

## Рак желудка

Рак желудка – один из самых опасных видов злокачественных опухолей. Опухоль в желудке может нарушать пищеварение, препятствовать прохождению пищи в нижележащие отделы пищеварительного тракта. Раковая опухоль прорастает стенку желудка, может распространяться на другие органы — прорасти в толстую кишку, поджелудочную железу, печень. При расположении опухоли вблизи пищевода, она может распространяться на него и нарушать проходимость пищи в желудок. В результате все это происходит снижение веса вплоть до истощения. Опухоль может распространяться по лимфатическим и кровеносным сосудам в другие органы (печень, легкие, головной мозг, кости и др.), где дает очаги роста (метастазы). Зачастую рак желудка выявляется лишь на поздних стадиях и приводит к высокой смертности.

В Омской области последние 10 лет рак желудка входит в десятку в структуре заболеваемости онкологическими заболеваниями. За 2022 год в нашем регионе зарегистрировано 419 случаев рака желудка. Умерло от рака легкого 265 человек.

В 2022 году в Омской области удельный вес случаев рака желудка, выявленного на ранних стадиях заболевания, составил 32,5%. На запущенную стадию заболевания, при которой лечение малоэффективно и, как правило, пациент погибает в первый год заболевания, приходится 43,2% случаев. Не доживают одного года с момента диагностирования заболевания более 43,6% больных (175 человек).

Причины возникновения рака желудка и других опухолей человека до настоящего времени окончательно не выяснены. Установлены лишь некоторые предрасполагающие к возникновению опухоли факторы. Выявлена связь между возникновением рака и особенностями быта и питания человека. В этом отношении имеют значение характер пищи, способ ее приготовления, температура, режим питания. Нерегулярное питание, преобладание в пище животных жиров, соли, большого количества пряностей, пережаренных продуктов, употребление слишком горячей пищи, раздражение слизистой оболочки острыми приправами приводят к развитию хронических воспалительных изменений слизистой оболочки желудка, на фоне которых могут возникать очаговые пролиферативные процессы, а затем и рак желудка. Негативное влияние оказывает переедание. Плохо пережеванные твердые куски грубой пищи дополнительно вызывают систематическую травматизацию нежной слизистой оболочки желудка.

Кроме того, к факторам, вызывающим рак желудка, относят многообразную группу веществ, а также физических, химических факторов, объединенных общим термином «канцерогены». Нитраты и нитриты являются канцерогенными метаболитами, которые при продолжительном воздействии на эпителий желудка могут потенцировать его озлокачествление. Основным источником нитратов и нитритов для организма человека – пищевые продукты. Определенную роль играют консервирование продуктов при помощи нитрата натрия. Непищевым источником поступления нитратов и нитритов в организм человека являются курение. Риск возникновения данного заболевания явно выше у ежедневно курящих по сравнению с некурящими. Наиболее высок он у лиц, начавших курить в юношеском возрасте.

В настоящее время доказано, что в здоровой слизистой оболочке желудка рак не возникает. Предраковыми заболеваниями желудка называют состояния, которые со временем могут переходить в рак или на их фоне чаще развивается рак. К ним относятся аденоматозные полипы желудка, хронический атрофический гастрит, инфицирование организма *Helicobacter pylori*, пернициозная (В12-дефицитная) анемия, рак оперированного желудка, болезнь Менетрие (гипертрофическая гастропатия), язвенная болезнь желудка.

Рак желудка в течение длительного времени ничем себя не проявляет. По мере дальнейшего развития симптомы рака желудка сходны с рядом предшествующих хронических заболеваний (хронический гастрит, хроническая язва желудка и т. д.), на фоне которых, как правило, он возникает и лишь более в поздних стадиях клиническая картина в большинстве случаев не вызывает сомнений.

Многие пациенты считают, что только сильные боли являются достоверным и надежным признаком злокачественных опухолей, но это не так.

Из местных проявлений опухолей желудка в первую очередь следует отметить боли, которые наблюдаются у 60–90% больных раком желудка. Обычно отмечаются ноющие, глухие, различной интенсивности (чаще всего несильные), не связанные с приемом пищи, не имеющие периодичности и сезонности боли в эпигастральной области. Это отличает их от болей при язвенной болезни и хроническом гастрите. Следует подчеркнуть, что если при данных заболеваниях боли теряют остроту и интенсивность, исчезает их связь с приемом и характером пищи, периодичность и сезонность, то следует предполагать рак желудка.

Вторым по значению среди местных проявлений у больных с опухолями желудка является диспептический синдром. Он характеризуется появлением тошноты, ощущения переполнения и тяжести в эпигастральной области сразу после еды, отрыжки или срыгивания съеденной пищей.

Дисфагия (расстройство глотания, затрудненное продвижение пищевого комка и жидкости по пищеводу) - симптом, наиболее характерный для опухолей, локализующихся в верхней трети желудка, но он не может считаться ранним проявлением заболевания. Вначале дисфагия носит невыраженный характер, и больные не придают ей существенного значения. Когда же дисфагия становится постоянной, то, как правило, присоединяются и другие проявления заболевания, что заставляет больного обратиться к врачу.

Наиболее часто рак желудка проявляется похуданием (до 100%). Также важным симптомом рака желудка является желудочное кровотечение, которое может развиваться уже на ранней стадии опухолевого процесса.

Основной вид профилактики рака желудка - здоровый образ жизни и правильное питание. Необходимо своевременно выявлять и лечить хронический атрофический гастрит, язвы, полипы, хеликобактериоз. Следить за состоянием своего желудка поможет фиброгастроскопия. Во время процедуры врач осматривает все отделы желудка, двенадцатиперстную кишку с помощью специального зонда, а также может взять на анализ желудочный сок или кусочки ткани слизистой. Больным, имеющим повышенный онкологический риск по раку желудка, рекомендуется проходить ФГС один - два раза в год.

В целях профилактики появления рака желудка нужно соблюдать общие правила гигиены, исключить по возможности стрессовые ситуации, которые могут привести к язве ЖКТ. Необходимо уменьшить влияние вредных факторов окружающей среды (промышленные отходы, автомобильные выхлопные газы). Следует обязательно укреплять иммунитет, с этой целью будут полезны занятия физкультурой, ежедневные прогулки, закаливающие процедуры.