

**Определение уровня  
информированности населения  
по вопросам профилактики  
онкологических заболеваний.**

*Копосова Татьяна Львовна  
Кандидат медицинских наук  
Директор ООО ЦМП «Медицея»*

ЦЕНТР МЕДИЦИНСКОЙ ЗАБОТЫ  
**Медицея** 

РЕГИОНАЛЬНЫМ ОТДЕЛЕНИЕМ ОБЩЕСТВЕННОГО СОВЕТА  
ПО ЗАЩИТЕ ПРАВ ПАЦИЕНТОВ  
ПРИ ФЕДЕРАЛЬНОЙ СЛУЖБЕ ПО НАДЗОРУ  
В СФЕРЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ В УДМУРТСКОЙ РЕСПУБЛИКЕ  
в октябре 2016 года проведено анонимное  
анкетирование среди населения

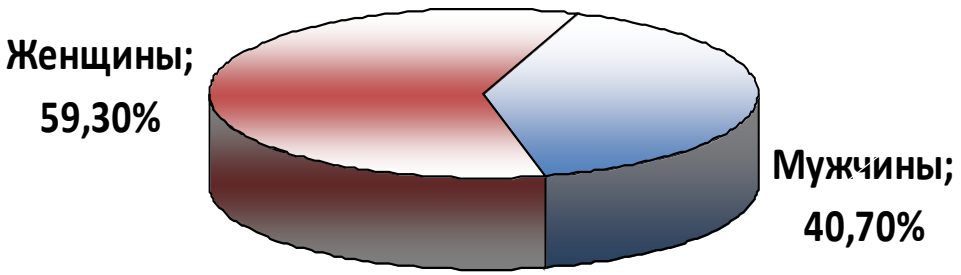
**Цель исследования:**

- 1. Определение уровня информированности населения города Ижевска по вопросам профилактики онкологических заболеваний.**
- 2. Решение проблем раннего выявления онкологического заболевания**

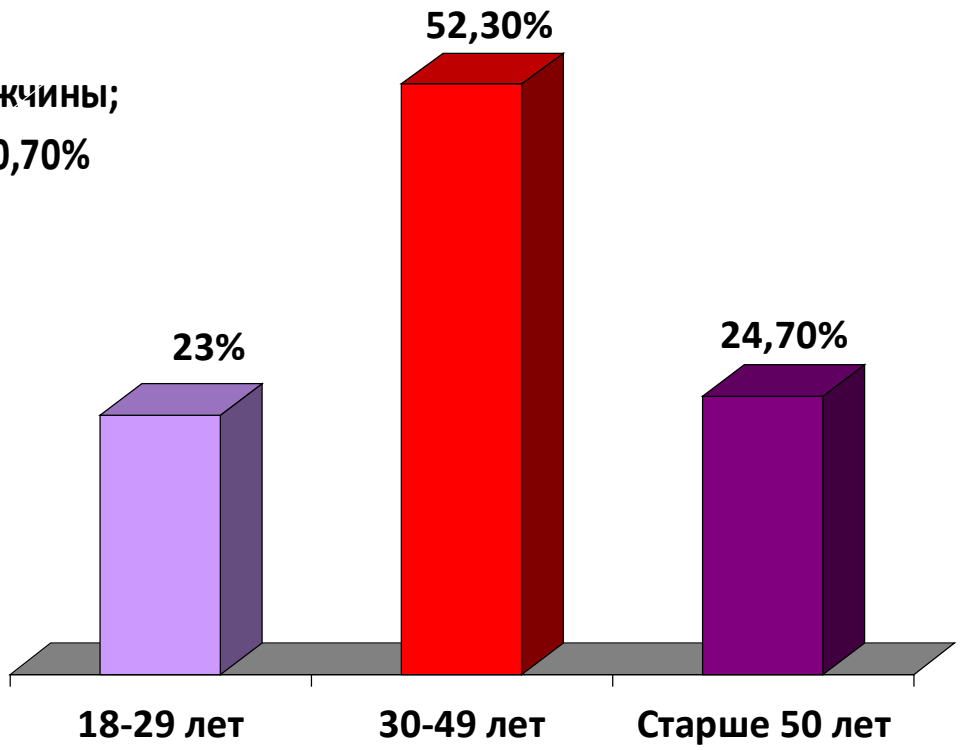
Опросом было охвачено 240 респондентов, участвовали как мужчины (40,7%), так и женщины (59,3)%.

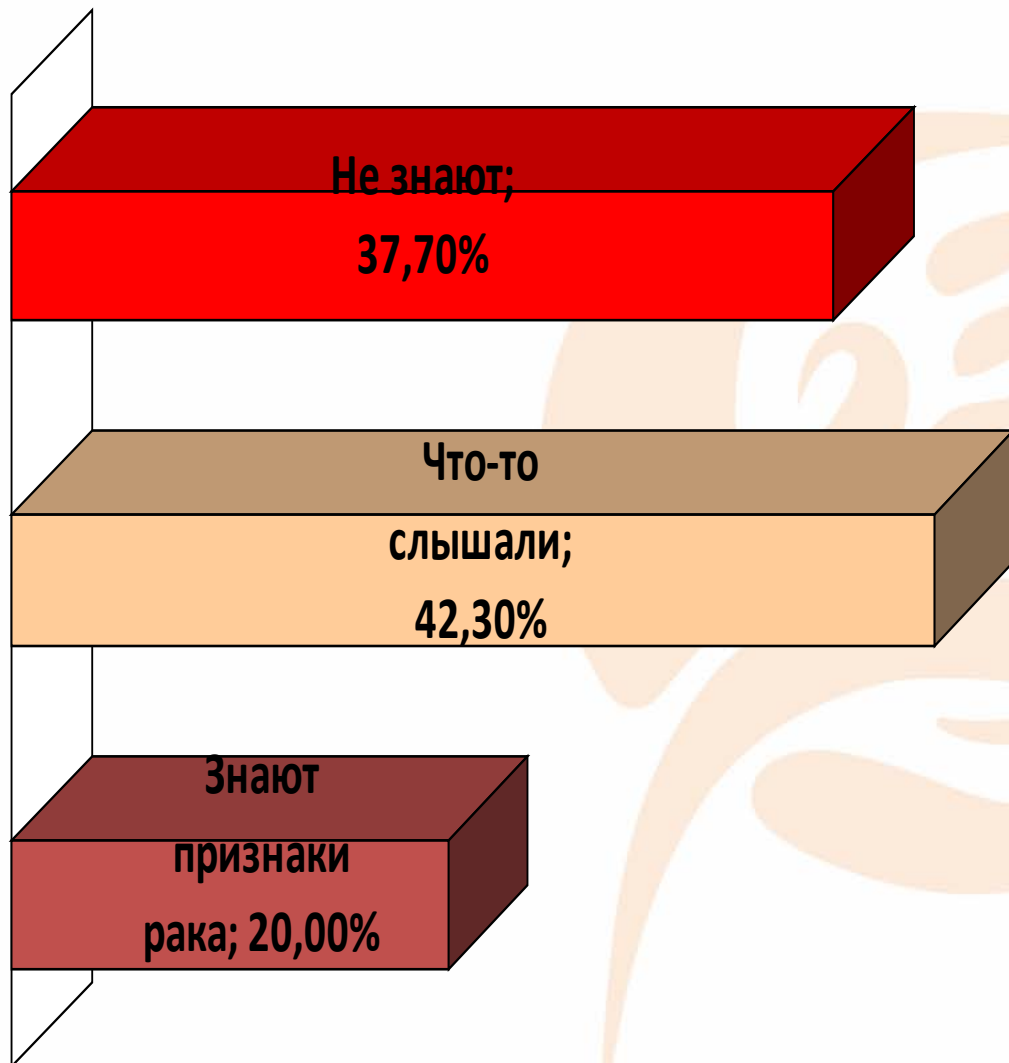
Следует отметить и то, что в опросе принимали участие респонденты разных возрастных групп. Так, 23% опрошенных относятся к возрастной группе 18 –29 лет, 52,3% - респонденты в возрасте 30 – 49 лет и 24,7% - старше 50 лет.

Респондентам, принимавшим участие в опросе, было предложено ответить на ряд вопросов, заключенных в смысловые блоки анкеты.



