плохо доказана.

9. Нарушения пищеварения

Несварение желудка без видимой причины – еще один красный флажок. Это может быть ранним сигналом рака пищевода, желудка или горла.

При осмотре врач расспросит вас об истории симптомов и задаст вопросы о несварении прежде,чем назначит какие-либо анализы.

10. Изменения во рту

Курильщикам необходимо быть особенно внимательными по отношению к любым белым полоскам во рту или белым точкам на языке. Оба этих признака могут указывать на предраковое состояние, называемое лейкоплакией, которое может развиться в рак полости рта.

Обратитесь к своему стоматологу или врачу, чтобы он посмотрел на эти признаки и принял решение о дальнейших действиях.

11. Боль

С возрастом люди склонны чаще жаловаться на различные боли. Но такое широкое понятие, как боль, может быть и ранним признаком некоторых видов рака, хотя большинство жалоб на боль не являются следствием рака.

Необходимо проверить любую постоянную необъяснимую боль. Скрее всего, ваш врач внимательно запишет историю и, основываясь на этой информации, решит, что именно необходимо проверить.

12. Изменения лимфатических узлов

Уплотнения или утолщения в лимфатических узлах подмышками или на шее могут быть поводом для беспокойства.

Если вы видите, что лимфатический узел постепенно увеличивается в течение месяца или дольше, обратитесь к врачу. Доктор осмотрит вас и проверит возможные причины, которые могут влиять на увеличение лимфатических узлов.

Если причины не найдены, врачи, как правило, назначают биопсию.

13. Жар

Если у вас жар, который не является следствием гриппа или другой инфекции, то такой симптом может указывать на ранние формы рака крови, например, лейкемию или лимфому.

Другие симптомы рака могут включать желтуху или изменение цвета стула.

Врач проведет тщательный осмотр, запишет историю симптомов и назначит анализы, такие как рентгенографию груди, компьютерную томографию, магнитно-резонансную томографию или другие.

14. Усталость

Усталость – другой неясный симптом, который может указывать как на рак, так и на другие проблемы. Необъяснимая усталость – если вы чувствуете себя без сил, несмотря на отсутствие какой-либоактивности – может начаться после того, как рак начал прогрессировать, а также на ранних стадиях некоторых видов рака, например, лейкемии или некоторых видов рака кишечника или желудка.

15. Постоянный кашель

Кашель нередко возникает вместе с простудой, гриппом, аллергией, а иногда является побочным эффектом лекарств. Но продолжительный кашель – длящийся более трех или четырех недель – нельзя игнорировать.

В том случае вам необходимо обратиться к врачу. Доктор проверит горло, функционирование легких и, возможно, назначит ренгтгеновские исследования, особенно, если вы курите.

Уважаемые женщины, прислушайтесь к своему организму!

Обращайтесь к врачам поликлиники своевременно!