Газета выходит с 1995 года
Аптека.ua online

Постоянная ссылка http://www.apteka.ua/article/27025

Наука — суспільству. Солідарне партнерство на протидію раку

[#727 (6) 15.02.2010]

Содержание номера

10 років тому — 4 лютого 2000 р. — з ініціативи президента Франції Жака Ширака була підписана Паризька Хартія, що має на меті створення міцного союзу лікарів, науковців, пацієнтів, урядів, засобів масової інформації, представників індустрії, бізнесу, релігійних конфесій, неурядових організацій для боротьби зі злоякісними новоутвореннями. У переддень Всесвітнього дня боротьби проти раку, 2 лютого 2010 р. у столичному Будинку кіно відбулася прес-конференція директора Інституту експериментальної патології, онкології та радіобіології (ІЕПОР) ім. Р.Є. Кавецького НАН України, президента фонду «Єдність проти раку», академіка НАН України, професора Василя Чехуна, де він повідомив про низку медико-соціальних інформаційних кампаній та інших форматів солідарного суспільного партнерства з протидії онкологічним захворюванням. Він презентував всеукраїнський проект «Наука — суспільству», що покликаний донести до широкої громадськості потужний інтелектуальний потенціал української науки, на практиці здійснити зв'язок між наукою та суспільством у царині протидії раку, поставити наукові надбання на корисну службу широкому загалові. За ініціативи фонду «Єдність проти раку» та спонсорської підтримки видатного українського спортсмена, суспільного діяча, депутата Київської міської ради, кавалера орденів «За заслуги» III ступеня та «За мужність» I ступеня, Героя України Віталія Кличка професійна гільдія кінооператорів Національної спілки кінематографістів України створила документальну кінострічку «Інститут надії» (прем'єрний показ якої відбувся після прес-конференції при повній Червоній (великій) залі Будинку кіно).

Віталій Кличко: «Неможливо лишатися осторонь: сумління спонукає дієво долучитися до протистояння страшній недузі»:



На виконання доручення президента НАН України Б.Є. Патона академік В.Ф. Чехун нагородив медаллю НАН «За сприяння розвитку науки» Героя України В.В. Кличка

— Щиро вдячний шановним організаторам за запрошення на прем'єру, а шановному керівництву НАН України — за цю несподівану відзнаку, за високу честь. Мені насправді дуже приємно, що я зміг бодай чимось допомогти — просто як людина, якій не індиферентно. Чому не байдуже? Більшості з нас здається, що рак — існує десь там, далеко. Ми ставимося до цього байдуже, допоки біда не торкнеться нас особисто. У такий момент ти з гострим болем усвідомлюєш, що ця проблема зачіпає тебе — твою сім'ю, друзів, знайомих. Тоді ти починаєш шукати шлях, як подолати лихо. Зіткнувшись з цією проблемою, я заглибився у цифри. Статистичні показники жахають. Щороку в Україні від раку помирають 90 тис. людей. Більше третини з них — особи працездатного віку. Понад 150 тис. захворюють, 800 тис. (кожен 50-й житель країни) хворіють на онкопатологію. Вже давно не рідкість рак у дитячому віці. Втім, виявляється, рак можна попередити! Щоб уповільнити поширення ракових захворювань, певні речі конче необхідно знати заздалегідь. Це стосується кожного громадянина і суспільства загалом: засвоїти, усвідомити та володіти інформацією щодо реальної небезпеки — означає бути озброєним проти неї. Якщо ж людина вже захворіла, її доля залежатиме насамперед від того, наскільки своєчасно вдалося встановити діагноз. Виявлення раку на ранній стадії вимагає від людини пильного ставлення до себе. Очевидно, тут необхідне раціональне, поступове, комплексне поєднання різних ланок діяльності суспільства, системний ланцюг зусиль: здобуття вченими новітніх ґрунтовних наукових знань

— якісне втілення цих знань в медичну практику — доступне викладення провідними фахівцями-онкологами медичних здобутків у формі зрозумілих рекомендацій — доведення цих рекомендацій до широких верств населення за допомогою засобів масової інформації. Ширше втілення сучасних методів та бачень профілактики, діагностики та лікування раку потребує широкого суспільного розголосу. Масштаб, доступність та якість донесення до громади цієї інформації прямо опосередковуватимуть кінцевий кількісний рахунок, який щомиті невблаганно ведеться на людські життя. І як добре, що в нас є багато людей, які вкладають свою енергію та зусилля, розум і талант, аби здолати рак — надати людям другий шанс.