**Категории респондентов**





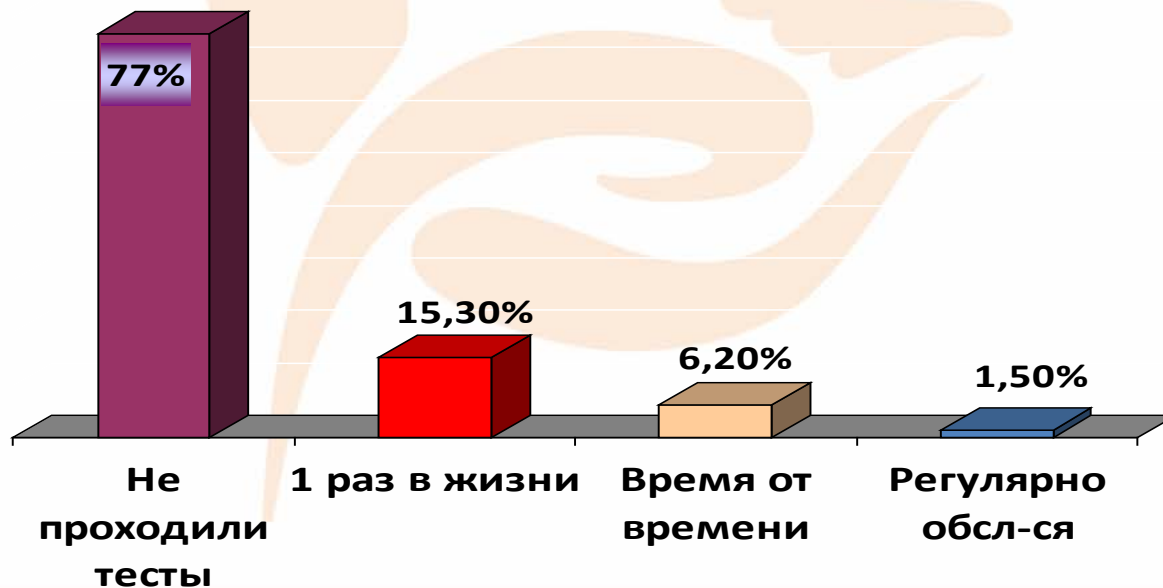
## Блок 1:

**осведомленность респондентов о симптоматике рака. Участие в скринингах.**

Респондентам было предложено ответить на вопрос: **«Знаете ли Вы признаки и симптомы рака?»**. Так, только 20% опрошенных респондентов уверены в том, что они знают признаки и симптомы рака. Что – то слышали, но конкретно не помнят о признаках и симптомах данного заболевания 42,3%, а 37,7% не знают о признаках и симптомах рака.

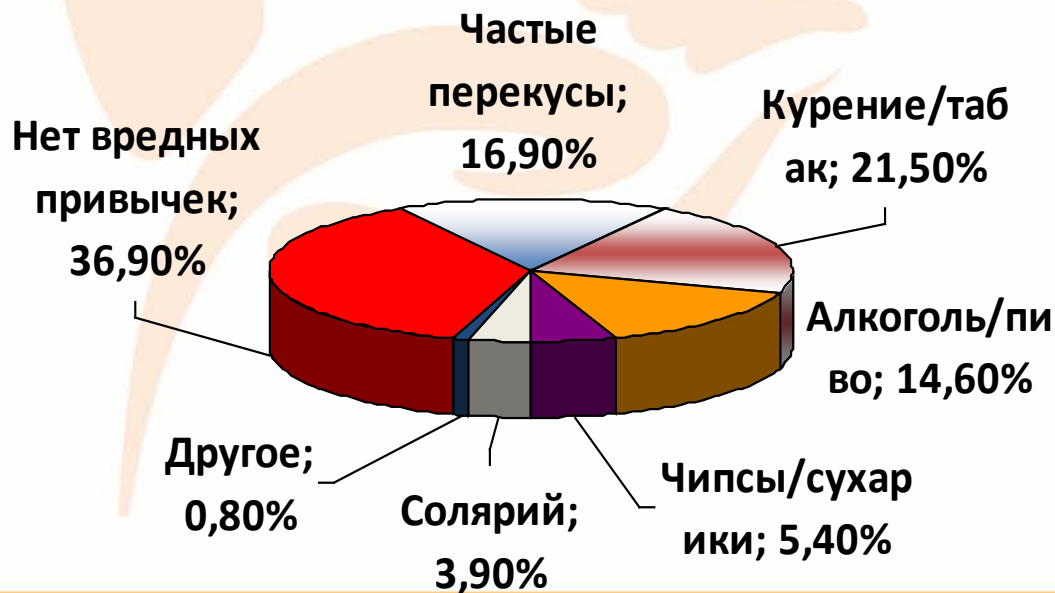
**Приходилось ли Вам проходить какие-либо тесты (сдавать анализы, обследоваться и т. д.), чтобы выявить свою предрасположенность к заболеванию раком?**

Анализ данных показал, что большинство опрошенных респондентов (77%) никогда не проходили подобные тесты. Сдавали какие – либо тесты один раз в жизни 15,3%, время от времени 6,2% и лишь 1,5% респондентов проделывают данную «процедуру» регулярно.



## Блок 2: социальные аспекты рака

Респондентам было предложено ответить на вопрос: «Что из перечисленного Вы можете отнести к своим привычкам?». Из них 16,9% предпочитают частые перекусы полноценному завтраку, обеду и ужину. В качестве своей вредной привычки указали курение и (или) жевание табака 21,5%, регулярное употребление алкоголя (пива в том числе) 14,6%. Помимо этого, 5,4% опрошенных выбрали вариант ответа «Достаточно частое употребление чипсов, сухариков и т. д.»; 3,9% - вариант ответа «Посещение солярия»; 0,8% - вариант ответа «Другое». Следует выделить группу респондентов 36,9%, у которых, по их мнению, нет вредных привычек.



Респондентам также было предложено ответить на вопрос: **«Что, по Вашему мнению, можно отнести к факторам, способствующим появлению рака?»**

Ответы распределились следующим образом: \*экология – 10%; \*наследственная предрасположенность – 30,7%; \*вредные привычки (злоупотребление алкоголем, курение и т.д.) – 47,7%; \*стрессовые ситуации – 6,9%; \*характер питания – 3,1%; \*место проживания – 1,6%; \*другое – 0%;



Респондентам также было предложено ответить на вопрос: **«Что, по Вашему мнению, можно отнести к факторам, способствующим появлению рака?»**

К возникновению раковых заболеваний приводит диета, богатая продуктами, содержащими канцерогены и бедная продуктами, содержащими противораковые вещества. **К продуктам, в которых содержится большое количество противораковых веществ, можно отнести свежие овощи, фрукты, ягоды, сухофрукты, отруби, а также морепродукты.**

**АНТИРАКОВАЯ ТАРЕЛКА**  
**Главные защитники от онкологии**

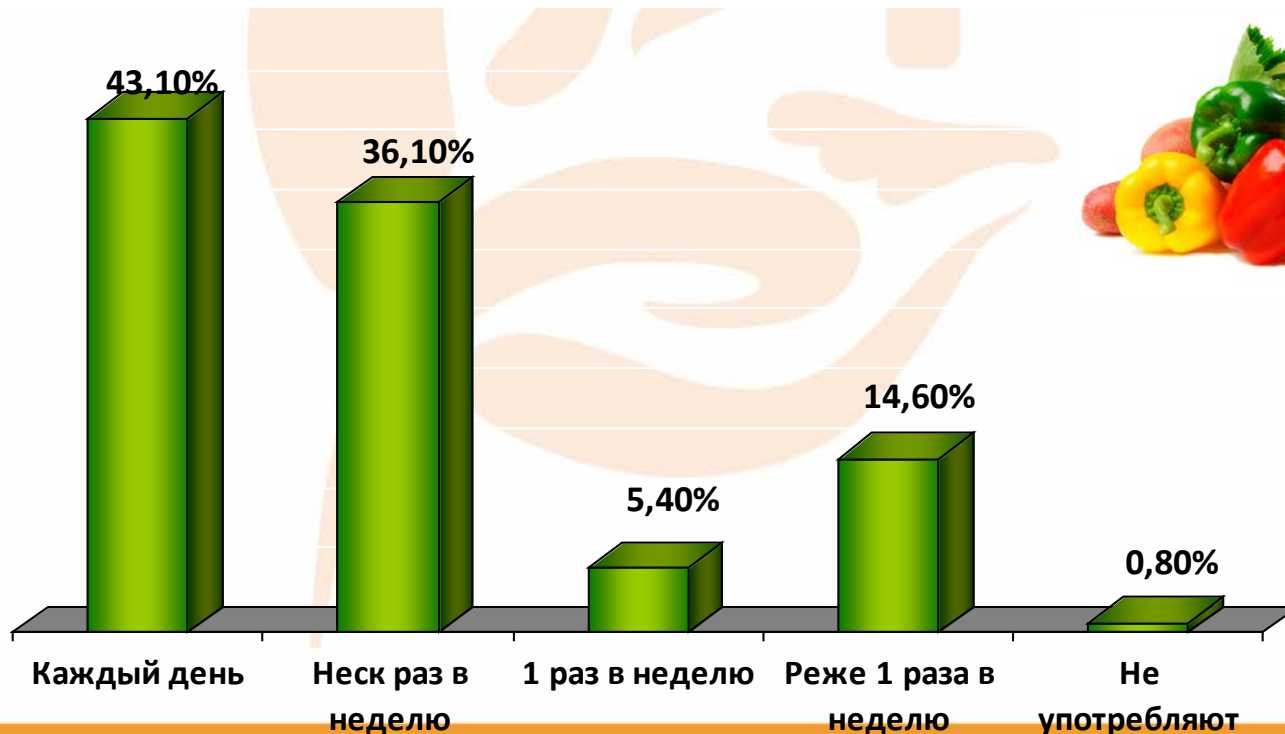
- 1 Овощи семейства крестоцветных**  
 Брокколи, цветная и прочие виды капусты. Желательно не кипятить, а запекать или готовить в пароварке. Можно сырые.
- 2 Зеленый чай**  
 Заваривать 10 минут, выпивать в течение часа. 3-4 кружки в день.
- 3 Куркума**  
 Добавлять в блюда, сочетая с черным перцем, иначе не усваивается. Достаточно щепотки в день. Схожими свойствами обладает имбирь.
- 4 Грибы**  
 Есть доказательства по шампиньонам и вешенкам, а также различным видам японский грибов.
- 5 Оливковое масло**  
 Лучшее холодного отжима, 1 столовая ложка в день.
- 6 Сливы, персики, абрикосы**  
 Все косточковые. Согласно самым последним исследованиям, защищают не хуже ягод.
- 7 Помидоры**  
 Вареные, лучше.
- 8 Черный шоколад**  
 Шоколад с содержанием какао более 70%.
- 9 Ягоды**  
 Вишня, малина, черника, ежевика, голубика, клюква. Можно замороженные, можно свежие, количество не ограничено.
- 10 Неснок, все виды лука**  
 Достаточно 1 головки или половинки небольшой луковицы. Лучше в сочетании с оливковым маслом, можно слегка поджарить.



