** *Памятка для населения***

**Опухоли головы и шеи** – это многочисленная группа доброкачественных и злокачественных заболеваний, которые объединены принципом локализации.

Учитывая «высокую» концентрацию жизненно и социально значимых органов и систем в области головы и шеи, это заболевание часто приводит к нарушению таких функций, как жевание, глотание, дыхание и речь, зрение, слух, обоняние и т.д.

**Причины и факторы риска**

***Важно! Любой рак развивается в результате изменений изначально нормальных клеток.***

***Нарушения в ДНК приводят к тому, что клетки начинают очень быстро расти и делиться,***

***что приводит к образованию опухоли.***

Известны некоторые факторы, которые увеличивают риск развития опухолей головы и шеи. Прежде всего, к ним относятся:

1. Курение и употребление алкоголя. Если человек курит долго (более 40 лет) и много (более 25 сигарет в день), вероятность заболеть раком гортани, глотки, дна полости рта и т.д. у него в 40 раз выше, чем у некурящего.
2. Наследственность – наличие заболевания у ближайших кровных родственников (родители, братья и сестры или дети) увеличивает риск развития опухолей головы и шеи в 2 раза.
3. Некоторые заболевания, особенно вирусно-инфекционные – поражение вирусом папилломы человека, герпеса, протекающие в виде хронических воспалительных заболеваний, таких как ларингит, трахеит, фарингит.
4. Канцерогенные факторы – работа на вредных производствах (при длительном контакте с асбестом, угольной и древесной пылью, никелем, серной кислотой, формальдегидом и изопропиловым спиртом, радиоактивными веществами).

**Симптомы злокачественных новообразований полости рта и ротоглотки**

На ранних стадиях проявления болезни могут практически отсутствовать, имеются только небольшие физические изменения, которые часто может идентифицировать только врач при осмотре.

**Ранние проявления рака могут включать:**

• длительно присутствующие белые или красные пятнышки;

• длительно незаживающие язвочки, прогрессирующая отечность слизистой;

• длительный неприятный запах изо рта;

• подвижность зубов без ясной причины;

• необычные кровотечения в полости рта или из носа;

• длительная осиплость голоса.

**К более поздним симптомам относят:**

• появление уплотнения в тканях;

• чувство онемения на слизистой щек, глотки или языка;

• нарушения глотания и жевания;

• затруднение глотания;

• увеличение лимфатических узлов на шее.

**Симптомы рака полости носа и околоносовых пазух**

Опухоли из этой группы очень редко диагностируются до появления симптомов. Обычно они обнаруживаются, когда человек обращается к врачу с жалобами, часто случайно. К возможным признакам этой группы злокачественных опухолей относят:

• отечность носовых ходов, вызывающая затруднение дыхания, которая не облегчается со временем;

• боль под глазами или над ними;

• блокада прохождения воздуха с одной стороны носа;

• стекание из носа в носоглотку;

• носовые кровотечения;

• гнойные выделения из носа;

• онемение или боль в лице;

• онемение или потеря зубов;

• разрастания в верхней части лица;

• постоянно слезящиеся глаза;

• головные боли.

***Важно! Наличие одного и более симптомов не говорит о наличии рака, такие проявления могут быть у разных заболеваний. Однако они должны настораживать и быть поводом для посещения врача.***

**Симптомы рака носоглотки**

Трое из четверых пациентов с опухолью носоглотки при первом визите к врачу жалуются на уплотнение или разрастание в области шеи. Обычно это образования, являющиеся лимфоузлами со злокачественными клетками – метастазы в лимфатические узлы шеи.

**К другим симптомам рака носоглотки относятся:**

• снижение или потеря слуха, звон в ухе;

• повторные инфекционные поражения ушей;

• заложенность носа;

• кровотечения из носа;

• головные боли;

• лицевые боли, онемение лица;

• сложности в открывании рта;

• размытое зрение, двоение.

***Важно! Острый средний отит особенно часто бывает у детей.***

***Если он развивается у взрослого человека впервые, врач обязательно должен обследовать носоглотку. Описанные выше симптомы гораздо чаще вызываются другими болезнями, не раком носоглотки.***

***Но обнаружив подобные признаки, обязательно нужно посетить специалиста.***

**Симптомы рака гортани**

В зависимости от места роста и распространенности опухоли жалобы больного могут очень сильно варьировать. Чем раньше поставлен диагноз, тем легче достичь хорошего результата лечения, поэтому так важно вовремя обратиться к врачу.

• изменения голоса – один из первых признаков рака средней части гортани;

• охриплость или осиплость носит постоянный характер (голос не улучшается) и обычно не сопровождается никакими простудными явлениями;

• трудности или болезненность при глотании, на наличие инородного тела в горле, и эти симптомы постепенно нарастают;

• одышка при нагрузке и затрудненное дыхание характерны для опухолей нижней части гортани или для распространенного процесса.

Пациенты могут отмечать также боли, иногда отдающие в ухо или приводящие к отказу от еды, припухлость шеи с одной стороны или с двух, кашель, в некоторых случаях – приступообразный, с небольшим количеством слизистой мокроты или прожилками крови в отделяемом.

Ухудшение общего самочувствия может быть обусловлено повышенной утомляемостью, головными болями, нарушениями сна, истощением.

***Очень важно обратиться к врачу при появлении самых первых симптомов.***

***Нельзя откладывать визит к специалисту, если осиплость голоса продолжается более***

***трех недель, если не проходит одышка или затруднено дыхание, если нарушено глотание.***

**Диагностика опухолей головы и шеи**

***Врач выбирает методы исследования исходя из того, какой тип рака он заподозрил,***

***какие симптомы имеются и некоторых других факторов!!!***

**Профилактика опухолей головы и шеи**

1. Рекомендуют защищать лицо от прямых солнечных лучей (носить шляпу с широкими полями).

2. Отказаться от курения сигарет и трубки.

3. Изменить условия работы.

4. Соблюдать гигиену полости рта.

5. Не употреблять крепкие спиртных напитков.

6. Ежегодные диспансерные осмотры лиц (сельскохозяйственных рабочих, моряков и на предприятиях, связанных с вредными производствами).

7. Регулярно посещать врача-стоматолога для своевременной санации ротовой полости.

8. Ведение здорового образа жизни.

***Помните, ранняя диагностика позволяет вылечить заболевание,***

***а значит сохранить жизнь!***

**Самарский областной клинический онкологический диспансер**

**Отделение медицинской профилактики**

**8(846) 994-59-72**