

Рак молочної залози: що важливо знати кожній жінці



Жовтень - місяць боротьби проти раку грудей у всьому світі. В цей час онкологи, мамологи, волонтери та громадські діячі активно акцентують увагу жінок на даному захворюванні і факторах розвитку раку грудей. 20 жовтня в Україні медичним співтовариством відзначається День боротьби з раком молочної залози. Уже десять років рак грудей займає лідируючі позиції серед злорякісних утворень у жінок.

Проблема в тому, що жінки ігнорують профілактичні огляди і симптоми захворювання та звертаються до лікаря надто пізно, коли хвороба вже запущена.

Чому жінки хворіють на рак грудей частіше, ніж чоловіки

Рак грудей може виникнути під впливом різних факторів. Сучасна медицина досі зі 100% упевненістю не може назвати справжню причину розвитку раку молочної залози. Однак значущу роль у розвитку хвороби медики приписують жіночим статевим гормонам естрогену і прогестерону. Розмір грудей ніяким чином не впливає на розвиток раку молочної залози. Хворіють на рак грудей в основному жінки: у чоловіків дана патологія в 100 разів нижче, ніж у жінок.

Можливо, цей факт пов'язаний з тим, що клітини жіночої молочної залози більш чутливі до гормональних змін. А такі гормональні коливання жінка, на відміну від чоловіка, відчуває постійно: початок менструації і її подальше регулярне повторення, статеве збудження, вагітність, післяпологовий період, клімакс. Також факторами розвитку раку грудей можуть стати:

- ендокринні порушення (діабет, ожиріння, гіпотиреоз)
- спадковість
- хронічні гінекологічні хвороби
- аборти
- нерегулярне інтимне життя або його відсутність
- травми грудей
- куріння

Як проявляється рак грудей: симптоми захворювання

У жінок часто виникають захворювання молочних залоз, які не є онкологічними: в грудях можуть з'явитися ущільнення, вузлики, шишки і т.д. Якщо такі утвори болючі, то швидше за все причина - мастопатія, мастит, фіброаденома та ін. Це не означає, що можна заспокоїтися і не йти до лікаря. Оскільки навіть не онкологічні захворювання молочної залози можуть мати серйозні ускладнення і в подальшому, при відсутності адекватного лікування, перейти в онкологічну проблему.

Рак грудей небезпечний тим, що на початкових стадіях жінці важко самій помітити або знайти утвір при самообстеженні: настільки мікроскопічною може бути пухлина, яка ніяк не турбує жінку.

Якщо з'явилися такі симптоми, то слід терміново звернутися до мамолога:

- поява в грудях ущільнень
- молочні залози стали асиметричними, деформувалися
- соски або ділянки грудей втягнулися
- з соска з'явилися виділення, сам сосок або ареола лущиться, з'явилися скоринки
- молочна залоза набрякла, шкіра на ній почервоніла
- з'явилися болі в пахвовій западині

Самообстеження молочних желез

(Проводиться на 6-12 день от начала менструации)



Осмотрите перед зеркалом форму груди и внешний вид кожи сосков с опущенными руками.



Поднимите руки за голову и осмотрите грудь. Обратите внимание на изменения формы или размеров одной из молочных желез и цвет кожи.



Запрокиньте правую руку за голову. Медленно, круговыми движениями прощупывайте правую грудь, обращая внимание на возможные припухлости и утолщения. Повторите то же с левой грудью.



Сдавите сосок у его основания большим и указательным пальцами и посмотрите, есть ли какие-либо выделения.



Обследуйте грудь в положении лежа. Прощупывайте круговыми движениями с легким надавливанием, начиная с краев молочной железы в направлении соска.



Прощупайте круговыми движениями левую и правую подмышечные впадины.

Діагностика та профілактика раку молочної залози

У лікуванні раку грудей найважливішу роль відіграє раннє виявлення захворювання. При початкових стадіях хвороби успішний прогноз терапії досягає майже 100%. Тому онкологи-мамологи та гінекологи постійно закликають жінок регулярно проходити профілактичні обстеження. Жінкам до 40 років рекомендовано УЗД молочної залози, після 40 - мамографія раз на рік.

Це дуже важливо, оскільки в Україні, згідно з медичною статистикою, на рак грудей хворіє кожна 8-ма жінка. А з віком ризик захворіти збільшується ще більше. Також знизити ймовірність розвитку злоякісних утворень в клітинах молочної залози допомагають здоровий спосіб життя, відмова від куріння, своєчасне лікування гінекологічних хвороб, контроль маси тіла, регулярні інтимні стосунки.