

Рак желудка: факторы риска, симптомы и профилактика



Факторы риска

- преклонный возраст
- наследственность
- неправильное питание
- бактерии и вирусы
- мутагенные процессы, связанные с наследственностью
- полипоз желудка
- курение
- злоупотребление алкоголем

Симптомы

- дискомфорт в верхней части желудка
- слабость
- анемия
- тяжесть при приёме пищи, обычный объём порции кажется слишком большим
- тошнота
- длительно протекающая изжога
- эпизодическая рвота, иногда с кровью
- резкое необоснованное снижение веса
- боль в желудке
- чёрный жидкий стул
- увеличенные лимфоузлы

Стадии

- I** опухоль локализована в органе
- II** опухоль распространяется на все ткани органа
- III** атипичные клетки попадают в лимфатическую систему
- IV** есть отдалённые метастазы

Профилактика

! Около 35% случаев рака желудка связаны с неправильным рационом, так что самая эффективная профилактика — это правильное питание:

- откажитесь от жареной, жирной, копчёной пищи
- не переедайте
- ешьте больше овощей, фруктов, зелени
- уменьшите потребление красного мяса и переработанных мясных продуктов

Важно!

Воспалительные процессы повышают риск развития рака желудка, своевременно лечите гастрит и другие заболевания.

Не курите и исключите алкоголь