**Ранняя диагностика онкологических заболеваний полости рта**

Термин «рак полости рта» охватывает все злокачественные новообразования, которые могут возникнуть в ротовой полости.

Мужчины болеют чаще женщин (почти в 4 раза), хотя среди людей среднего возраста и старшего поколения соотношение уравнивается. В России показатель заболеваемости раком данной локализации за 10 лет вырос с 23,8 до 27,9 на 100 000 населения.

Чаще всего рак полости рта развивается на фоне факторов риска:

* **Употребление табака**. По данным ВОЗ, курение в 80% случаях является причиной рака губы и дёсен. При выкуривании более 1-й пачки сигарет в день риск заболевания раком возрастает более чем в 9 раз. Вторым способом контакта слизистой полости рта с табаком является жевание табака, что может привести к возникновению опухолей щеки и альвеолярных отростков челюстей. Распространено также жевание табака с различными примесями в виде «наса». В его состав входит измельчённый табак, зола, хлопковое или кунжутное масло, мел, известь. При употреблении «наса» (насвая) патологические процессы обнаруживаются в 70% случаев.
* **Хроническая травма слизистой полости рта** из-за долговременного раздражения некачественными протезами, острыми краями зубов, коронок, частого прикусывания слизистой оболочки зубами мудрости может привести к её изъязвлению, и риск развития раковой опухоли повысится.
* **Крепкие спиртные напитки.** Постоянное раздражение слизистой оболочки рта алкоголем приводит к изменению её структуры. При употреблении пива опасность возникновения рака возрастает в 5 раз, виски — в 12 раз. Одновременное курение сигарет и употребление алкоголя ещё больше способствуют возникновению рака языка и дна полости рта.
* **Употребление слишком острой или горячей пищи**, жаренной, богатой консервантами, синтетическими добавками (ароматизаторы, улучшители вкуса, красители, загустители, эмульгаторы).
* **Плохая гигиена рта** и нерегулярное посещение стоматолога.
* **Длительное воздействие ультрафиолетовых лучей** может вызывать рак губы (30% больных имели работу, связанную с длительным пребыванием на открытом солнце).
* **Опасные вредные производственные факторы**.

Рак полости рта даже на самых ранних стадиях ярко проявляется и доставляет ощутимый дискомфорт. Симптомы, которые должны насторожить:

* изменился цвет слизистой оболочки рта, он может стать красным или белым и сохраняться таким в течение полугода;
* образовались язвочки во рту, которые кровоточат при малейшем прикосновении и потом не заживают долгое время;
* появилась боль в ротовой полости, которая не проходит, а наоборот, только усиливается;
* припухли щёки;
* наблюдается изменение челюсти: начинают смещаться зубы относительно друг друга и при пережёвывании пищи возникают затруднения;
* появился налёт на языке, дёснах;
* меняется тембр голоса;
* появляется острый неприятный запах изо рта.

Не надо паниковать при обнаружении этих симптомов. Подтвердить или опровергнуть этот диагноз сможет только врач-онколог. Поэтому, прежде всего, следует обратиться к нему и сдать все необходимые анализы: 90% больных, которые начали лечить этот рак на ранней стадии, полностью излечились.

Причиной, по которым рак, несмотря на все симптомы, лечат уже в запущенной форме является то, что заболевший на протяжении нескольких лет игнорирует симптомы и обращается к врачу-онкологу только тогда, когда боль терпеть уже не в силах. На поздней стадии развития болезни успех благополучного исхода составляет всего 20%.

**Профилактика рака ротовой полости**

**Профилактика**онкологических заболеваний ротовой полости **может быть первичной и вторичной**.

**Первичная профилактика** — снижение воздействия известных факторов риска. Отказ от курения и жевания табака. Ограничение пребывания на солнце. Правильное питание с употреблением большого количества овощей и фруктов и продуктов из зерна грубого помола. Ограничение потребление слишком горячей пищи и обжигающих напитков, жареной и богатой консервантами пищи. Соблюдение гигиены полости рта на должном уровне. Чистка зубов, в том числе и нитью, полоскание помогут содержать полость рта здоровой и чистой. **Регулярное посещение стоматолога**, своевременное лечение воспалительных процессов, протекающих в ротовой полости. Наблюдение за тем, чтобы зубы или зубные протезы не травмировали слизистую полости рта.

**Вторичная профилактика** включает раннюю диагностику и лечение предраковых состояний. Данный подход включает периодические повторные осмотры в группах повышенного риска. Полость рта легкодоступна для визуального осмотра, в силу чего рак может быть обнаружен на ранних стадиях без привлечения каких-либо сложных методик. Обнаружение его на ранних стадиях является важнейшим фактором профилактики. Лечение рака на ранних стадиях улучшает прогноз, а лечение предраковой патологии предотвращает их прогрессирование в рак.