

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

Не курите и исключите алкоголь

Важно!

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