Автор: admin
14.10.2012 13:05 -

Что нужно знать о раке груди? Советы врача

Эту деликатную тему многие женщины предпочитают обходить стороной. Кто-то даже слово «рак» боится произносить, опасаясь сглаза. А между тем в случае с этим страшным недугом именно бдительность имеет ключевое значение. Оказывается, рак молочной железы – не всегда приговор. При ранней диагностике шансы на полное излечение достигают 94%!

Рассуждать о проблеме, а тем более – давать рекомендации, не являясь специалистом, глупо и некорректно. На основные вопросы отвечает опытный врач маммолог-онколог, кандидат медицинских наук, старший научный сотрудник Российского онкологического центра им. Н.Н. Блохина **Галина Корженкова**.

Существует ли предрасположенность к раку молочной железы?

– Да, действительно многие женщины предрасположены к этому заболеванию. В частности, оно может передаваться по наследству через гены матери. Вероятность развития рака у женщин с этими генами составляет 40% в возрасте до 50 лет и 80% – до 70 лет.

Можно ли спровоцировать болезнь?

– Риск развития рака молочной железы повышают постоянные стрессы, отсутствие регулярной сексуальной жизни, аборты в раннем возрасте, бездетность, травмы груди.

Если женщина когда-то лечилась от другой опухоли и получала лучевую терапию на область грудной клетки, то вероятность появления в будущем злокачественного новообразования молочной железы у нее выше. Кроме того, прямое воздействие солнечных лучей на грудь, перегревание в сауне или бане отрицательно сказываются на гормональном статусе молочных желез и могут стимулировать появление раковых клеток.

Есть ли способ застраховать себя от рака?

– Соблюдение мер профилактики помогает предупредить развитие заболевания. Важно вести здоровый образ жизни: регулярно выполнять физические упражнения, гимнастику, следить за весом, отказаться от курения, чрезмерного употребления алкоголя. Большую роль также играют соблюдение гигиены брака, отказ женщины от абортов, правильный уход за молочными железами, сбалансированный рацион питания с включением продуктов с содержанием витаминов А, Е и С (цитрусовые, абрикосы,

шпинат, морковь).

Помимо этого свести к минимуму риск заболевания позволяют регулярные посещения маммолога. Своевременные обследования помогают выявить нарушения уже на ранней стадии. Поэтому женщины после 40 лет должны раз в два года проходить рентгеновское маммографическое обследование. После 50 лет – ежегодно.

Желательно проводить и ежемесячное самообследование молочной железы, обращать внимание на любые изменения цвета кожи груди, ее симметричности, усиление венозного рисунка, выделения из соска.

Только цифры!

В мире ежегодно регистрируется свыше миллиона пациенток с раком груди. По показателям уровня заболеваемости и смертности от этого недуга Россия занимает одно из первых мест.

По данным Российского онкологического научного центра имени Н.Н. Блохина, во всех странах СНГ именно рак молочной железы занимает первое место в структуре онкозаболеваемости женского пола.

В нашей стране это заболевание диагностируется у более чем 46 000 женщин. Только половина из них проживает более пяти лет и лишь 30% получают шанс полного выздоровления.

Согласно официальным данным Минздравсоцразвития, злокачественные новообразования являются второй причиной смертности населения в России.

За последние 20 лет уровень заболеваемости раком груди возрос в России на 64%.

Это надо знать!

Рак молочной железы обычно распознается уже на поздних стадиях.

Как правило, в своей ранней фазе заболевание протекает бессимптомно. Если женщина не проходит регулярно маммологических и маммографических обследований, то чаще всего она не замечает начала болезни и обнаруживает ее на поздней, третьей или даже четвертой, стадии.

О запущенном раке молочной железы свидетельствуют такие признаки, как образование опухоли более 2 см, появление ранок или ссадин на соске, нарушение формы молочной железы, ее деформация, кровянистые выделения из соска, шелушение, язва на коже молочной железы, втягивание соска, отек, покраснение, растяжение кожи соска.

При появлении этих симптомов необходимо немедленно обратиться к врачу-специалисту и пройти диагностику рака молочной железы.

Оказывается, рак молочной железы – это не только женская болезнь. Этому недугу подвержены и мужчины, однако у представителей сильного пола диагностировать заболевание намного сложнее.

Что делать, если вам поставили страшный диагноз?

Врачи советуют ни в коем случае не паниковать, а как можно скорее начать лечение. Выбор терапии и шансы на полное выздоровление обусловлены размером первоначальной опухоли, фазой заболевания, состоянием лимфатических узлов. Успех в борьбе против рака молочной железы зависит от своевременной диагностики и выявления болезни на ранней стадии.

При лечении рака молочной железы существенен не только правильный подход к лечению, но и душевное состояние женщины. Она может помочь своему организму бороться с болезнью, изменив образ жизни. Благотворное влияние на процесс лечения, несомненно, окажут здоровое питание, лечебная физкультура, дыхательная гимнастика, релаксация, оптимистичный эмоциональный настрой. Помните, вера пациента в выздоровление творит чудеса!

Автор - **Мария Егорова**
Источник