

Захворювання на рак молочної залози: група ризику, симптоми та профілактика



Рак молочної залози — найпоширеніше онкологічне захворювання серед жінок. Щороку понад півмільйона жінок у всьому світі помирає через цю недугу. Однак хворіють на рак грудей і чоловіки.

У загальній нозологічній структурі захворюваності та смертності від злоякісних новоутворень жіночого населення рак молочної залози посідає перше місце.

Кожній четвертій жінці рак грудей діагностують уже на III–IV стадії, коли ефективність лікування значно знижується.

Довідково:

За даними Канцер-реєстру, за шість місяців поточного року в **Черкаській області** виявлено 183 випадки захворюваності на рак молочної залози (проти 204 за шість місяців 2023 року). Із них на 3-4 стадіях розвитку хвороби виявлено 62 випадки (33,9 %) раку молочної залози.

У **Маньківській** та **Христинівській** громадах усі діагностовані у поточному році випадки раку молочної залози виявленні на 3-4 стадіях розвитку хвороби; у **Жашківській** та **Канівській** громадах — на пізніх стадіях хвороби майже у 67% випадків; у **Смілянській**, **Чорнобаївській**, **Корсунь-Шевченківській** громадах у 50% випадків.

Важливо: рак виліковний за умови його виявлення на I стадії — у 95% жінок, на II стадії — у 80%, на III стадії — у 50% жінок.

Регулярні профілактичні огляди у лікаря суттєво підвищують шанси на ефективне лікування.

Ви перебуваєте в групі ризику, якщо у вас є:

- родичі першої лінії (мама, бабуся, сестра, тітка), які хворіли на рак грудей;

- відсутність вагітностей та пологів;
- перша вагітність у 30 років і старше;
- вік старше 40 років;
- ранній початок менструацій — у віці до 12 років;
- пізня менопауза — після 55 років;

- безперервне вживання гормональних контрацептивів протягом тривалого часу, а також гормональної замісної терапії в менопаузі;
- цукровий діабет;
- надмірна вага та ожиріння;
- куріння, зловживання алкоголем;
- гіпертонічна хвороба;
- перенесений раніше рак грудей або рак яєчника;
- вплив джерел радіації.

За даними ВООЗ, 21% усіх випадків смерті від раку молочної залози у світі спричинено вживанням алкоголю, зайвою вагою й ожирінням, а також фізичною інертністю.

Проконсультуйтеся зі своїм лікарем щодо того, як часто вам потрібні профілактичні огляди — це залежить від вашого віку та факторів ризику, які можуть вплинути на розвиток раку.

Рак молочної залози на ранніх стадіях (I-й і II-й) має безсимптомний перебіг і не завдає болю. Привернути увагу мають дуже хворобливі місячні, болі в молочних залозах.

Симптоми, що дають підстави запідозрити рак молочної залози:

- прозорі або кров'яністі виділення з грудей;
- втягнення соска у зв'язку з проростанням пухлини в шкіру;
- зміна кольору або структури шкіри грудей (набряк, збільшення або зменшення розмірів);
- ущільнення або новоутворення в молочних залозах;
- ерозії, кірочки, лусочки, виразки в зоні соска, ареоли;
- збільшення пахвових або надключичних лімфовузлів.

Профілактика раку молочної залози

Для запобігання раку молочної залози важливо дотримуватися здорового способу життя (відмовитися від куріння, алкоголю, регулярно займатися фізичною активністю й підтримувати нормальну масу тіла), а також вчасно проходити огляд лікаря:

- мамолога — не рідше одного разу на 1–2 роки;
- жінкам старше 50 років — щодва роки здійснювати мамографічні обстеження.

Також усім жінкам старше 20 років варто щомісяця самостійно обстежувати молочні залози.

У разі будь-яких змін у молочних залозах негайно зверніться до свого лікаря!

Кам'янське відділення

ДУ «Черкаський обласний центр контролю
та профілактики хвороб Міністерства охорони
здоров'я України»