В связи с этим, участникам опроса, было предложено ответить на вопрос: **«Что и как часто (из предложенных вариантов) присутствует в Вашем рационе питания?»**

**Свежие овощи (морковь, помидоры, капуста, редис, чеснок и сельдерей).**

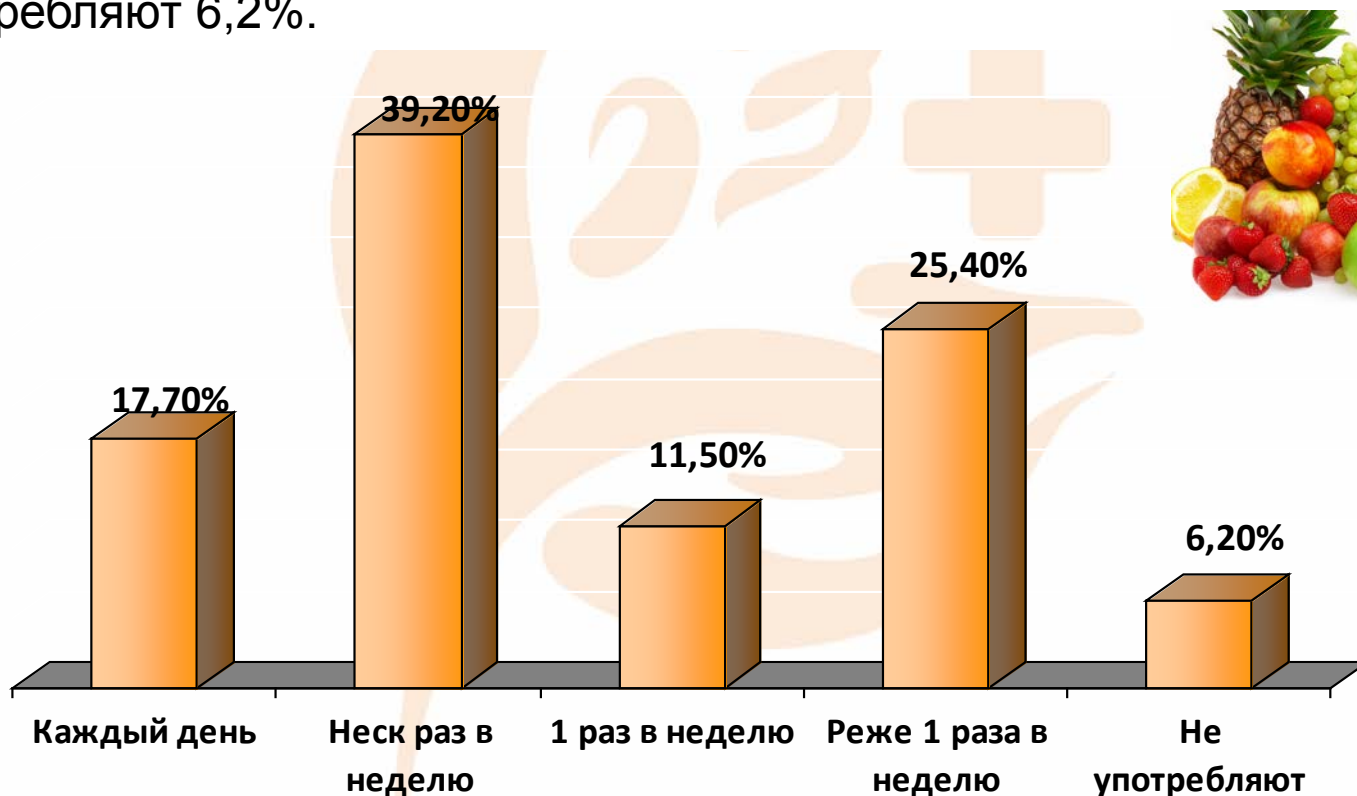
Результаты опроса показали, что 43,1% опрошенных употребляют эти продукты каждый день; 36,1% несколько раз в неделю. Свежие овощи присутствуют в рационе питания один раз в неделю у 5,4% респондентов, реже одного раза в неделю у 14,6% и никогда не употребляют свежие овощи 0,8%.



## «Что и как часто (из предложенных вариантов) присутствует в Вашем рационе питания?»

Фрукты и ягоды (апельсин, лимон, киви и т.д.).

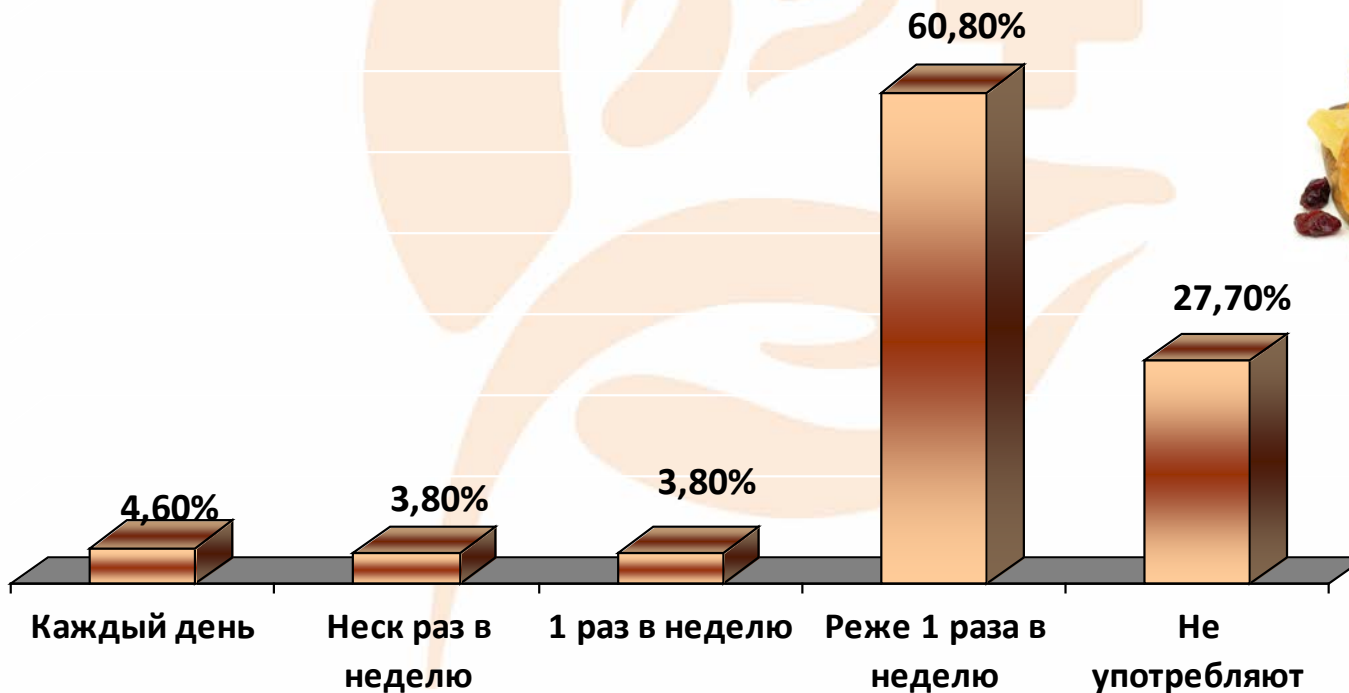
Данные продукты употребляют каждый день 17,7%, несколько раз в неделю 39,2%, один раз в неделю 11,5%, реже одного раза в неделю 25,4% и никогда не употребляют 6,2%.



