

Рак молочної залози - один з найпоширеніших злоякісних процесів у жінок, оскільки складає майже 30% захворюваності злоякісними пухлинами і 16-18% смертності від них. Рівень захворюваності на рак молочної залози підвищився за останні 60-70 років у всіх країнах - членах Всесвітньої Організації Охорони Здоров'я (ВООЗ).

Відомо понад вісімдесят чинників, що підвищують ризик захворювання на рак молочної залози. Частіше він зустрічається у жінок із раннім початком або пізнім закінченням менструацій, у осіб з нерегулярним статевим життям, у тих, хто не народжував, не годував немовлят грудним молоком, з пізнім віком першої вагітності. Запалення яєчників, кісти яєчників, фіброміома матки також збільшують ризик захворювання на рак молочної залози. Можливість розвитку цієї хвороби підвищує штучне переривання вагітності. Існує вірогідність розвитку раку на фоні мастопатії. Рак молочної залози може бути пов'язаний із спадковістю: якщо мати і сестра мали це захворювання, ризик зростає. Підвищують його такі хвороби, як цукровий діабет, ожиріння, хронічні захворювання печінки, щитовидної залози. Іонізуюче випромінювання і виробничі канцерогени також є чинниками

ризик. Надмірне вживання алкоголю, жирів та недостатнє – овочів і фруктів так само може сприяти виникненню раку молочної залози.



Основні фактори ризику раку молочної залози (в балах)

Оцінка в балах груп ризику захворювання, яку роблять медики-фахівці, дає можливість порівнювати ці групи між собою.

Чим більше балів – тим вищий ризик

- Паління тютюну – 0,5
- Зловживання алкоголем – 0,5
- Тривале перебування під впливом шкідливих газів – 0,3
- Радіація – 1,0
- Неадекватний статевий потяг – 1,0

- Відсутність задоволення від статевого життя – 2,0
- Статеві стосунки рідше, ніж один раз на тиждень – 1,0
- Статеві стосунки з частими перервами більше 1 місяця – 2,5
- Овдовіння жінки у віці 25-50 років, внаслідок якого вона перебуває самотньою впродовж 10 років і більше – 3,5
- Використання перерваного статевого акту для запобігання вагітності – 0,5
- Кількість абортів більше семи – 0,5
- Перші пологи у віці старше 28-30 років – 3,0
- Народження першої дитини з масою тіла 4 кг і більше – 1,5
- Велика кількість молока під час годування дитини – 2,5
- Останні пологи або аборт у віці старше ніж 30 років – 3,5
- Годування дитини менше, ніж 5 місяців – 0,5
- Ранній (до 12 років) або пізній (після 16 років) початок менструацій – 1,0
- Тривалість менструацій більше, ніж 5 днів – 0,3
- Ранній клімакс (до 45 років) – 1,5
- Пізній клімакс (після 53 років) – 2,5

- Наявність маточних кровотеч – 0,5
- Вегето-судинні порушення, у т.ч. гіпертонічна хвороба – 0,3
- Неврастенія – 0,5
- Перенесена жовтуха, захворювання печінки – 0,6-1,8
- Зайва вага (більше, ніж 10 кг) – 0,6
- Порушення функції щитовидної залози – 2,0
- Наявність деїнцефального синдрому – 2,0
- Цукровий діабет – 0,3
- Травми молочних залоз і матки – 1,0
- Захворювання статевих органів – 2,0-4,0
- Генетично несприятлива ситуація – 3,0-5,0
- Захворювання молочних залоз – 10,0-15,0

Проте слід пам'ятати:
жодний із вказаних вище
чинників ані сам по собі,
ані навіть у
комбінації з іншими –
не є фатальним.

Для утворення пухлини необхідні складні комбінації багатьох факторів, їхній тривалий вплив і послаблена опірність організму.

Знаючи ці фактори ризику, Ви зможете ефективно займатися індивідуальною профілактикою раку молочної залози.

**Таким чином, шановні жінки,
Ви маєте тепер уявлення про
те, що саме сприяє виникненню
раку молочної залози.**

**Як бачите, уникнути, звести до
мінімуму чи скорегувати деякі з
означених факторів ризику –
цілком можливо.**

**Навіть звичайне викорінення
шкідливих звичок
може знизити ризик
захворювання
на рак молочної залози**

**Пам'ятайте! Тільки
відповідальне ставлення до
цього питання надовго
збереже Ваше здоров'я і
красу.**

За матеріалами Всеукраїнської
програми «За майбутнє без раку».
Відповідальна за випуск:
Людмила Зубко, зав. відділом
обласного Центру здоров'я.

Фактори ризику раку молочної залози

