



# ПРОФИЛАКТИКА ЗЛОКАЧЕСТВЕННЫХ НОВООБРАЗОВАНИЙ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

Проблема рака щитовидной железы – самой распространенной опухоли среди злокачественных новообразований органов эндокринной системы - становится все более актуальной для населения Астраханской области.

**Заболеваемость раком щитовидной железы имеет несколько пиков, обусловленных возрастом и состоянием ткани щитовидной железы:**

- Первый пик выпадает на период полового созревания детей;
- Второй приходится на середину между 30 и 40 годами жизни. Как правило, рак развивается в этом возрасте на фоне неизменной тиреоидной ткани;
- Третий пик совпадает с началом климактерического периода и соответствует началу шестой декады жизни;
- Четвертый пик заболеваемости раком щитовидной железы выпадает на середину седьмого десятилетия жизни людей. В этом возрасте развивается одна из наиболее злокачественных опухолей человека – недифференцированный рак.

**К настоящему времени накоплено большое количество фактов, проливающих свет на причины возникновения опухолей. В этиологии рака щитовидной железы важное значение имеют генетические и экологические факторы (в 40% случаев), в особенности сочетание этих обстоятельств жизни, наблюдающихся почти у каждого третьего больного с тиреоидной патологией.**

**В настоящее время проблема радиационной причины возникновения опухоли становится одной из самых актуальных.**

**Рак щитовидной железы развивается на фоне снижения функции щитовидной железы в условиях недостатка йода или поражения ионизирующим излучением, химическими канцерогенами, тяжелыми психогенными травмами.**

**Недостаток йода в пище приводит к снижению функции щитовидной железы и компенсаторному увеличению ее размеров, что, в свою очередь, повышает риск развития рака щитовидной железы. Также повышает риск развития рака щитовидной железы и активное увлечение солнечными процедурами, что актуально для Астраханской области.**

**Необходимо срочно обратиться к врачу при следующих проявлениях данной патологии:**

- Изменение голоса, осиплость;
- Нарушение дыхания;
- Нарушение глотания, ощущение «комка» в горле;
- Набухание шейных вен, одутловатость лица;
- Возникновение опухоли на шее.

**Профилактические меры, которые помогут снизить риск возникновения заболеваний щитовидной железы, очень просты:**

**В пище должно быть достаточное количество продуктов, содержащих повышенное количество йода: йодированная соль, курага, грецкие орехи и т.д.**

**Желательно не находиться длительно на солнце, особенно в периоды его активности: летом в обеденное время.**

**Людям с любыми заболеваниями щитовидной железы необходимо регулярно наблюдаться у врача-эндокринолога, чтобы не пропустить выявление рака в начальных стадиях, особенно если уже были заболевания данного органа у близких родственников.**

**Задача каждого из нас – регулярно проходить профилактические медицинские осмотры, диспансеризацию, своевременно обращаться к врачам.**