## «Что и как часто (из предложенных вариантов) присутствует в Вашем рационе питания?»

### **Сухофрукты и отруби.**

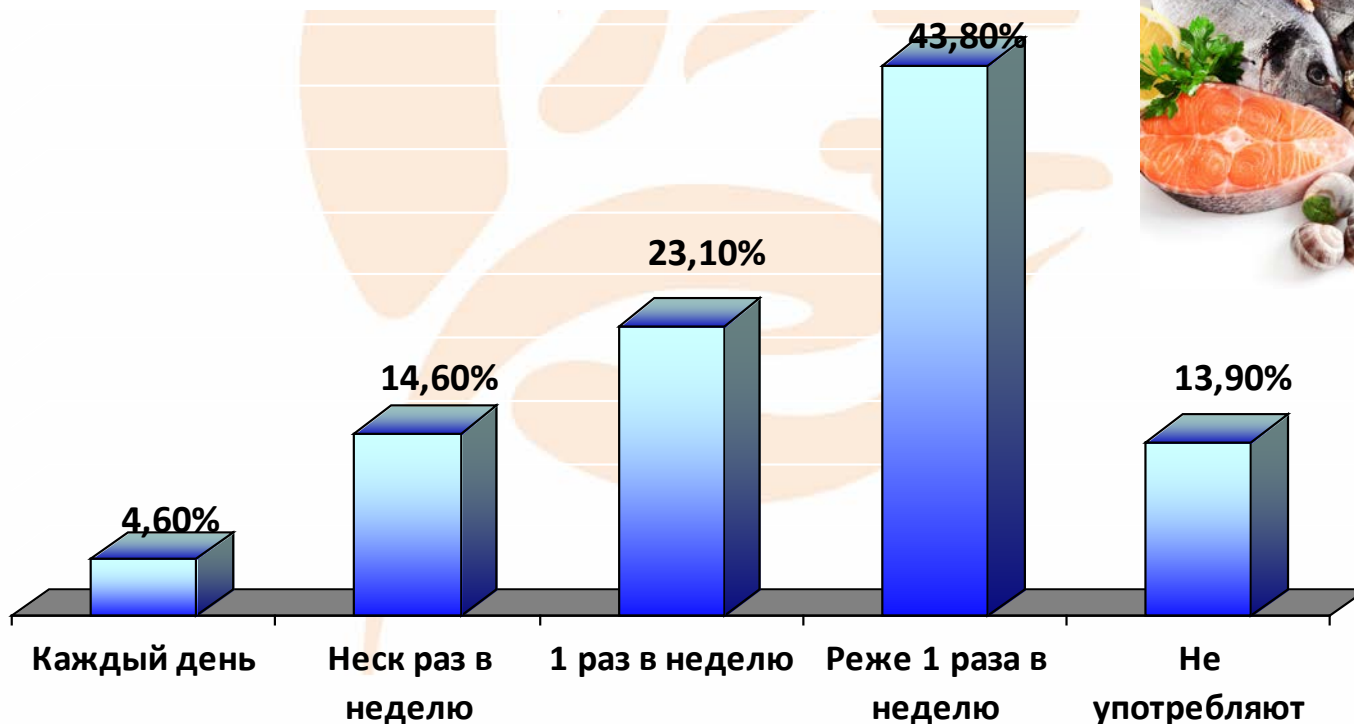
Опрос показал, что каждый день употребляют сухофрукты и отруби только 4,6% опрошенных респондентов. Не употребляют данные продукты никогда 27,7% . Употребляют реже одного раза в неделю 60,8%, один раз в неделю 3,8%, несколько раз в неделю 3,8%.



## «Что и как часто (из предложенных вариантов) присутствует в Вашем рационе питания?»

### Морепродукты.

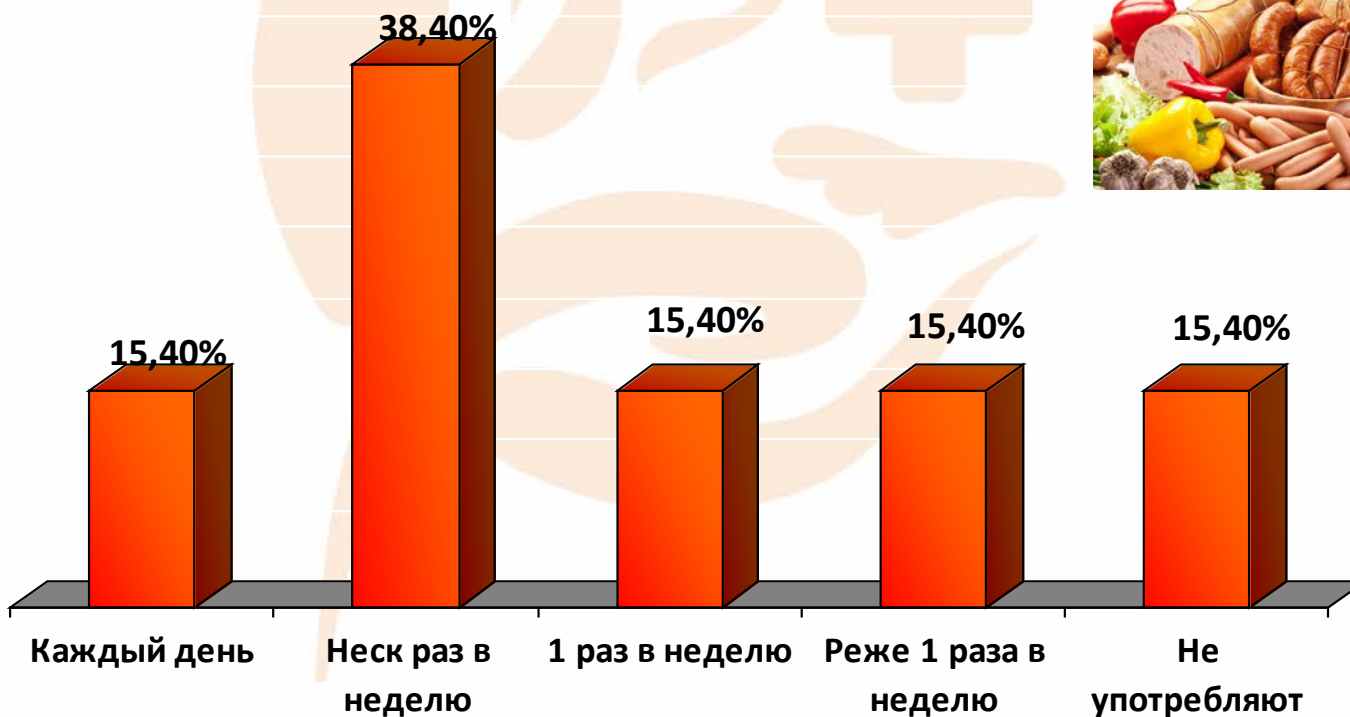
У большинства респондентов (43,8%) в рационе питания морепродукты присутствуют реже одного раза в неделю. Один раз в неделю употребляют разные виды морепродуктов 23,1%, несколько раз в неделю 14,6%, каждый день 4,6%. Следует отметить и тех, кто никогда не употребляет в пищу морепродукты. Их по результатам опроса 13,9%



## «Что и как часто (из предложенных вариантов) присутствует в Вашем рационе питания?»

### **Готовые мясные изделия (сало, копченые колбасы, сосиски и т.д.).**

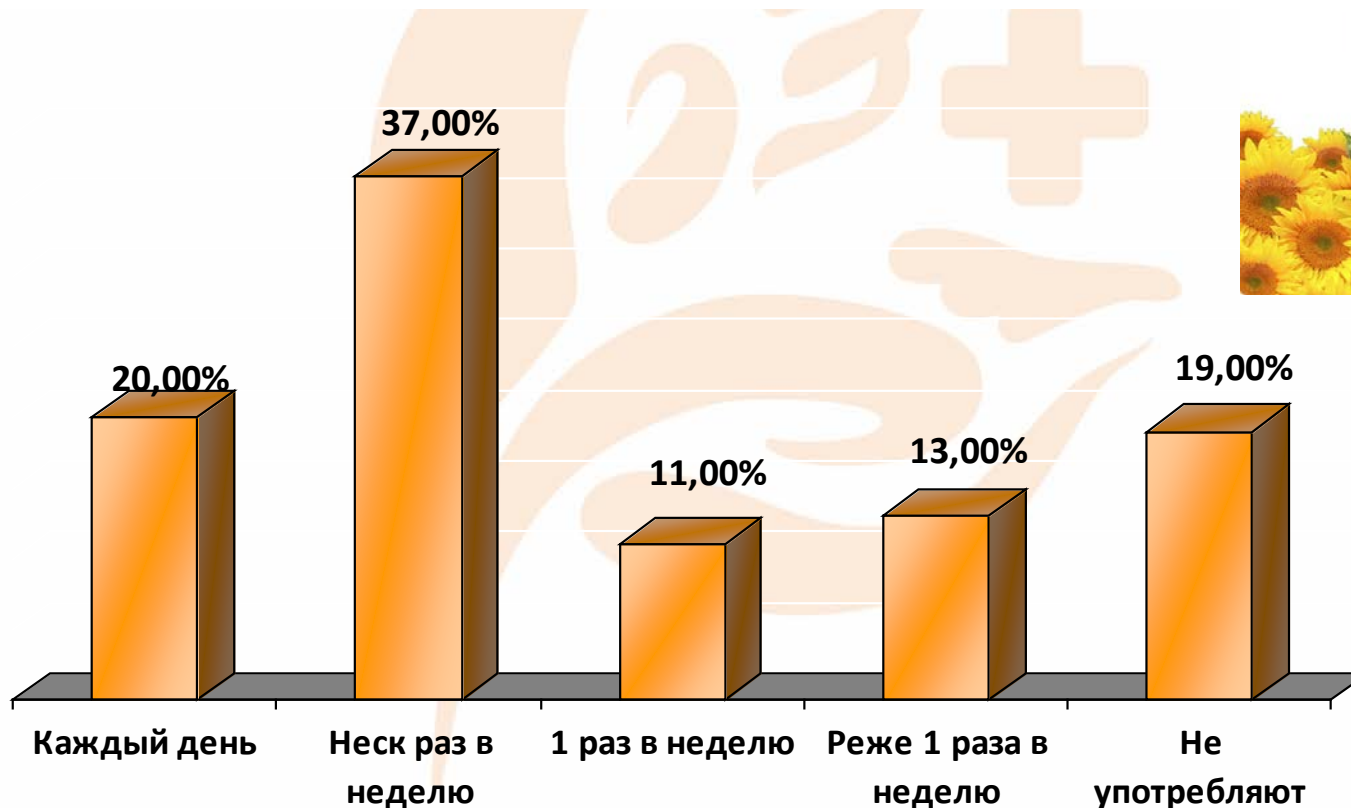
Ответы на данный вопрос распределились следующим образом: каждый день – 15,4%; один раз в неделю – 15,4%; несколько раз в неделю – 38,4%; реже одного раза в неделю – 15,4%; никогда – 15,4%.



