

4 февраля 2017 года



В целях профилактики суицидального поведения детей и подростков в конференц-зале Технического колледжа прошла информационно-просветительская беседа, приуроченная Всемирному дню борьбы против рака.

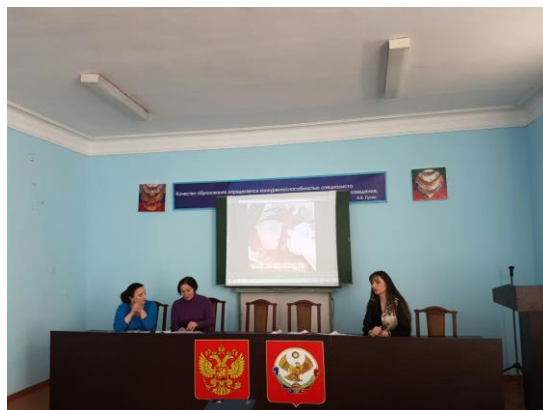
**Цель данного мероприятия** – повышение осведомленности о раке как одном из самых страшных заболеваний современной цивилизации, привлечения внимания к предотвращению, выявлению и лечению этого заболевания.

Мероприятие открыла заместитель директора по воспитательной работе Технического колледжа - Абдуллаева Анна Алиевна.

Были приглашены гости с Республиканского центра медицинской профилактики – Халилова Камиля Далгатовна, Аварханова Айшат Гимбатовна – лор врач, онколог.

Врач педиатр-инфекционист, профессор, зав. курсом детских инфекций ДГМА, доктор медицинских наук, врач высшей категории - Улуханова Лала Уджаговна. Как отметили гости, по данным Всемирной Организации Здравоохранения, развитие, по крайней мере, трети всех онкологических заболеваний можно предотвратить.

Хотя здоровый образ жизни не может гарантировать полное отсутствие вероятности развития онкологического заболевания у человека, результаты многих исследований показывают, что у людей, выбравших здоровый образ жизни, снижен риск развития некоторых видов рака. Для профилактики онкологических и других заболеваний существуют определенные универсальные рекомендации, которые дают медицинские работники. Эти меры входят в понятие здорового образа жизни и могут улучшить способность нашего организма предотвращать развитие онкологических заболеваний.





Министерство здравоохранения Республики Дагестан  
Республиканский центр медицинской профилактики

## Рак кишечника

**Факторы риска**

Главная опасность кроется в том, что ты ешь. Среди вегетарианцев рак толстого кишечника встречается гораздо реже. Как всегда виноваты животные жиры и белки. Из них образуются вещества, способствующие образованию опухолей — канцерогены. Нерациональное питание способствует запорам, а при них время воздействия этих веществ на стенки толстого кишечника значительно усиливается. Имеет значение и наследственная предрасположенность.

**Самодиагностика**

Существует ряд признаков, по которым человек может заподозрить разлад в кишечнике: **чередование поносов и запоров, вздутие живота, выделение крови, боли.**

Все это вовсе не указывает конкретно на рак. На деле проблема может оказаться не такой серьезной, однако **рассказать врачу об этих симптомах необходимо.**

**Обращайтесь своевременно к врачу. Это залог успешного лечения!**

Министерство здравоохранения Республики Дагестан  
Республиканский центр медицинской профилактики

## Профилактика рака молочной железы

Каждая женщина может сама заметить изменения или начальные симптомы заболевания молочных желез. Наиболее опасным заболеванием является рак молочной железы. Необходимо проводить самопрофилактику рака.

**Оптимально вступать в брак в возрасте 25 лет. Регулярная половая жизнь в условиях брака наиболее благоприятна для женщины. Первую беременность, заканчивающуюся родами, целесообразно иметь в 25-30 лет. Необходимо грудное вскармливание ребенка, отказ от абортов. Для профилактики беременности нужна консультация врача-гинеколога.**

Необходимым условием профилактики является современное лечение заболеваний яичников, щитовидной железы, печени.

**Важно научиться самообследованию желез.**

**Осмотр белья** — Прежде всего, раздевшись, следует осмотреть те места на белье, которые соприкасаются с сосками. Наличие пятен — бесцветных, буроватых, кровянистых — свидетельствует о выделении из сосков, которые могут появиться при некоторых болезненных изменениях в молочных железах.

**Осмотр молочных желез** — Внимательно осмотрите соски молочных желез: не изменилась ли форма, не появились ли втяжения, изъязвления, корочки в области сосков и ареолы. Мягко надавливая на соски, проверить, нет ли выделений из сосков. Раздевшись до пояса, следует встать перед зеркалом и внимательно осмотреть