Неможливо лишатись осторонь цього, сумління спонукає дієво долучитися до протистояння страшній недузі. Тому для мене було не лише великою честю, але й внутрішнім потягом посприяти виходу цієї кінострічки. Хотілося б висловити подяку всім, хто був причетний до її створення: керівництву та науковому колективу ІЕПОР, діячам Національної спілки кінематографістів, митцям знімальної групи фільму «Інститут надії». Сподіваюся, чим більше наших співгромадян переглянуть цю стрічку, тим більше з них зроблять для себе, своїх родин та громад **конструктивні та відповідальні висновки**, які дозволять не захворіти, упередити лихо. Взагалі, чим більше глядачів (читачів, слухачів) різного віку дослухаються до сучасних рекомендацій фахівців щодо необхідності профілактики раку — тим більше людських життів вдасться вберегти від цієї страшної хвороби останніх кількох століть. Це означатиме, що ваші зусилля були витрачені не даремно. Спасибі вам за ваш значущий труд.



Подяку вченої ради ІЕПОР «За розвиток науки» та цикл просвітницьких лекцій вручено директорові загальноосвітньої СШ № 286 Голосіївського району м. Києва Л.Ю. Марченко

Василь Чехун: «Аніж підставляти відра під течу, треба відремонтувати дах»:

— Ми всі чудово знаємо: у Віталія Володимировича багато медалей, і, без сумніву, світового масштабу. Але вищої медалі академії наук він ще не має! Президент НАН України Борис Євгенович Патон вкрай прискіпливо ставиться до вручення цієї нагороди. Втім, коли при обговоренні нинішнього заходу йшлося про її присудження Віталію Кличку, рішення було прийнято без жодних вагань. Сьогодні серед нас присутній не просто Герой України — слава, гордість та гідність нашої землі, людина, якою ми всі пишаємося. Він підтримав нашу акцію проти раку, вклав кошти у створення просвітницького фільму. Тобто цей визначний діяч сприяє оздоровленню нашого народу не лише безпрецедентним особистим спортивним прикладом, що створює взірець для молодого покоління. Він предметно дбає про оздоровлення сьогодення та майбуття наших співгромадян — своєю щедрою душею, щирим словом, добрим ділом. Величезна йому вдячність! Наш інститут, який цьогоріч відзначатиме 50-річний ювілей з дня заснування, — єдиний заклад, що представляє Україну в Організації європейських онкологічних інститутів (OECI-EEIG)*. У ході щорічної генеральної асамблеї цього міжнародного співтовариства, яка проходила у 2007 р. в Копенгагені (Данія), йшлося про те, що в останні часи наука досягла значних результатів, зрозумівши чимало механізмів виникнення раку. Однак постає колосальна проблема: збільшується прірва між знаннями та практичним користувачем цих знань, гостро постає дефіцит трансляції цих знань для користувача. Сьогодні стало зрозуміло, що здолати проблему раку лише зусиллями лікарів та науковців неможливо. Необхідно об'єднати та інтегрувати зусилля медичних працівників, науковців, освітян, засобів масової інформації, представників влади, політики, культури, релігії, бізнесу, всіх ініціативних та небайдужих людей. Наш нинішній захід — це визначний день, коли за велінням часу ми започатковуємо таке широке партнерство — аби спільно зробити рішучий крок уперед, що дозволить нам не лише досліджувати цю проблему, але й дієво впливати на її вирішення. Безумовно, необхідно пояснити суспільству, що треба робити, аби змінити на краще якість життя хворого онкологічного профілю. Проте, це окреме і надзвичайно складне питання — як з медичного, так і з соціально-економічного боку. Тож підкреслюю: наша сьогоднішня акція спрямована не на лікування раку (цією надважливою справою займаються наші вельмишановні колеги клініцисти), а саме на **попередження** цієї болючої медико-соціальної проблеми. Сьогодні варто не підставляти відра під струмені, коли тече стеля, — а відремонтувати дах, щоб перекрити саму течу. Нам важливо донести ці знання до якнайширшого кола людей. Нині для цього є ще одна доленосна можливість: ми знайшли собі партнера — я б сказав, золотого партнера! — це школа. Тому що молодь — це той благодатний ґрунт, у який варто сіяти ці золоті зерна. Сьогодні ми започатковуємо суспільні акції, щоб посіяти раціональне зерно — і врешті решт спільними зусиллями добитися його сходів: зламу ситуації на краще. Адже, згідно Сократу, отримувати знання — справа необхідна, але той, хто отримує знання і не користується ними, — уподібнюється тому, хто оре, але не сіє. Дорогу здолає поступ, дійти допоможе впертість, результати засвідчить час. Втім я вірю, що мине недовгий час, коли я знову з задоволенням клопотатиму перед керівництвом НАН України про присвоєння медалі того ж ґатунку, що сьогодні отримав Віталій Кличко, директорові київської школи № 286 Людмилі Марченко. А сьогодні я з сердечною вдячністю вручаю їй — чудовому педагогу, нашому партнеру, співавтору та однодумцю — подяку, винесену рішенням наукової ради ІЕПОР, а також просвітницький цикл популярних лекцій для молоді, школярів та їх батьків, розроблений у співпраці двох наших колективів: наукового та педагогічного. Ці лекції, присвячені пропаганді та популяризації здорового способу життя, інформують про несприятливі чинники навколишнього середовища та спадкові фактори, які можуть зумовлювати виникнення злоякісних новоутворень, про засоби профілактики онкологічних захворювань, були з успіхом представлені молодими