## «Что и как часто (из предложенных вариантов) присутствует в Вашем рационе питания?»

### Сливочное масло, маргарин, майонез.

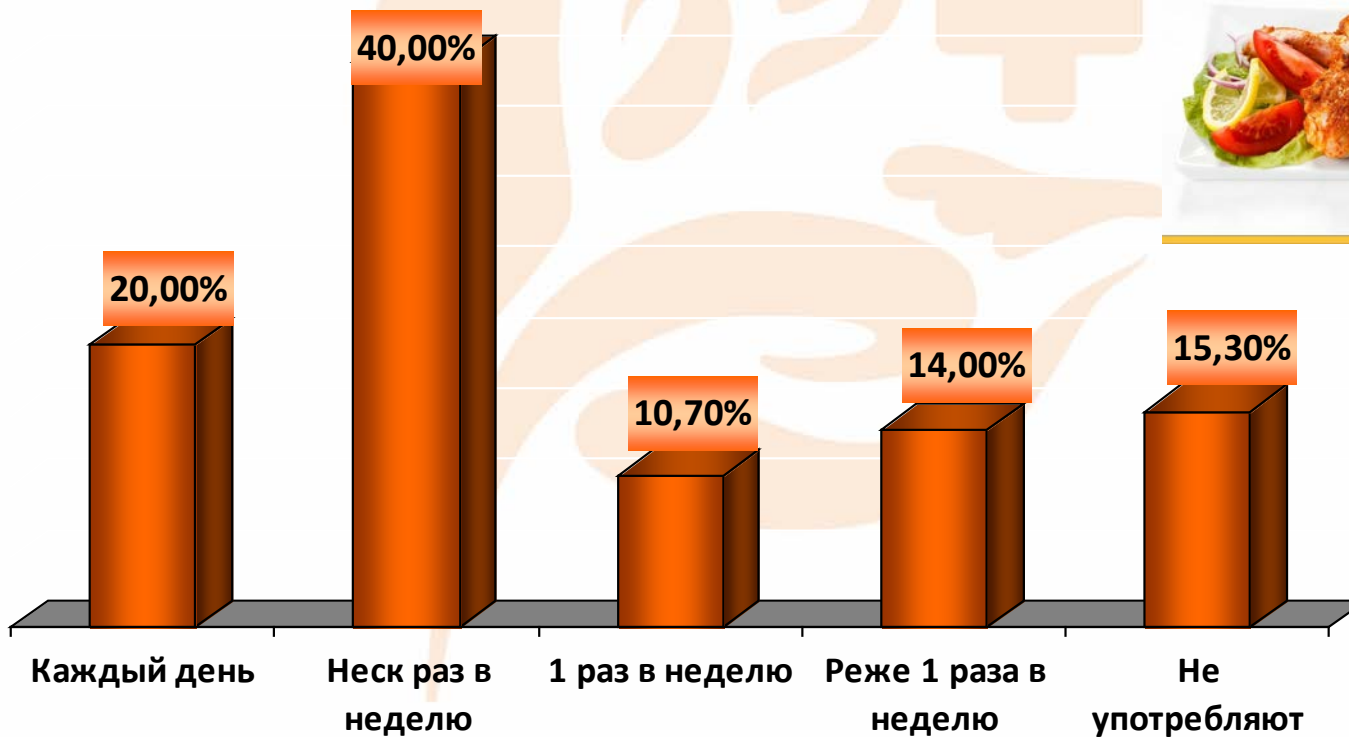
Опрос показал, что 37% опрошенных респондентов употребляют данные продукты несколько раз в неделю; 20% каждый день; 11% один раз в неделю; 13% реже одного раза в неделю и 19% не употребляют данные продукты никогда.



## «Что и как часто (из предложенных вариантов) присутствует в Вашем рационе питания?»

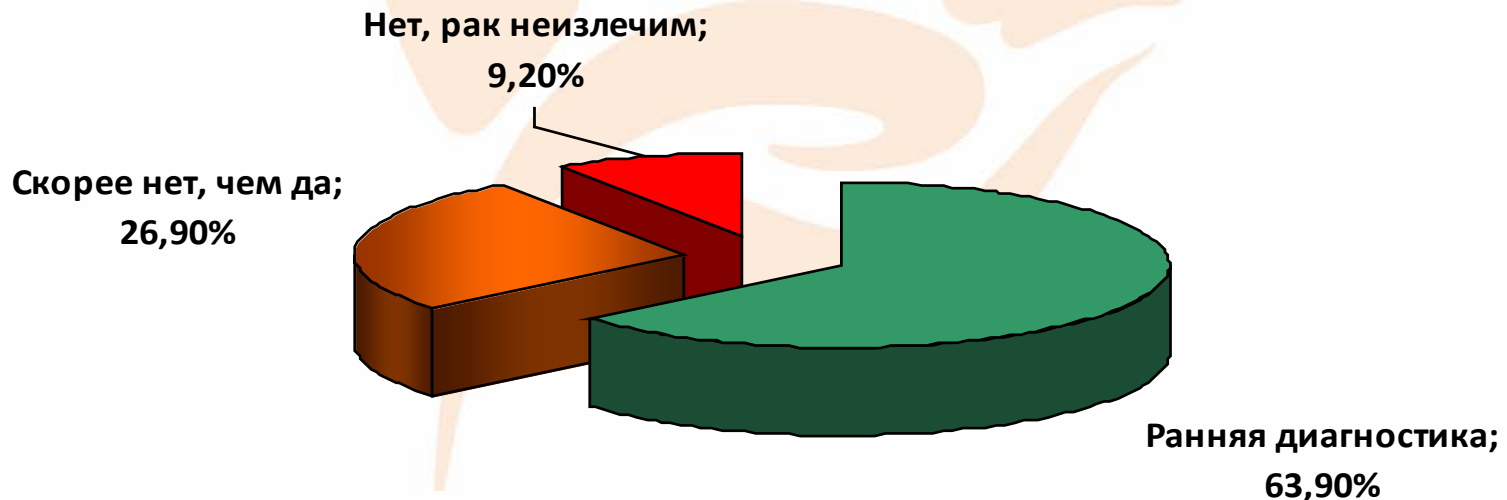
### Жареные блюда.

Каждый день жареные блюда употребляют в пищу 20% опрошенных; один раз в неделю 10,7%; несколько раз в неделю 40%; реже одного раза в неделю 14%; и никогда не употребляют 15,3%.



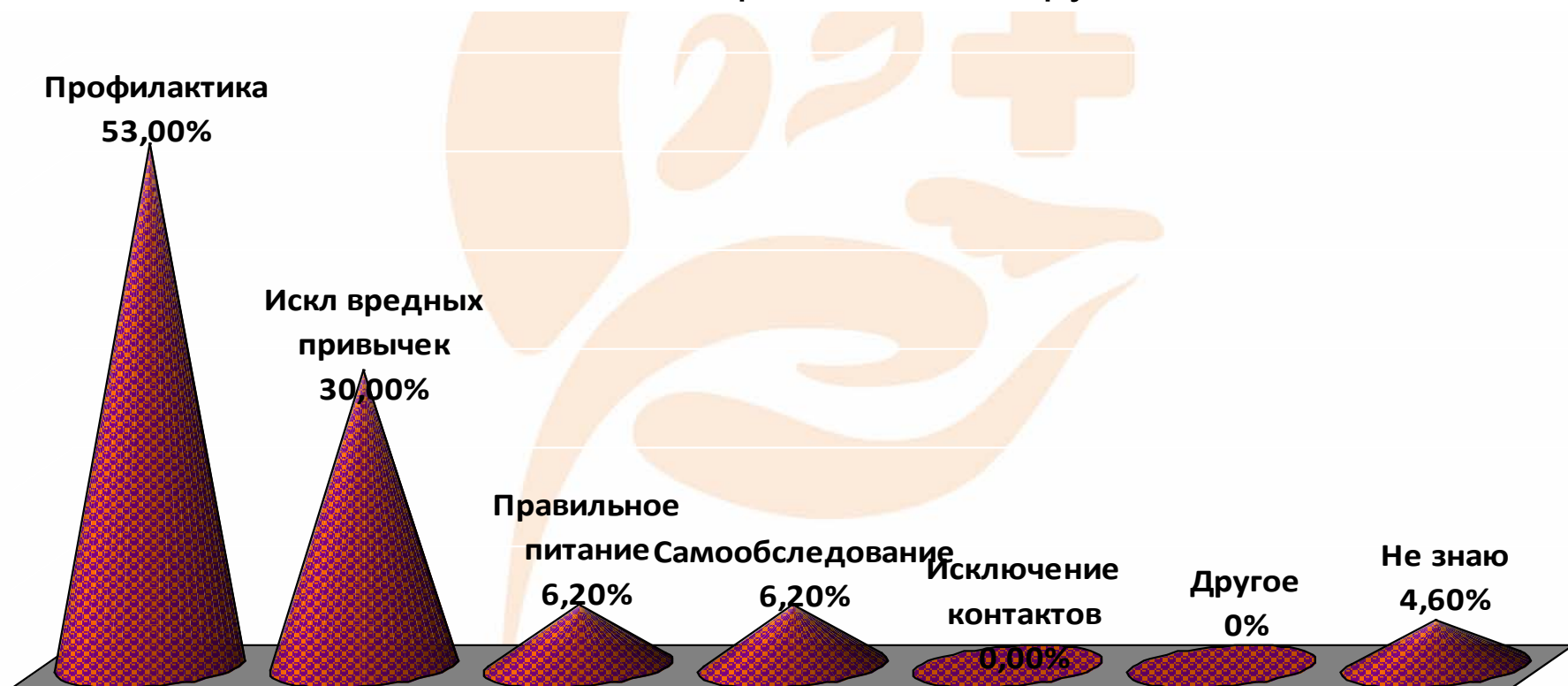
Известно, что ранняя диагностика рака значительно увеличивает эффективность лечения рака. В связи с этим, респондентам было предложено ответить на вопрос: **«Как Вы считаете, ранняя диагностика рака поможет в его скорейшем излечении?»**

