



при подозрении на онкологию

1

Дерматолог направляет к районному онкологу

2

Онколог проводит дополнительные исследования: УЗИ, КТ/МРТ/ПЭТ КТ

3

При подтверждении подозрений на онкологию врач дает направление в Свердловский областной онкологический диспансер

4

В Свердловском областном онкологическом диспансере пациент проходит ряд обследований, и в случае подтверждения диагноза, ему назначается лечение

12 способов снизить риск развития рака

1

Откажитесь от курения, не употребляйте никаких видов табачной продукции

2

Сделайте свой дом и рабочее место свободными от табачного дыма

3

Примите меры для поддержания нормальной массы тела

4

Будьте физически активными в повседневной жизни

5

Избегайте чрезмерного воздействия солнечных лучей

6

Соблюдайте здоровый рацион питания

7

Ограничьте или полностью откажитесь от употребления алкогольных напитков

8

В случае высокого природного облучения радоном в жилом помещении примите меры по его снижению

9

Для женщин: кормите своего ребенка грудью; ограничьте использование гормонозаместительной терапии

10

На рабочем месте защищайте себя от воздействия вызывающих рак веществ, следуя правилам по охране и гигиене труда

11

Позаботьтесь о том, чтобы ваши дети прошли вакцинацию против гепатита В (для новорожденных) и вируса папилломы человека (для девочек)

12

Пройдите онкоскрининги в рамках диспансеризации взрослого населения:
• **бесплатно**
• **доступно**
• **в поликлинике по месту жительства**



Министерство
здравоохранения
Свердловской области



Свердловский областной
онкологический диспансер



Свердловский областной
центр медицинской
профилактики



Найди время для своего здоровья!

Рак кожи

Рак кожи — это группа злокачественных опухолей эпителия кожи и её придатков, сальных и потовых желез

факторы риска

Высокая Инсоляция*

*облучение поверхностей
солнечным светом

Возраст — это основной фактор, с которым связано заболевание



тревожные СИМПТОМЫ

Безболезненные уплотнения или длительно незаживающие язвы на коже

Разрастания в некоторых участках кожи в виде бородавок

Изменения цвета давно существующей родинки

Увеличения, уплотнения или кровоточивости родимого пятна

Увеличение лимфоузлов

Плотный, выступающий над кожей, бугристый, легко кровоточащий узел с поверхностью типа цветной капусты



профилактика рака кожи



Один раз в год осмотр дерматологом или онкологом



Регулярное самообследование



Ограничить пребывание на солнце, пользоваться солнцезащитным кремом,



Избегать искусственных соляриев



Укреплять иммунитет с помощью правильного питания, достаточного сна, занятий спортом