

РАК МОЛОЧНОЇ ЗАЛОЗИ

(інформаційний лист)



Рак молочної залози - це найпоширеніше онкологічне захворювання серед жінок у всьому світі. В Україні захворюваність на рак молочної залози зростає в середньому на 1 - 2% за рік. Кожні 30 хвилин виявляється новий випадок раку молочної залози, і щогодини від нього помирає одна жінка. В цілому щороку це важке захворювання забирає життя майже 7,5 тисяч українок. А у 2020 році їх кількість може перебільшити 200 тис. РМЗ виявляють дуже часто на пізніх стадіях, коли врятувати жінку важко, а то й взагалі неможливо.

У Вінницькій області захворюваність на рак молочної залози із року в рік збільшується. Так за 2014 рік по області зареєстровано 546 випадків у жінок та 9 випадків у чоловіків. До речі, у чоловіків рак рудименту молочної залози теж почастишав утричі. На працездатний вік жінок припадає 46,1% випадків раку молочної залози. Наймолодший вік жінок, що захворіли на рак молочної залози 25 - 29 років, і таких 4 жінки, а найстарший вік жінок 85 - 89 років і таких 14 випадків. От чому необхідно усім жінкам, не дивлячись на вік, проводити самообстеження молочних залоз, проходити профілактичні огляди і обстежувати молочні залози за допомогою мамографії та ультразвукової діагностики. Сучасні методи діагностики дають можливість виявити пухлини на ранніх стадіях, а це є перша стадія раку (всього їх чотири стадії), що збереже життя до старості. Через несвоєчасне проходження профоглядів за рік з першою стадією раку молочної залози виявлено лише 26,8% випадків. Несвоєчасно діагностовано рак молочної залози (третя та четверта стадія) у 26 жінок що склало 5,1%.

Необхідно пам'ятати, що своєчасно діагностований рак молочної залози дасть можливість жінці при мінімальному оперативному втручанні зберегти даний орган.

У цілому за рік в обласному клінічному онкологічному диспансері проліковано 508 жінок, що становить 78,5% від зареєстрованих випадків

раку молочної залози. Лікування жінок з I стадією дає довгострокову виживаність у 95% випадків.

Прогноз захворювання залежить від того, наскільки своєчасно вдалося діагностувати хворобу.

Необхідно зазначити, що тривалість нормального життя хворих на рак молочної залози після встановлення діагнозу на початкових стадіях хвороби і правильно проведеного лікування - понад 25 років. Тобто, прогноз захворювання залежить від того, наскільки своєчасно вдалося діагностувати хворобу!

Існує близько 80-ти факторів ризику, котрі можуть спровокувати рак молочної залози. До основних факторів ризику відносяться такі:

- ранній (до 12 років) або пізній (після 16 років) початок менструацій;
- тривалість менструацій більше 5 днів;
- ранній (до 45 років) та пізній (після 53 років) клімакс;
- травми молочних залоз і матки;
- зайва вага;
- захворювання молочних залоз;
- перші пологи у віці старше 28-30 років;
- паління тютюну;
- зловживання алкоголем;
- вегето-судинні порушення, у т.ч. гіпертонічна хвороба;
- нерегулярне статеве життя;
- спадкові захворювання;
- особи що не народжували та(або) не годували немовлят грудним молоком;
- запалення та кісти яєчників;
- фіброміома матки, і т.д.

Але слід пам'ятати, що ні один із цих перерахованих факторів сам по собі, чи їх комбінація не є фатальними. Для розвитку пухлини необхідні певні умови та комбінація різних факторів, їх тривала дія та порушення імунного захисту.

Перш ніж виникне рак молочної залози, виникають передпухлинні стани – мастопатії.

Дисгормональні гіперплазії молочних залоз (мастопатії) є основною групою передпухлинних захворювань, з яких близько 15% перероджуються у злоякісні новоутворення. Хворі на дисгормональні гіперплазії підлягають регулярному диспансерному спостереженню, їм необхідно проводити адекватне лікування, виключно індивідуально для кожної хворої. З даною ціллю в районі закріплені лікарі, що пройшли відповідну підготовку на базі Вінницького обласного клінічного онкологічного диспансеру.

Для раннього виявлення передпухлинних змін і, тим більш, пухлинних захворювань молочної залози, кожна жінка після 20 років повинна уважно стежити за станом молочних залоз і періодично їх самообстежувати.

Методи досить прості і оволодіти ними не важко. Дуже важливо робити самообстеження молочних залоз систематично, тобто один раз на місяць. Бажано у перші 7-10 днів від дня початку менструації, тому що в цей період молочна залоза не збільшена і не напружена. У випадку, якщо менструації у жінки немає, варто робити самообстеження завжди в те саме число місяця.

Систематичне самообстеження за вказаною схемою допоможе виявити захворювання на ранніх його стадіях, а вчасно почате лікування гарантує повне одужання.

Самообстеження молочних залоз:

Насамперед роздягнувшись, слід оглянути білизну. Наявність у відповідних місцях будь-яких плям говорить про виділення із сосків, що в свою чергу може свідчити про патологічні зміни в молочній залозі.

Далі виконується огляд шкіри, котра повинна мати рівномірне тілесне забарвлення, без виразок або висипів. Огляд проводиться перед дзеркалом при доброму освітленні у наступних трьох положеннях:

- руки на поясі;
- руки підняті угору, кисті рук на потилиці;
- руки опущені.

Після огляду виконується пальпація молочних залоз круговими або клиноподібними рухами. Кожна залоза пальпується протилежною рукою, подушечками пальців, акуратно, м'яко: спершу перевіряють зовнішню

половину залози, починаючи від соска, потім - внутрішню, направляючись від соска до грудини. Потім проводиться обстеження соска - акуратно та злегка здавлюється ареола між пальцями, щоб пересвідчитись чи немає виділень, а якщо є, то який їх характер.

На закінчення необхідно пропальпувати підпахвинні, підключичні та надключичні ділянки, де можна виявити збільшені лімфатичні вузли.

Ознаками хвороби можуть бути: втягіння ділянки шкіри залози, набряк ділянки шкіри молочної залози, втягіння соска, відхилення соска убік, зміна звичайної форми чи розмірів однієї з залоз, деформація ареоли, жовтуваті чи кров'яністі виділення із соска, почервоніння шкіри молочної залози, виразки, наявність ущільнень при пальпації, набряклість, болючість при пальпації.

При виявленні будь-яких ознак захворювання необхідно звернутися до лікаря. Самолікування, застосування грілок, компресів без рекомендації лікаря, може призвести до важких наслідків.

Пухлину молочної залози на ранній стадії (до 0,5 см) можна виявити при мамографічному обстеженні. Сучасні мамографи шкоди не завдадуть.

Запам'ятайте!

- Самообстеження молочних залоз необхідно проводити щомісяця у перші 7-10 днів від дня початку менструації, у період менопаузи – в один і той самий день кожного календарного місяця.
- Ультразвукове обстеження молочної залози необхідно проходити усім жінкам від 16 до 40 років 1 раз на 2 роки.
- Жінкам після 40 років необхідно проходити мамографію один раз на 2 роки.
- Якщо вас щось турбує в ділянці грудей чи під мишками, терміново зверніться до лікаря

Пам'ятайте! Своєчасне виявлення захворювання на ранніх стадіях та своєчасно розпочате лікування - основа стійкого одужання.

Матеріал підготувала:

Антонюк Л. Л., заступник головного лікаря з організаційно-методичної роботи ВОКОД