**Рак пищевода**

**Рак пищевода** – это злокачественная опухоль, развивающаяся из клеток, покрывающих слизистую оболочку пищевода.

Основным проявлением рака пищевода является постепенно нарастающее затруднение прохождение пищи по пищеводу!!!

Вначале пациенты отмечают задержку при приеме грубой и сухой пищи и вынуждены запивать ее жидкостью, в дальнейшем нарушается прохождение кашицеобразной пищи и, наконец, приходит момент, когда больной не в состоянии проглотить даже воду.

Могут беспокоить другие симптомы, на которые следует обратить внимание

* боли при глотании
* боли за грудиной или между лопатками
* похудание
* осиплость голоса
* поперхивание и кашель при приеме пищи
* изжога
* появление увеличенных лимфатических узлов в надключичной области или на шее

**Вышеописанные симптомы могут быть не связаны с раком пищевода, однако, при возникновении любого из них необходимо незамедлительно обратиться к врачу!**

**Профилактика рака пищевода:**

1. **ИСКЛЮЧИТЬ:**
* курение табака
* злоупотребление крепкими спиртными напитками

* употребление кислот и щелочей (химический ожог пищевода)
* частое употребление очень горячей пищи и напитков (термический ожог пищевода)

1. **Снизить вес** (если у человека ИМТ более 25 кг/м2)

**Формула расчета:**

ИМТ= масса (кг)/рост (м2)

1. Лечение и следование рекомендациям врача по поводу ГЭРБ (ГастроЭзофагеальной Рефлюксной Болезни) и таких предраковых заболеваний как:
	* пищевод Барретта
	* Ахалазия пищевода .
	* Рубцовая стриктура

Рак желудка

рак желудка - заболевание, характеризующееся злокачественной опухолью, находящейся в покровных тканях желудка.


#### Основные симптомы при раке желудка:

* Усталость, быстрая утомляемость, снижение работоспособности организма.
* Тяжесть в области грудной клетки. Чаще всего создается ощущение распирания или другие неприятные чувства.
* Тошнота после приемов пищи, проходящая через некоторое время, служит симптомом рака желудка.
* Боль в области грудной клетки.
* Рвота. Бывает с кровью (как коричневой, так и красной) или без, не связана с приемами пищи, заметна анемия.
* Кровь в кале.
* Проблемы при глотании. На первых порах только при употреблении грубой пищи, но позже касается даже глотания воды. Человек просто не может это сделать или же за таким действием следует рвота.
* Нарушение пищеварения. Это может быть в виде отрыжки, изжоги, рвоты .
* Отсутствие аппетита. Больным обычно совершенно не хочется ничего есть.

Данные симптомы могут быть симптомами других заболеваний, при их возникновении нужно обратиться к врачу!

**Факторы, способствующие развитию рака желудка:**

* **Злоупотребление алкоголем**. Учеными доказано, что употребление алкоголя приводит к раку какого-либо органа. Чаще всего к онкологии желудка.
* **Злоупотребление жирными продуктами**. Употребление в пищу продуктов с большим количеством жиров также развивает рак желудка

.

* **Радиация**. Радиация вызывает мутацию в клетках организма и влечет за собой рак желудка и других органов.
* Употребление пищи, содержащей **нитраты и нитриты**.
Существует мнение, что нитраты и нитриты разлагают нормальную клетку, сбивая ее жизненный цикл. Мутируя, клетка превращается в раковую. Основными источниками нитратов и нитритов являются копченая и вяленая еда, курение.
* При наличии предраковых заболевании (гастрит,полипы,язвы) – это заболевание которое может привести к раку желудка, лечить их и следовать рекомендациям врача!