науковцями ІЕПОР спільно з вчителями біології СШ № 286. Копію лекційного курсу ми також передамо до освітянського підрозділу Голосіївської райдержадміністрації — для тиражування з метою використання в інших освітніх закладах району, а з часом, можливо, міста Києва та України в цілому. Щиро сподіваюся, що цей санітарно-просвітницький механізм знайде своє місце у суспільстві і реально запрацює.

Людмила Марченко: «Виховання в людині уваги та поваги до власної безпеки починається зі шкільної лави»:

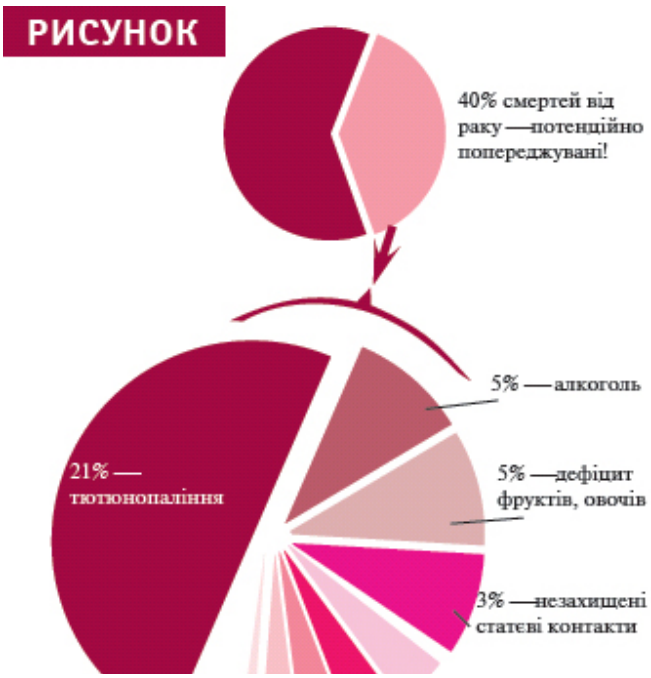
— Хворобу краще попередити, ніж лікувати — це аксіома. Ми, освітяни, усвідомлюємо, наскільки важлива профілактична робота з дітьми у рамках педагогічного процесу. Завданням школи є формування у них стійких життєвих навичок, зокрема й принципів здорового способу життя. На мій погляд, здоровий спосіб життя — це особистий вибір кожної людини, зокрема юного та дитячого віку. Цей вибір має бути свідомим. Сприяти правильному формуванню такого вибору — це, з одного боку, тонка та специфічна, з іншого — дуже різнобічна робота. Вона не обмежується школою, а школа не може впоратися з нею лишень самотужки. Досягнути результатів у цьому напрямку вдасться тоді, коли школа буде активно співпрацювати з батьками і з громадою — під експертною егідою провідних науково-медичних установ. Мені дуже приємно, що саме наша школа удостоєна честі розпочати цей проект. Таке партнерство дозволить високоякісно поінформувати наших учнів про ті небезпеки, що існують навколо та оточуватимуть їх у житті. Навчити тому, як уникати цих небезпек, мінімізувати їх, жити поруч з ними. Від цього — пряма адаптивна користь для розвитку особистості. Адаптивність, адаптогенність — це ті безцінні якості, які конче знадобляться на життєвому шляху у наші непрості часи. Виховання в людині уваги та поваги до власної безпеки починається зі шкільної лави. Чим раніше ми будемо починати системно прищеплювати підростаючому поколінню необхідні знання щодо здорового способу життя, загострювати у молоді та юнацтва настороженість щодо найбільш загрозливих та поширених захворювань сьогодення, зокрема онкологічних, — тим довше, здоровіше, врешті щасливіше життя чекатиме на наших дітей та онуків.

