Пресс-релиз

Неделя профилактики рака легких

(02.10.2026 – 08.11. 2026)



Рак лёгкого остаётся одной из ведущих причин смертности от онкологических заболеваний. По данным Министерства здравоохранения Российской Федерации, ключевым фактором сдерживания заболеваемости является своевременная профилактика и раннее выявление. С 2 по 8 ноября 2026 года проводится Неделя профилактики рака лёгких, направленная на повышение информированности населения о факторах риска и мерах защиты.

Факторы риска

Условно все факторы риска развития рака легких можно разделить на две группы. К первой относится наследственная предрасположенность: наличие у кровных родственников рака лёгкого повышает индивидуальный риск.

Кроме того, в группу риска входят пациенты с хроническими заболеваниями лёгких, в частности с хронической обструктивной болезнью лёгких (ХОБЛ), которая увеличивает вероятность развития патологии в 2–2,5 раза .

Ко второй группе факторов риска относятся внешние факторы, которые включают контакт с профессиональными канцерогенами (асбест, радон, мышьяк, хром, никель, дизельные выхлопы), а также работу в условиях повышенной запылённости. Курение табака является причиной развития более 22 злокачественных новообразований различных локализаций и увеличивает риск рака лёгкого более чем в 15 раз. При этом пассивное курение также повышает риск для некурящих людей примерно на 20–30% .

Первичная профилактика

Первичная профилактика направлена на устранение причин возникновения заболевания. Основные рекомендации включают полный отказ от курения и алкоголя, рациональное питание с достаточным потреблением овощей, фруктов, клетчатки и витаминов, а также регулярную физическую активность не менее 30 минут в день. Важно соблюдать технику безопасности при работе с вредными веществами, контролировать уровень стресса и обеспечивать полноценный сон продолжительностью 7–9 часов .

Вторичная профилактика и раннее выявление

Вторичная профилактика направлена на выявление заболевания на ранней стадии. Для людей из групп риска «золотым стандартом» диагностики является низкодозная компьютерная томография (НДКТ), позволяющая обнаружить новообразование размером в несколько миллиметров . Для остальных граждан ключевым методом остаётся регулярное прохождение диспансеризации и профилактических медицинских осмотров. Пациентам, прошедшим хирургическое лечение, а также лицам без онкологического анамнеза рекомендуется не реже одного раза в год выполнять рентгенографию органов грудной клетки в двух проекциях и не игнорировать ежегодную диспансеризацию .

Раннее выявление рака лёгкого напрямую влияет на успешность лечения. При обнаружении заболевания на I–II стадии шансы на выздоровление достигают 80–90% .