

Злоякісні новоутворення: що варто знати у 2026 році

Рак – не вирок. Сучасна медицина дозволяє вилікувати хворобу у 90% випадків, якщо її виявлено на ранній стадії.

Що це таке?

Злоякісні новоутворення (рак) виникають через збій у роботі клітин, які починають неконтрольовано ділитися. Головна мета сучасної онкології – виявити цей процес до того, як пухлина почне поширюватися (метастазувати) в інші органи.

«Червоні прапорці»: не ігноруйте ці сигнали

Зверніться до сімейного лікаря, якщо помітили:

- **Різке схуднення** (понад 5 кг за місяць без дієт).
- **Ущільнення** у грудях, лімфовузлах чи м'яких тканинах.
- **Зміни родимок**: ріст, нерівні краї, зміна кольору або кровоточивість.
- **Постійний біль** або субфебрильну температуру (37.1–37.5 °C) без очевидних причин.
- **Хронічний кашель** чи захриплість голосу, що не минають понад 3 тижні.

Безоплатна діагностика за ПМГ-2026 (Нові можливості)

У 2026 році Національна служба здоров'я України (НСЗУ) суттєво розширила пакет безоплатних послуг. Тепер держава покриває:

1. Пріоритетні обстеження (скринінг):

- 1) **Мамографія** (обстеження грудей) – рекомендовано від 40 років.
- 2) **Колоноскопія** (огляд кишечника) – від 45 років.
- 3) **Гістероскопія, Гастроскопія, Цистоскопія, Бронхоскопія** – від 50 років. (Для пацієнтів молодшого віку за наявності показань ці послуги також безоплатні).

2. Головні оновлення 2026 року:

- 1) **МРТ з контрастуванням**: тепер є окремою безоплатною послугою за направленням.
- 2) **Генетичні та молекулярні дослідження**: додано понад 50 нових аналізів для точного підбору таргетної терапії.
- 3) **Методи ядерної медицини**: розширено доступ до найбільш точної візуалізації пухлин.

Як отримати безоплатно? Отримайте електронне направлення у сімейного чи профільного лікаря та зверніться до будь-якого закладу (навіть приватного), який має договір з НСЗУ.

Як знизити ризик на 50%?

1. **Відмовтеся від тютюну** – це знижує ризик раку легень, гортані та сечового міхура.
2. **Захист від сонця**: використовуйте засоби з SPF 30+ та уникайте соляріїв.
3. **Здорове харчування**: мінімум червоного м'яса та ковбас, максимум клітковини (овочі, крупи).
4. **Вакцинація**: щеплення від ВПЛ (захист від раку шийки матки) та гепатиту В (захист від раку печінки).

Корисні контакти

Детальний перелік послуг: сайт НСЗУ.

Контакт-центр НСЗУ: 16-77 (дзвінки безоплатні).

Пошук лікарні з договором: онлайн-дашборд.

Рання діагностика – це ваш шанс на здорове майбутнє. Не відкладайте візит до лікаря!