



## РАСПРОСТРАНЁННОСТЬ ОНКОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ В МИРЕ И ПУТИ ИХ РАННЕГО ВЫЯВЛЕНИЯ

Ашуров Жахонгир Зафарович

Искандаров Акмальжон Кувандикович

Шаханов Ислон Эркинович

Ординаторы кафедры «Общей онкологии»

Самаркандский государственный медицинский университет,  
Самарканд, Узбекистан

<https://doi.org/10.5281/zenodo.11277455>

### ARTICLE INFO

Qabul qilindi: 18-may 2024 yil

Ma'qullandi: 20-may 2024 yil

Nashr qilindi: 24-may 2024 yil

#### KEY WORDS

рак, онкология,  
распространенность, факторы  
риска, ранняя диагностика,  
профилактика, скрининг,  
самообследование, симптомы.

### ABSTRACT

*В статье представлены данные о наиболее распространенных видах рака в мире, а также о факторах, которые могут увеличить риск его развития. Описаны методы раннего выявления рака, включая скрининговые исследования, самообследование и обращение к врачу при наличии симптомов. Кроме того, даны рекомендации по профилактике рака, которые включают отказ от курения, ограничение потребления алкоголя, здоровое питание, поддержание здорового веса, регулярную физическую активность, защиту от солнца и вакцинацию против ВПЧ.*

### Введение

Рак – это одно из самых распространенных и опасных заболеваний в мире. Ежегодно он уносит жизни миллионов людей. По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), в 2020 году от рака погибло почти 10 миллионов человек, что составляет почти каждый шестой случай смерти.

В последние десятилетия отмечается рост заболеваемости раком. Это связано с целым рядом факторов, таких как старение населения, изменение образа жизни, рост потребления табака и алкоголя, а также воздействие канцерогенных факторов окружающей среды.

*Распространенность онкологических заболеваний*

Наиболее распространенными видами рака в мире являются:

- Рак молочной железы (2,26 млн случаев);
- Рак легких (2,21 млн случаев);
- Рак толстой и прямой кишки (1,93 млн случаев);
- Рак предстательной железы (1,41 млн случаев);
- Рак кожи (немеланомный) (1,20 млн случаев);
- Рак желудка (1,09 млн случаев).

Следует отметить, что распространенность различных видов рака может значительно отличаться в разных странах и регионах.

### **Факторы риска развития рака**

Существует множество факторов, которые могут увеличить риск развития рака. К ним относятся:

- **Возраст:** Чем старше человек, тем выше риск развития рака.
- **Генетика:** Некоторые люди рождаются с генетической предрасположенностью к развитию рака.
- **Образ жизни:** Курение, злоупотребление алкоголем, нездоровое питание и отсутствие физической активности увеличивают риск развития рака.
- **Окружающая среда:** Воздействие канцерогенных факторов, таких как асбест, радон и ультрафиолетовое излучение, может увеличить риск развития рака.

### *Раннее выявление рака*

Раннее выявление рака – это один из самых эффективных методов его лечения. Чем раньше он диагностирован, тем выше шансы на успешное лечение.

Существует множество методов раннего выявления рака, среди которых:

- **Скрининговые исследования** проводятся у людей без каких-либо симптомов рака с целью выявления заболевания на ранней стадии.
- **Самообследование** позволяет выявить некоторые виды рака на ранней стадии, например, рак молочной железы или рак кожи.
- **Симптомы:** необходимо обращаться к врачу, если у вас есть какие-либо симптомы, которые могут быть признаком рака, например, потеря веса без видимой причины, усталость, боль, изменение привычек кишечника или мочеиспускания, образование опухолей.

Помимо уже существующих методов раннего выявления рака, в последние годы активно разрабатываются и внедряются новые, более совершенные методы.

К числу наиболее перспективных относятся:

**Жидкая биопсия:** анализ крови или других биологических жидкостей (мочи, лимфы) на наличие опухолевых клеток, ДНК или РНК.

