



Рак молочной железы: что нужно знать

Рак молочной железы – злокачественное новообразование, развивающееся из клеток эпителия протоков и долек паренхимы молочных желез. Рак молочных желез – наиболее частая форма онкологического заболевания у женщин.

Основные симптомы:

- В большинстве случаев в первую очередь заболевание распознается по безболезненному узловому образованию в молочной железе.
 - Изменения в размере или форме груди.
 - Втяжение кожи молочной железы.
 - Отечность кожи молочной железы.
 - Втяжение соска, экзема соска, кровянистые выделения из соска.
 - Плотный лимфатический узел в подмышечной области.
-



Факторы риска рака молочной железы:

- Возраст старше 40 лет.
- Отсутствие родов (либо первые роды после 30 лет), отсутствие грудного вскармливания.
- Аборты.
- Генетический фактор (рак молочной железы у кровных родственников, носители мутации генов BRCA-1,2).
- Доброкачественные заболевания молочной железы (фиброзно-кистозная мастопатия, фиброаденомы молочных желез и др.).
- Травмы молочной железы.
- Гормональный фактор (раннее наступление менструации (до 12 лет), позднее наступление менопаузы (после 55 лет), применение заместительной гормонотерапии для лечения патологического климакса и остеопороза).
- Ожирение.
- Ионизирующее излучение, ухудшение экологии.
- Низкая физическая активность.
- Гинекологические заболевания, заболевания щитовидной железы и печени.
- Хронический стресс.

Профилактика:

Каждая женщина, перешагнувшая 40-летний рубеж, должна раз в два года проходить **маммографию** (с 50 лет – ежегодно). При наличии семейного анамнеза рака молочной железы маммографию рекомендуют проходить ежегодно, начиная с возраста 35 лет. Женщины старше 75 лет должны индивидуально принимать решение о скрининговой маммографии.

Ежемесячное **самообследование** **молочных желез** рекомендуется проводить всем женщинам, достигшим 20-летнего возраста.

Приемы самообследования:

1. Встаньте перед зеркалом. Проверьте обе груди, нет ли в них чего-то необычного: не нарушена ли симметрия, не втянут ли сосок, нет ли втяжения кожи или ее отека. Для этого сначала положите руки на бедра, затем сцепите их за головой, посмотрите на себя справа и слева.

2. Продвигаясь вращательными движениями с легким нажимом, тщательно прощупайте левую молочную железу подушечками трех сомкнутых пальцев правой руки. То же самое сделайте в отношении правой молочной железы.

3. Осторожно сожмите каждый сосок и посмотрите, нет ли выделений. Об их наличии могут свидетельствовать и пятна на белье.

4. Повторите все это лежа на спине. При этом одну руку положите за голову, под лопатку подложите подушечку или сложенное полотенце: такая позиция облегчает обследование.

5. Обследовав сами молочные железы, прощупайте подмышечные впадины, чтобы убедиться, что там нет уплотнений, а затем участок тела между грудью и шеей.

Если вы заметили что-то неладное, немедленно обращайтесь к врачу!

По материалам сайта MED.TOMSK.RU