Анализ ответов респондентов показал, что данную болезнь в большинстве случаев (63,9%) можно победить благодаря ранней диагностике. Следует выделить также и тех опрошенных, кто сомневается в возможности излечения благодаря ранней диагностике. Так, варианты ответов «Скорее нет, чем да» и «Нет, так как рак не излечим» выбрали 26,9% и 9,2% соответственно.

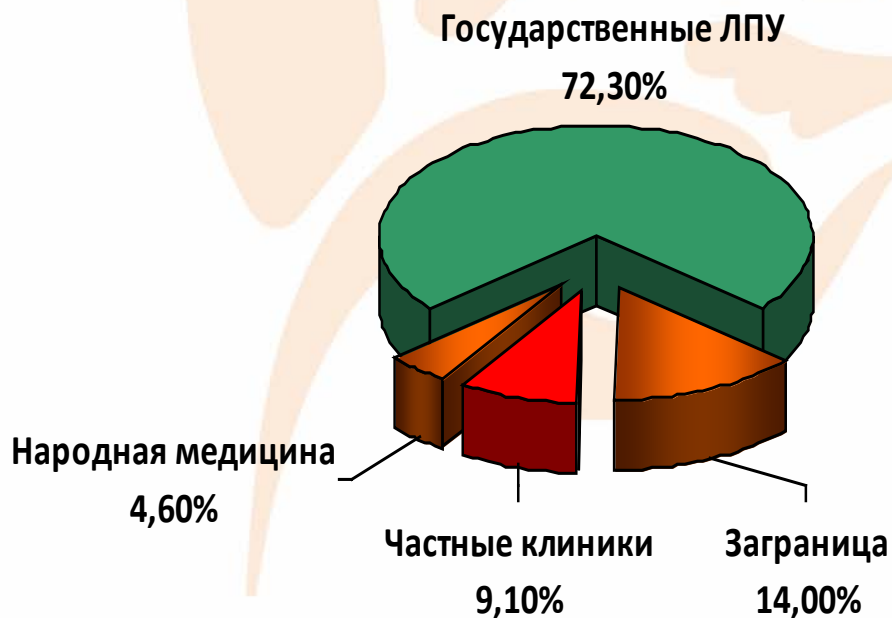




Анкета содержала и такой вопрос: **«Как Вы считаете, что препятствует развитию онкологических заболеваний?»** Ответы распределились: своевременное посещение врача в целях профилактики – 53%; исключение вредных привычек (алкоголь, курение и т.д.) – 30%; правильное питание – 6,2%; постоянное самообследование – 6,2%; исключение контактов с больным раком – 0%; другое – 0%; не знаю – 4,6%.



Не менее интересным представляется анализ мнений респондентов по вопросу: **«В вопросах диагностики и лечения рака Вы больше доверяете?..»** Так, 72,3% больше доверяют государственным медицинским учреждениям; 14% зарубежным медицинским учреждениям; 9,1% частным клиникам; 4,6% народной медицине, самолечению, самолечению.

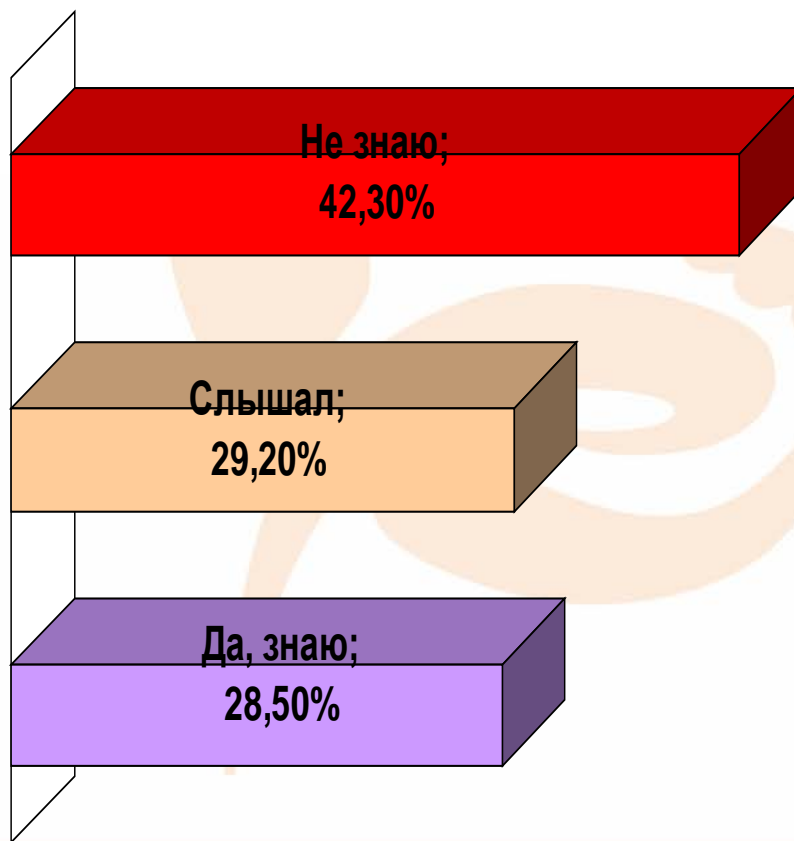


Медицина и фармакология шагнули далеко вперед. На вопрос: **«Знаете ли Вы о том, что существуют высокоэффективные противоопухолевые препараты?»** респонденты ответили:

Да, знаю – 28,5%;

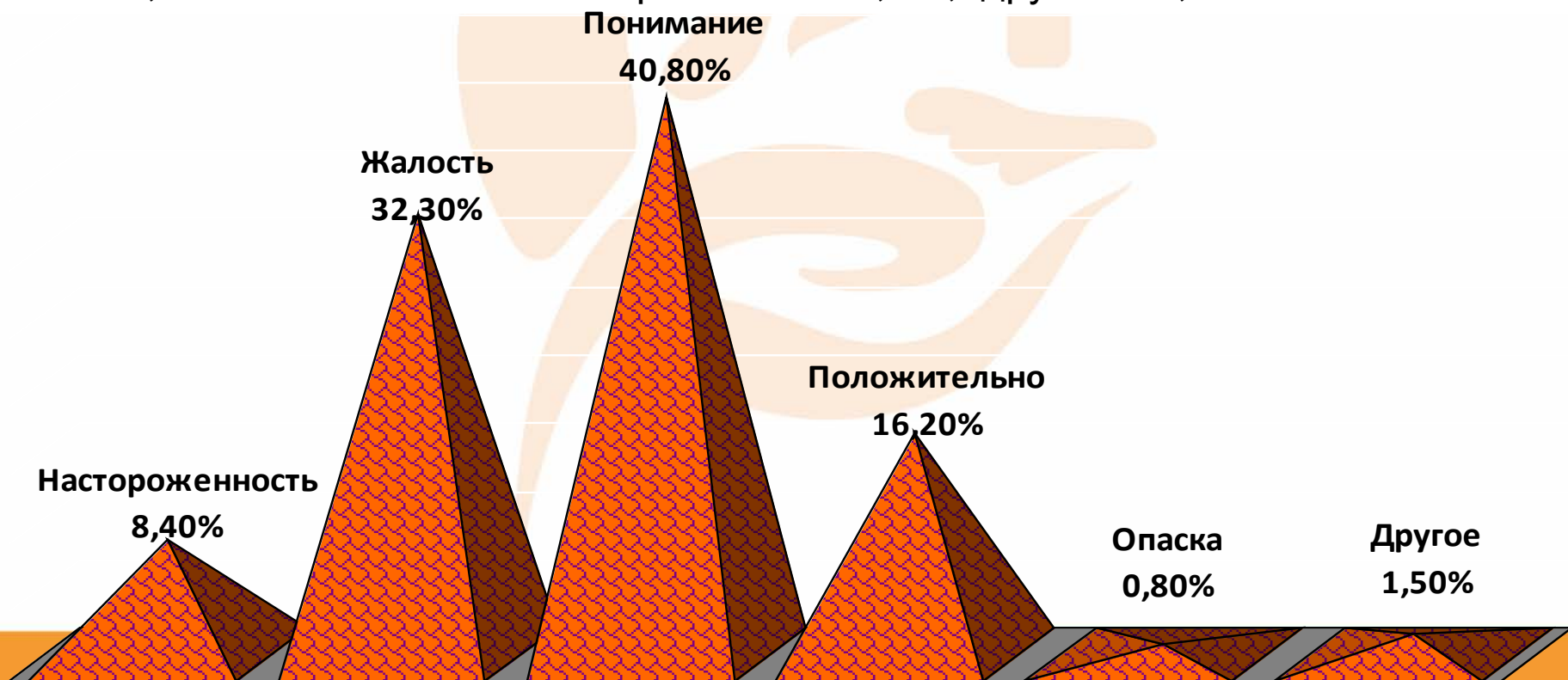
Где-то слышал (а) – 29,2%;

Не знаю – 42,3%.