**Циркулирующие опухолевые клетки (ЦОК):** метод, позволяющий обнаружить в крови единичные раковые клетки, отделившиеся от первичной опухоли.

**Иммуноцитохимия:** метод, позволяющий определить тип раковых клеток по специфическим белкам, находящимся на их поверхности.

**Генетические исследования:** анализ ДНК или РНК опухолевых клеток для определения мутаций, которые могут быть использованы для разработки targeted therapy.

**Визуализация с помощью наночастиц:** использование наночастиц, связанных с флуоресцентными метками или радиоактивными изотопами, для обнаружения опухолей.

**Оптическая когерентная томография (ОКТ):** метод, позволяющий получить высокоразрешенные изображения биологических тканей in vivo, что позволяет выявить ранние стадии развития рака.

**Преимущества новых методов:**

- **Высокая точность:** новые методы позволяют с большей точностью диагностировать рак на ранней стадии, чем традиционные методы.
- **Неинвазивность:** многие новые методы не требуют хирургического вмешательства или других инвазивных процедур.
- **Возможность персонализации лечения:** информация, полученная с помощью новых методов, может быть использована для разработки индивидуальных планов лечения рака.

Важно отметить, что новые методы раннего выявления рака находятся на стадии разработки и еще не все из них доступны широкой публике.

Следует также помнить, что раннее выявление рака не гарантирует его полного излечения, но значительно повышает шансы на успешное лечение.

### Профилактика рака

Существует ряд мер, которые можно предпринять для снижения риска развития рака:

- **Отказ от курения:** Курение является одной из основных причин развития рака.
- **Ограничение потребления алкоголя:** Злоупотребление алкоголем увеличивает риск развития рака.
- **Здоровое питание:** Употребление в пищу большого количества фруктов, овощей и цельнозерновых продуктов может снизить риск развития рака.
- **Поддержание здорового веса:** Избыточный вес и ожирение увеличивают риск развития некоторых видов рака.
- **Регулярная физическая активность:** Физическая активность может снизить риск развития рака.
- **Защита от солнца:** Чрезмерное воздействие ультрафиолетового излучения может привести к развитию рака кожи.
- **Вакцинация:** Вакцинация против вируса папилломы человека (ВПЧ) может снизить риск развития рака шейки матки.

### Заключение

Рак – это серьезное заболевание, но его можно победить. Раннее выявление и профилактика – это ключи к успешному лечению и снижению риска развития рака.

### Список литературы:

1. <https://www.who.int/ru/health-topics/cancer>
2. <https://www.rbc.ru/life/news/65faba3d9a7947369818b6fe>
3. <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/cancer>
4. Барсукова Е. А., Седых Е. Л., Романцов В. В. ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ОНКОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ НАСЕЛЕНИЯ НОВОПОКРОВСКОГО РАЙОНА КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ ЗА 2018 ГОД.
5. Базарова З. НАРУШЕНИЯ МОЧЕВЫДЕЛИТЕЛЬНОЙ ФУНКЦИИ ПРИ БЕРЕМЕННОСТИ //Евразийский журнал медицинских и естественных наук. – 2024. – Т. 4. – №. 5. – С. 126-130.
6. Жарская Н. А. АНАЛИЗ ОНКОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ГОРОДА МИНСКА //Рекомендовано редакционно-издательским советом ГрГМУ (протокол № 14 от 24.11. 2023). – 2024. – С. 75.
7. Киямова Л. и др. ОСОБЕННОСТИ ТЕЧЕНИЯ ОСЛОЖНЕННОГО ГЕСТАЦИОННОГО ПИЕЛОНЕФРИТА У БЕРЕМЕННЫХ //Solution of social problems in management and economy. – 2024. – Т. 3. – №. 1. – С. 194-201.
8. Киямова Л. и др. СОСТОЯНИЕ НЕОВАГИНЫ ПОКАЗАТЕЛИ PH МЕТРИКИ //Академические исследования в современной науке. – 2024. – Т. 3. – №. 4. – С. 74-84.
9. Киямова Л. и др. ДИАГНОСТИКА СИНДРОМА ГИПЕРАКТИВНОГО МОЧЕВОГО ПУЗЫРЯ //Theoretical aspects in the formation of pedagogical sciences. – 2024. – Т. 3. – №. 2. – С. 138-145.
10. Киямова Л. и др. СОВРЕМЕННЫЕ АСПЕКТЫ ЛЕЧЕНИЯ СИНДРОМА ГИПЕРАКТИВНОГО МОЧЕВОГО ПУЗЫРЯ //Models and methods in modern science. – 2024. – Т. 3. – №. 1. – С. 237-243.
11. Обеснюк В. Ф. ВОЗРАСТНАЯ ДИНАМИКА ИНТЕНСИВНОСТИ ОНКОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ УКАЗЫВАЕТ НА СУЩЕСТВОВАНИЕ УЯЗВИМЫХ ПОДГРУПП //Анализ риска здоровью. – 2023. – №. 3. – С. 29-38.