П. Снєгірьов, фото автора

**Нагадаємо, ІЕПОР є науковою базою редакції журналу «Експериментальна онкологія» (www.exp-oncology.com.ua): головний редактор В.Ф. Чехун; видається англійською мовою видавництвом «МОРІОН»; реферується і відображається в базах данних MEDLINE, EMBASE/Excerpta Medica, BIOSIS, SUBIS, IBIDS. — прим.* ред.

Як запобігти раку

За даними ВООЗ, понад 40% випадків розвитку онкологічних захворювань могли бути попереджені — причому лише шляхом усунення 9 основних факторів ризику виникнення раку (рисунок). Суттєва частка смертей від раку зумовлені лише трьома з основних факторів ризику: тютюнопалінням, неправильним харчуванням та інфекційними захворюваннями. Значній кількості випадків онкологічних захворювань можна було б запобігти, відмовившись від тютюну, налагодивши здорове харчування та здоровий спосіб життя з достатньою фізичною активністю, забезпечивши профілактику відповідних інфекцій. На боротьбу з цими трьома основними факторами ризику вчені та фахівці покладають головні сподівання у протидії експансії раку.





Структура факторів ризику смерті від онкопатології

Тютюнопаління щороку зумовлює 1,8 млн випадків смерті від раку, 60% цих випадків припадає на країни з середнім та низьким рівнем доходів населення. Це — найважливіша й найбільш містка причина онкологічної патології, до того ж вона є єдиною, яку можна попередити без активного втручання, а шляхом відмови.

П'ята частина випадків раку зумовлена хронічною інфекцією. Так, вірус папіломи людини викликає рак шийки матки, а вірус гепатиту В — рак печінки. Інфекція, що передається статевим шляхом, — вірус папіломи людини — зумовлює 235 тис. смертей від онкопатології на рік.

Надмірна маса тіла, ожиріння та низька фізична активність — загалом винуватці 274 тис. випадків смерті від онкопатологічних захворювань.

Зловживання алкоголем призводить до 351 тис. випадків смерті від онкопатології на рік.

Вплив шкідливих факторів, зокрема канцерогенів на робочому місці (вдихання асбесту тощо), призводить до не менш ніж 152 тис. випадків смерті від онкопатології на рік (Джерело: Danaei G. et al. Causes of cancer in the world: comparative risk assessment of nine behavioural and environmental risk factors. The Lancet, 2005, 366: 1784–1793).

Наведемо також низку простих практичних рекомендацій Американського інституту з дослідження раку (American Institute for Cancer Research — www.aicr.org), в яких узагальнено результати понад 5000 наукових досліджень щодо взаємозв'язку між виникненням злоякісних новоутворень та особливостями харчування і життєдіяльності людини:

- щодня слід споживати щонайменше п'ять різних видів фруктів та овочів. Рослинна їжа повинна на 45–60% покривати потреби людського організму в енергії;
- максимально обмежувати споживання червоного м'яса. Сукупний вміст у раціоні олій та жирів повинен забезпечувати не більше ніж 30% необхідної людині енергії;
- м'ясо та рибу слід готувати при невисокій температурі, якомога частіше уникати споживання смажених страв;
- не можна допускати як перевищення, так і зниження маси тіла. В середньому вона не повинна перевищувати таку у молодому віці більш ніж на 5–6 кг;
- регулярні щоденні одногодинні прогулянки або щотижневі одногодинні інтенсивні зайняття спортом сприяють значному зниженню ризику виникнення онкологічної патології, особливо раку прямої кишки.

П. Снєгірьов, фото автора

**Нагадаємо, ІЕПОР є науковою базою редакції журналу «Експериментальна онкологія» (www.exp-oncology.com.ua): головний редактор В.Ф. Чехун; видається англійською мовою видавництвом «МОРІОН»; реферується і відображається в базах даних MEDLINE, EMBASE/Excerpta Medica, BIOSIS, SUBIS, IBIDS. —*

Прим. ред.

Нравится