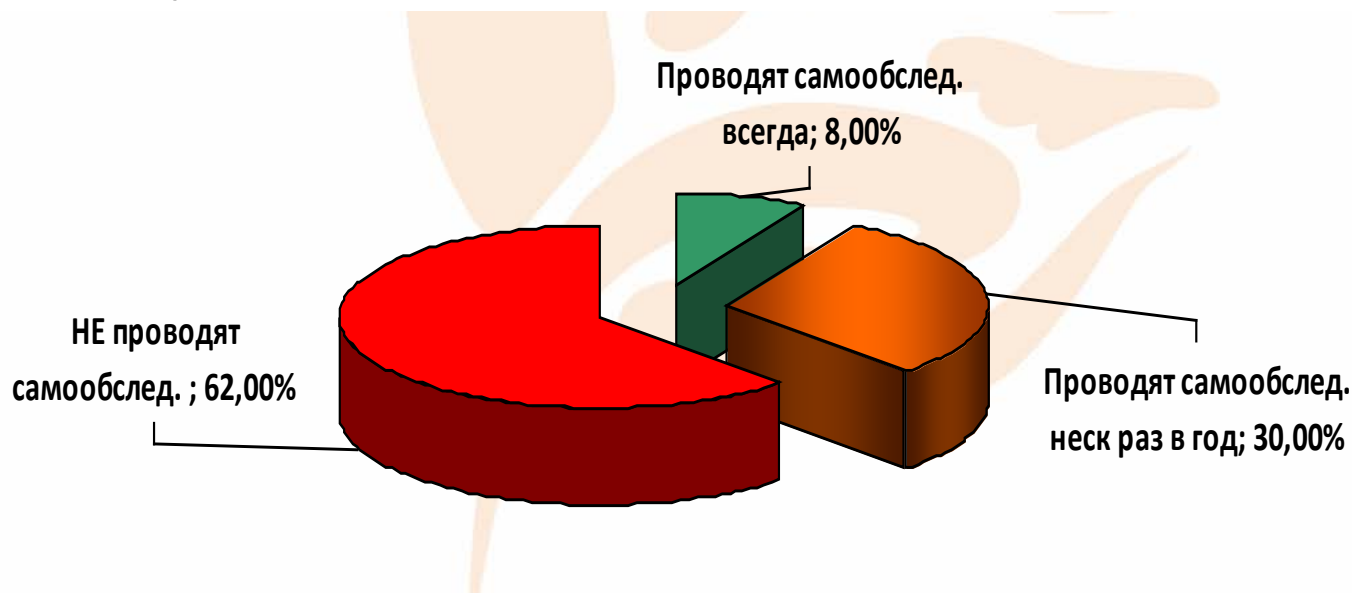
## Блок 4: личное отношение.

Онкология – это очень серьезное испытание не только для больного, но и для окружающих его людей. Респондентам было предложено ответить на вопрос: **«Если бы Вы познакомились с человеком, который болен раком. Вы бы отнеслись к нему (к больному)?»** Ответы распределились следующим образом:  
с настороженностью - 8,4%; с чувством жалости – 32,3%; с пониманием – 40,8%; положительно, всегда стремился (ась) во всем помочь – 16,2%; с опаской, так как от него можно заразиться – 0,8%; другое – 1,5%.



## Блок 5: женщина и рак молочной железы.

Респондентам было предложено ответить на ряд вопросов, первый из которых звучал следующим образом: «**Проводите ли Вы самообследование груди (молочной железы)?**» Анализ результатов показал, что только 8% опрошенных женщин всегда проводят самообследование груди. 30% женщин проводят самообследование груди несколько раз в год и 62% опрошенных женщин никогда не самообследуются.

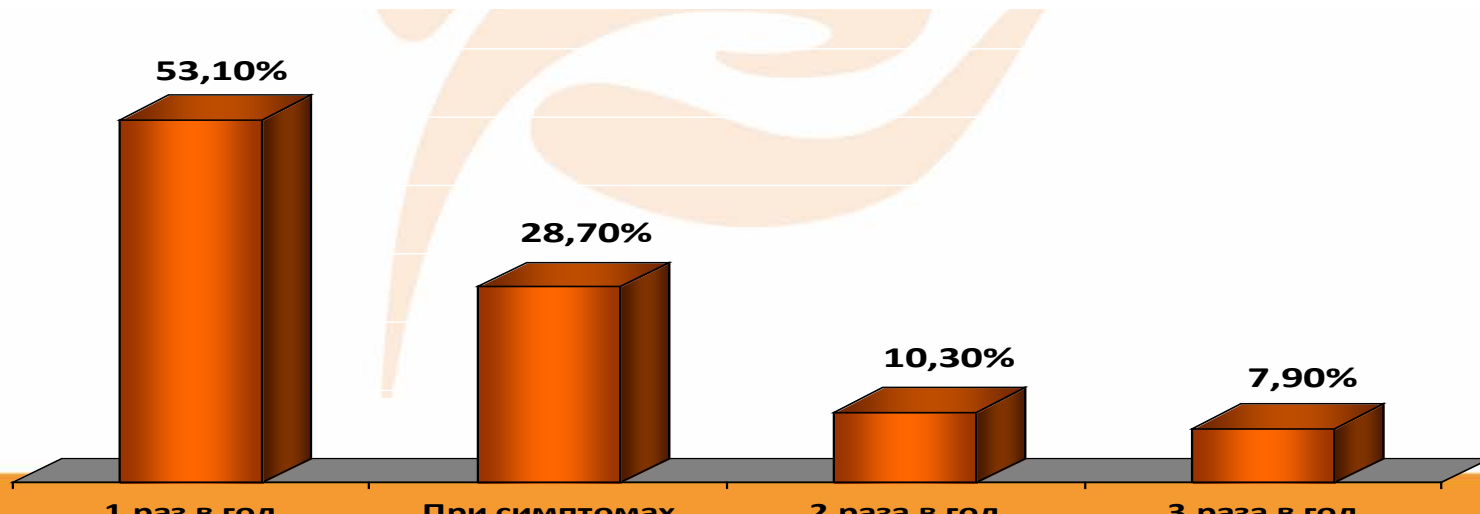


Немаловажным представляется изучение и того, **знают ли опрошенные правила (когда и как) необходимо самообследоваться.** Результаты показали, что более половины опрошенных женщин (55,8% ) не знают правил обследования груди. 44,2% ответили на данный вопрос: «Да, знаю»

<b>Не знаю</b>	<b>55,8%</b>
<b>Да, знаю</b>	<b>44,2%</b>



Участницам опроса был задан вопрос: **«Как Вы считаете, насколько часто необходимо обращаться к врачу – маммологу?»** Большинство (53,1%) считают необходимым посещение данного врача один раз в год; 28,7% считают, что необходимо обратиться к врачу маммологу тогда, когда начнет что-то беспокоить; 10,3% два раза в год; 7,9% три раза в год. Однако, практика показывает, что идеальное (в нашем случае – это знать, как часто необходимо обращаться к специалисту) и реальное (это то, обращаются ли женщины вообще к врачу – маммологу и как часто) не всегда совпадают. Именно в связи с этим, участницам опроса был задан следующий вопрос: **«Посещаете ли Вы врача – маммолога? Если да, то, как часто?»** Анализ показал, что только **35,1%** женщин **посещают** данного специалиста. **64,9%** ответили: **«Была там один раз в жизни и пока не планирую поход к врачу».**



Интересно также и то, что у респондентов сложилось достаточно разное мнение о том, **излечим ли рак груди**. Анализ ответов приводится ниже:

**да, но только на ранней стадии – 79,2%;**

**рак груди не излечим в принципе – 20,8%**

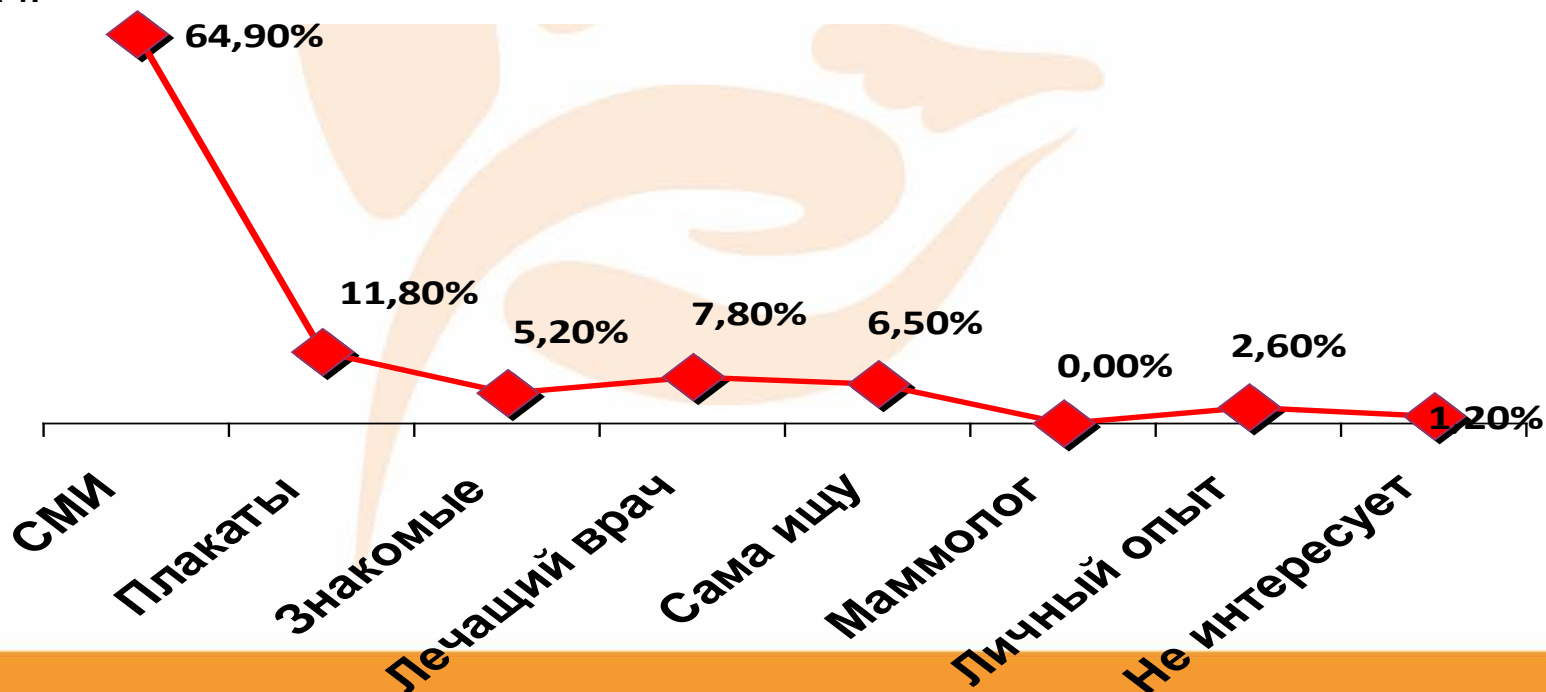




В ходе опроса выявлен **источник информации, из которого респонденты черпают знания о проблемах вызванных данным заболеванием:**

СМИ (радио, телевидение, интернет, газеты, журналы и т.д.) – 64,9%;  
 информационные бюллетени, брошюры и плакаты в поликлиниках – 11,8%;  
 знакомые – 5,2%; лечащий врач – 7,8%; сама ищу интересующую меня информацию – 6,5%; врач – маммолог – 0%; личный опыт – 2,6%;  
 меня это не интересует – 1,2%.

Таким образом, из приведенных данных видно, что наиболее популярные источники информации это: СМИ, информационные материалы, размещенные в поликлиниках и лечащий врач.



## Основные выводы по итогам социологического опроса.

### 1. Осведомленность респондентов о симптоматике рака. Участие в скринингах.

Анализ полученных данных показал, что более трети опрошенных респондентов (37.7%) не знают о признаках и симптомах рака. Современный уровень развития медицины позволяет выявить предрасположенность человеческого организма к заболеванию раком. Анкетирование показало, что большинство опрошенных респондентов (77%) никогда не проходили какие - либо тесты, чтобы выявить свою предрасположенность к заболеванию раком. Однако имеет место и та немногочисленная группа респондентов, кто сдавал какие – либо тесты на выявление своей предрасположенности к заболеванию раком только один раз в жизни и проходит их время от времени. Их по результатам опроса 15,3% и 6,2% опрошенных от числа всей выборочной совокупности соответственно. Регулярно проделывают данную «процедуру» только 1,5% респондентов.

## 2. Социальные аспекты рака.

**2.1.** В большинстве случаев рак возникает вследствие условий и образа жизни человека. А это значит, что место, где живет человек, его гастрономические предпочтения, привычки и ряд других факторов в той или иной степени влияют на появление новообразований. Респондентам был задан вопрос: «Что из перечисленного Вы можете отнести к своим привычкам?» Анкетирование показало, что

- *отсутствуют вредные привычки у 36,9% участников опроса.*
- *21,5% ответили «Курение»;*
- *16,9% опрошенных выбрали вариант ответа «Частые перекусы вместо полноценного завтрака обеда и ужина»;*
- *14,6% - регулярное употребление алкоголя, в том числе и пива.*

## Основные выводы по итогам социологического опроса.

**2.2.** Онкологи считают питание одним из самых главных факторов, способствующих как возникновению, так и борьбе с раковыми заболеваниями. К продуктам богатым противораковыми веществами можно отнести: свежую морковь, помидоры, капусту; такие фрукты как апельсин, лимон, киви; различные сухофрукты и отруби, а также морепродукты.

Опрос показал, что

- ❖ ежедневно свежие овощи присутствуют в рационе у 42,1% опрошенных;
- ❖ фрукты и ягоды – у 17,7% респондентов;
- ❖ сухофрукты и отруби – только у 4,6%.
- ✓ морепродукты употребляют каждый день 4,6% респондентов;
- ✓ один раз в неделю - 3,1% и
- ✓ несколько раз в неделю - 14,6%.

## Основные выводы по итогам социологического опроса.

**2.3.** Изучая гастрономические привычки респондентов, представилось интересным выявить частоту употребления тех продуктов питания, которые увеличивают шансы заболеть раком. Сюда можно отнести: готовые к употреблению мясные изделия, маргарин и майонез, а также наличие в рационе жареных блюд.

Анкетирование показало, что

- ❖ более трети (38,4%) участников опроса употребляют в пищу копченую колбасу, сосиски и другие готовые мясные изделия несколько раз в неделю;
- ❖ 15,4% - ежедневно;
- ❖ 15,4% - один раз в неделю.

- ❑ 37% респондентов употребляют в пищу майонез, маргарин и сливочное масло несколько раз в неделю;
- ❑ 20% - ежедневно.

- ✓ Жареные блюда несколько раз в неделю употребляют 40%
- ✓ и каждый день – 20% опрошенных.

## 3. Профилактика.

**3.1.** Известно, что ранняя диагностика рака значительно увеличивает эффективность его лечения.

В связи с этим, респондентам было предложено ответить на вопрос:

**«Как Вы считаете, поможет ли ранняя диагностика рака в его скорейшем излечении?»** Проанализировав данные, стало ясно:

- 63,9% респондентов уверены в том, что в большинстве случаев ранняя диагностика рака поможет в скорейшем его излечении;
- 26,9% сомневаются в возможности излечения благодаря ранней диагностике и
- 9,2% считают, что рак не излечим.

**3.2.** Участники опроса считают, что в первую очередь развитию онкологических заболеваний препятствует:

- своевременное посещение врачей в целях профилактики,
- исключение вредных привычек и
- правильное питание.

Таково мнение 89,2% респондентов.

**3.3** Анкетирование показало достаточно высокий имидж государственных медицинских учреждений специализирующихся на онкологических заболеваниях. Так в вопросах диагностики и лечения рака

- 72,3% опрошенных выразили свое доверие государственным медицинским учреждениям;
- 14% - зарубежным медицинским учреждениям;
- 9,1% - частным клиникам;
- 4,6% - народной медицине, самодиагностике, самолечению.

## 4. Личное отношение.

Опрос показал позитивное отношение респондентов к людям с онкологическими заболеваниями. Такие чувства, как жалость, понимание и положительная настроенность по отношению к людям больным раком отметили **89,3%** опрошенных.





## 5. Женщина и рак молочной железы.

**5.1.** Анализ результатов показал, что 38% опрошенных женщин проводят самообследование груди (всегда 8% и несколько раз в год 30%), а 62% женщин никогда не самообследуется.

**5.2.** Опрос показал, что более половины 55,8% опрошенных женщин не знает правил самообследования груди.

**5.3.** Анализ собранных данных показал, что врача – маммолога 1 -2 - 3 раза в год посещает только 28,2% опрошенных женщин.



**5.4.** 79,2% принявших участие в опросе женщин считает, что рак груди излечим только на ранней стадии, 20,8% - рак груди не излечим в принципе.

**5.5.** Во всем многообразии видов источников информации наиболее емким источником знаний о проблемах, вызванных заболеванием рака груди, по мнению респондентов, являются: СМИ, информационные материалы, размещенные в поликлиниках и лечащий врач



**Благодарю  
за  
внимание!**