

Профилактика опухолей головы и шеи

К опухолям головы и шеи относят онкологические заболевания носа, рта, гортани, глотки, слюнных желез, придаточных пазух. Опухоль эндокринной, лимфатической, центральной нервной системы и глаз в эту группу не входят. Доля опухолевых образований области головы и шеи составляет около 20 % онкологической заболеваемости. Часто эти опухоли оказываются очень агрессивны: они быстро растут, дают множественные метастазы и с трудом поддаются лечению. Для того, чтобы успешно справляться с опухолями головы и шеи, онкологи взаимодействуют с узкими специалистами, в частности, с отоларингологами, стоматологами и дерматологами.

По расположению различают опухоли губ, слизистой оболочки и полости рта, языка, слюнных желез, глотки, гортани, носа, околоносовых пазух. Опухоли головы и шеи могут иметь соединительнотканное, эпителиальное, нейрогенное происхождение. По степени зрелости клеток среди них выделяют высокодифференцированные и незрелые, последние хуже поддаются лечению и ухудшают общий прогноз.

Спровоцировать развитие опухолей головы и шеи могут различные причины. Вот некоторые из них:

- злоупотребление алкоголем;
- курение и нюхательно-жевательный табак;
- употребление спиртосодержащих жидкостей для ополаскивания полости рта;
- некоторые вирусы (вирус Эпштейна-Барр, вирус папилломы человека, и др.);
- профессиональные вредности (контакт с древесиной и текстильной пылью, сажей, краской, металлом и др.);
- радиоактивное излучение;
- регулярное употребление слишком горячей пищи.

Чаще всего новообразования головы и шеи возникают у пациентов в возрасте старше 50-ти лет. Клинические проявления опухолей данной группы в зависимости от расположения и стадии могут быть очень разнообразными.

Защититься от онкологических заболеваний на 100% невозможно. Однако есть несколько способов уменьшить вероятность заболеть некоторыми видами рака. Вот главные правила, как это сделать:

1. Не курить;
2. Не загорать;
3. Держатся нормы при употреблении алкоголя или не пить вообще;
4. Поддерживать здоровый вес;
5. Быть физически активным;
6. Предотвращать заражение некоторыми вирусами;
7. Принимать препараты для профилактики;

ЛОР – врач

Кондратьева Т. М.