Неделя борьбы с раком молочной железы (в честь месяца борьбы с

раком молочной железы)

 Челябинская область присоединилась к Неделе борьбы с раком молочной железы.

 Рак молочной железы (РМЖ) – это одно из наиболее распространенных онкологических заболеваний не только в России, но и по всему миру. Среди онкологических заболеваний у женщин рак молочной железы занимает 1 место.

 В России ежегодно регистрируется несколько десятков тысяч случаев рака молочной железы, из которых 75% приходится на женщин после 50 лет. При этом важно помнить, что и мужчины, хотя и крайне редко, также подвержены этому виду рака – примерно 1 процент от всех выявленных случаев ЗНО молочной железы приходится на мужской пол.

Ольга Агеева, главный врач ЧОЦОЗ МП:

«К группе риска по развитию рака молочной железы относятся нерожавшие женщины, принимавшие длительное время гормон эстроген, женщины, у которых рано начались менструации или поздно наступила менопауза. Им в первую очередь нужно быть особенно внимательными, регулярно проводить самообследование молочных желез.

Также к факторам риска относят избыточный вес, вредные привычки, гинекологические заболевания, ушибы и травмы груди. Ранняя диагностика и своевременно начатое лечение значительно повышает шансы на успешное лечение и выздоровление».

Помните, что в любом возрасте женщине необходимо регулярно проходить

профилактические медицинские осмотры, диспансеризацию. Спокойный образ жизни, правильное питание и умеренная спортивная нагрузка помогут сохранить здоровье и высокое качество жизни на долгие годы.ЗОЖ против РМЖ. Важной профилактикой рака молочной железы и других злокачественных опухолей является здоровый образ жизни.

Самообследование молочных желёз: простые шаги, которые могут спасти жизнь.

Рак молочной железы – одно из самых распространённых онкологических заболеваний у женщин. Однако при ранней диагностике шансы на излечение значительно повышаются.

Регулярное самообследование – это простой и эффективный способ вовремя заметить изменения в груди.

Когда проводить самообследование:

Женщинам репродуктивного возраста рекомендуется проводить осмотр на 6–12 день менструального цикла (2-3 день после менструации). В менопаузе – в один и тот же ден каждого месяца.

Как правильно провести самостоятельный осмотр груди:

-Встаньте перед зеркалом. Уберите руки за голову и осмотрите грудь с каждой стороны.

-Прощупывайте подмышечные лимфоузлы. Двигайтесь от периферии к центру.

-Обратите внимание на каждое возможное уплотнение.

-Слегка надавите на сосок, чтобы проверить, нет ли выделений.

Специалисты рекомендуют проводить самообследование молочных желез каждый месяц, а маммографию в профилактических целях после 40 лет – 1 раз в год.

Наталья Исправникова, врач по медицинской профилактике Центра общественного здоровья и медицинской профилактики г. Челябинск:

«Самообследование молочных желёз – важный элемент ранней диагностики рака груди.

Многие женщины, обнаружившие у себя изменения во время самостоятельного осмотра, обращаются к врачу на ранней стадии, когда лечение наиболее эффективно. Однако важно помнить: даже если ничего не беспокоит, после 40 лет необходимо регулярно проходить маммографию. Не бойтесь лишний раз провериться – лучше перестраховаться, чем упустить время».

Маммография — лучший способ выявить рак молочной железы на ранней стадии.

Рак молочной железы — заболевание, которое возникает в результате мутации клеток. Болезнь может начаться в молочных протоках или дольках железистой ткани. Это самое распространенное онкологическое заболевание у женщин. До 90% женщин с РМЖ входит в возрастную группу 40+, большинству пациенток – от 40 до 60 лет. Именно в этом возрасте в организме происходит перестройка гормонального фона, ухудшается работа эндокринной и иммунной систем. Но при ранней диагностике и своевременном лечении рак молочной железы можно вылечить с высокой степенью вероятности. Безальтернативным методом выявления всех вариантов рака молочной железы является маммография. Это рентгеновское исследование молочных желез в двух проекциях с двойным прочтением. Снимки просматривают два врача-рентгенолога, оформляется два независимых заключения, что позволяет с точностью определить наличие патологии.

Ольга Агеева, главный врач ЧОЦОЗ МП:

«Маммография выявляет наличие изменений в тканях молочных желез, позволяет оценить их размеры, характер и распространенность на самых ранних стадиях».

Маммография входит в программу скрининга каждой женщины старше 40 лет. Проходить исследование надо один раз в два года.

Сделать маммографию можно по направлению лечащего врача и в рамках

диспансеризации.