12. ПАРХОМЕНКО С. П., БАДРИЕВ З. Ф. СТАТИСТИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ОНКОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ В РСО-АЛАНИЯ ЗА ПЕРИОД 2020-2022 ГГ. – Международный центр научного партнерства «Новая Наука»(ИП Ивановская ИИ) КОНФЕРЕНЦИЯ: НОВАЯ НАУКА-НОВЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ Петрозаводск, 07 февраля 2024 года Организаторы: Международный центр научного партнерства «Новая Наука»(ИП Ивановская ИИ), 2024.
13. Худоярова Д., Зубайдуллоева З., Хайитбоев Д. ОБЩАЯ КЛИНИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ОБСЛЕДОВАННЫХ БЕРЕМЕННЫХ //Евразийский журнал медицинских и естественных наук. – 2024. – Т. 4. – №. 2. – С. 57-61.
14. Худоярова Д. Р., Турсунов Н. Б. «ОСТРЫЙ ЖИВОТ» В ГИНЕКОЛОГИИ: СОВРЕМЕННЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ.
15. Худоярова Д. и др. ПРАВОВЫЕ АСПЕКТЫ ЯТРОГЕНИИ В АКУШЕРСТВЕ //Молодые ученые. – 2024. – Т. 2. – №. 4. – С. 110-113.
16. Шопулотов Ш. и др. ГЕСТАЦИОННЫЙ ПИЕЛОНЕФРИТ //Центральноазиатский журнал образования и инноваций. – 2024. – Т. 3. – №. 1 Part 2. – С. 61-65.
17. Юнусова З. НОВЫЕ ВЗГЛЯДЫ НА МЕТОДЫ ПРОФИЛАКТИКИ ОСЛОЖНЕНИЙ ПОСЛЕ МЕДИКАМЕНТОЗНОГО АБОРТА //Евразийский журнал медицинских и естественных наук. – 2024. – Т. 4. – №. 5. – С. 207-211.
18. Uralov S. et al. IMMUNOLOGICAL INDICATORS IN STENOSING LARINGOTRACHEITIS IN CHILDREN //Science and innovation. – 2024. – Т. 3. – №. D1. – С. 81-86.
19. Yakubovich S. I. et al. EVALUATION OF THE CLINICAL EFFECTIVENESS OF ANTIBIOTIC THERAPY IN COMBINATION WITH TOPICAL STEROIDS IN THE TREATMENT AND PREVENTION OF RECURRENT BACTERIAL SINUSITIS //European International Journal of Multidisciplinary Research and Management Studies. – 2024. – Т. 4. – №. 03. – С. 205-213.
20. Yakubovich S. I., Abdumuminovna S. Z. THE EFFECTIVENESS OF ULTRASOUND NON-PUNCTURE TECHNOLOGY WITH ENDONASAL INTRADERMAL ANTIBIOTIC THERAPY IN THE TREATMENT OF CHRONIC PURULENT POLYSINUSITIS //Science and Innovation. – 2024. – Т. 3. – №. 4. – С. 307-311.