

# ПРОЯВИТЕ ОНКОНАСТОРОЖЕННОСТЬ!

ЕЖЕГОДНО 4 ФЕВРАЛЯ ОТМЕЧАЕТСЯ ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ БОРЬБЫ С ОНКОЛОГИЧЕСКИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ. ДАННЫЙ ОПРОСНИК ПОМОЖЕТ ЗАПОДОЗРИТЬ ОПАСНОЕ СОСТОЯНИЕ.

## АНКЕТА ПО РАННЕМУ ВЫЯВЛЕНИЮ ОНКОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

- Внимательно прочитав каждый вопрос, выберите ответ, который соответствует Вашему состоянию (ДА или НЕТ).
- Приведенная анкета не может дать ответ, есть ли в организме злокачественное новообразование или нет, но ее анализ поможет стать сигналом для обращения к врачу.

Дата заполнения анкеты \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_

Пол Ж \_\_\_ М \_\_\_

Полных лет \_\_\_\_\_

	ОТВЕТЬТЕ НА НИЖЕСЛЕДУЮЩИЕ ВОПРОСЫ:	ПОДЧЕРКНИТЕ ВАШ ОТВЕТ	РЕКОМЕНДАЦИИ
1	Были ли у Ваших близких родственников в молодом или среднем возрасте или в нескольких поколениях злокачественные новообразования?	Да Нет	При положительном ответе на любой из вопросов с 1 по 5, у Вас может быть повышенный риск развития онкологических заболеваний. Вам рекомендуется проконсультироваться у лечащего врача.
2	Похудели ли Вы за последнее время без видимых причин (т.е. без соблюдения диеты или увеличения физической активности и пр.)?	Да Нет	
3	Есть ли у Вас беспричинное повышение температуры тела?	Да Нет	
4	Есть ли у Вас общая слабость, повышенная утомляемость, потливость?	Да Нет	
5	Есть ли у Вас опухолевые образования (увеличенные лимфоузлы) в мягких тканях?	Да Нет	
6	Есть ли у Вас упорный сухой кашель или кашель с прожилками крови в мокроте, боли в груди, одышка, охриплость голоса?	Да Нет	При положительном ответе на данный вопрос после консультации терапевта Вам, возможно, потребуется дообследование (рентгенография, флюорография, КТ легких) и консультация пульмонолога для исключения заболеваний бронхолегочной системы.
7	Есть ли у Вас незаживающая язва, эрозия, образование на коже, губах, во рту или изменилась форма, цвет бородавки (родимого пятна), появилось жжение, зуд?	Да Нет	При положительном ответе на данный вопрос после консультации терапевта Вам, возможно, потребуется консультация дерматолога и стоматолога для исключения новообразований кожи.

8	Беспокоят ли Вас боли в области верхней части живота (в области желудка), затруднение глотания, отрыжка, тошнота, рвота, стойкое снижение аппетита или полное отвращение к еде?	Да Нет	При положительном ответе на любой из вопросов с 8 по 9 после консультации терапевта Вам, возможно, потребуется дообследование (ФГС, УЗИ брюшной полости) и консультация гастроэнтеролога для исключения заболеваний желудочно-кишечного тракта.
9	Бывает ли у Вас неоформленный (полужидкий) черный или дегтеобразный стул? Запоры более 3 дней? Бывает ли у Вас боль в области заднепроходного отверстия? Бывают ли у Вас кровяные выделения с калом?	Да Нет	
10	Есть ли у Вас уплотнение, припухлость, изменение формы молочных желез, выделения из соска и (или) изменение его формы (для женщин)?	Да Нет	При положительном ответе на любой из вопросов с 10 по 12 после консультации терапевта Вам, возможно, потребуется дообследование (маммография или УЗИ молочных желез, мазок на онкоцитологию) и консультация гинеколога для исключения заболеваний молочных желез и половой сферы.
11	Есть ли у Вас не связанные с месячными необычные выделения и (или) кровотечения из половых путей? (для женщин)	Да Нет	
12	Есть ли у Вас изъязвления, новообразования в области наружных половых органов?	Да Нет	
13	Испытываете ли Вы затруднения при мочеиспускании? Сохраняется ли у Вас желание помочиться после мочеиспускания? Замечали ли Вы кровь в моче?	Да Нет	При положительном ответе на данный вопрос после консультации терапевта Вам, возможно, потребуется дообследование (УЗИ мочевого пузыря, почек, анализ крови на ПСА (для мужчин) и консультация уролога для исключения заболеваний мочеполовой системы)

**ВАЖНО! Заподозрить заболевание и поставить диагноз может только врач!**

Запомните несколько простых правил, их соблюдение поможет предотвратить возникновение онкологических заболеваний:

- Не курите. Если Вы курите - откажитесь от курения. Если Вы не можете прекратить курить - не курите в присутствии некурящих.
- Избегайте ожирения.
- Придерживайтесь ежедневно тех или иных физических нагрузок или упражнений.
- Увеличивайте ежедневное потребление овощей и фруктов, употребляйте их до 5 раз в день. Ограничивайте потребление продуктов, содержащих животные жиры.
- Ограничьте потребление алкоголя.
- Избегайте длительного воздействия солнечного излучения, особенно это относится к детям и лицам, предрасположенным к ожогам кожи.
- Следуйте известным инструкциям по ограничению контактов с возможными канцерогенами в быту и на производстве.

**Регулярно проходите профилактические обследования (диспансеризацию, профилактический медицинский осмотр) в поликлинике по месту прикрепления!**