

Профилактика и раннее выявление заболеваний молочных желез

РАННЯЯ ДИАГНОСТИКА СПАСАЕТ ЖИЗНЬ!

В Российской Федерации ежегодно 50 тысяч женщин заболевают раком молочной железы. Число умерших от этого заболевания составляет приблизительно половину от общего количества заболевших. За последние 5 лет повсеместно регистрируется рост заболеваемости раком молочной железы. В Тамбовской области, как и во всем мире, рак молочной железы занимает первое место в структуре онкологической заболеваемости женского населения.

Снижение смертности от рака молочной железы и успехи в лечении во многом определяются ранней диагностикой заболевания. При постановке диагноза на ранних стадиях в 94% случаев рак груди можно вылечить.

Во многих городских поликлиниках активно внедряется концепция массового обследования женщин (**маммографический скрининг**) с целью раннего выявления рака молочной железы.

МАММОГРАФИЯ - это специальное рентгенологическое обследование молочной железы.

Маммография помогает обнаружить в ткани молочной железы уплотнения, которые трудно определить ощупыванием, а также другие изменения, которые могут указывать на возможное развитие опухоли. Исследование безопасно, так как доза рентгеновского облучения чрезвычайно мала. Проведение маммографического исследования требуется всем женщинам старше 40 лет, с периодичностью не реже одного раза в два года независимо от наличия или отсутствия у них жалоб. Именно в этой возрастной группе отмечена наиболее высокая заболеваемость. Маммографические обследования позволяют диагностировать рак молочной железы на начальных стадиях, сберечь жизнь женщин.

Для оформления направления на маммографию необходимо обратиться в лечебное учреждение по месту жительства.

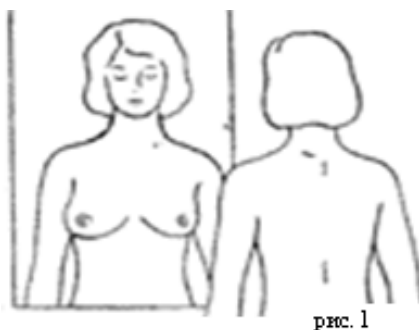
КАЖДАЯ ЖЕНЩИНА ЛЮБОГО ВОЗРАСТА ДОЛЖНА ЕЖЕМЕСЯЧНО ОСУЩЕСТВЛЯТЬ САМООБСЛЕДОВАНИЕ МОЛОЧНЫХ ЖЕЛЕЗ и при выявлении изменений обязательно обратиться к специалисту.

Лучшее время для самообследования - первая неделя после окончания менструаций.

Неменструирующие женщины должны обследовать молочную железу каждый месяц в один и тот же день.

ТЕХНИКА САМООБСЛЕДОВАНИЯ

ОСМОТР: становитесь перед зеркалом с опущенными руками (рисунок 1), затем с поднятыми вверх руками (рисунок 2).



При этом обращайте внимание на следующие признаки:

- имеется ли втяжение или взбухание участка кожи,
- имеется ли втяжение соска или укорочение радиуса ареолы,
- имеются ли изменения обычной формы и размера одной из молочных желез,
- имеются ли желтоватые или кровянистые выделения из соска или патологические изменения на соске (корочки, мокнутие).



рис. 4



рис. 5



рис. 6

ПАЛЬПАЦИЯ (ОЩУПЫВАНИЕ)

Осуществляется в положении лежа, на спине. Под лопатку обследуемой стороны подкладывается небольшой валик или подушечка, чтобы грудная клетка была слегка приподнята. Ощупайте каждую молочную железу противоположной рукой. Исследование должно проводиться нежно с использованием всей длины пальцев и ладони. Избегайте грубого ощупывания и захвата большого участка ткани молочной железы, так как это может создать впечатление уплотнений, которого на самом деле нет. Исследование проводится в трех положениях: рука "вверх за голову" (см. рисунок 3), рука в сторону (рисунок 4), «рука вдоль тела» (рисунок 5).

Пальцами противоположной руки ощупываете наружную половину молочной железы, начиная от ее соска и продвигаясь кнаружи и кверху к боковой части грудной стенки. Затем ощупывают все участки внутренней половины молочной железы, начиная от соска и продвигаясь к

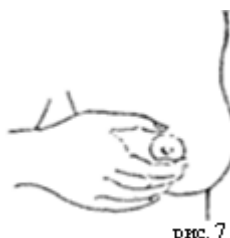


рис. 7

грудине.

Определите, нет ли узлов, уплотнений или изменений в структуре ткани молочной железы или в толще кожи.

Далее следует прощупать подмышечные и надключичные области (рисунок 6).

При умеренном сдавливании между пальцами ареолы и соска проверить нет ли выделений из соска (рисунок 7).

Признаками предопухолевых и опухолевых заболеваний молочной железы являются:

- болезненное нагрубание молочных желез за несколько дней до начала менструации,
- уплотненный узел в молочной железе, выделение из соска капелек желтоватого цвета или кровянистой жидкости,
- изменение формы молочной железы,
- втяжение или выступление кожных покровов,
- втяжение соска.

РЕГУЛЯРНОЕ (ЕЖЕМЕСЯЧНОЕ) САМООБСЛЕДОВАНИЕ И НЕМЕДЛЕННОЕ ОБРАЩЕНИЕ К ВРАЧУ В СЛУЧАЕ ОБНАРУЖЕНИЯ ОДНОГО ИЗ УКАЗАННЫХ ПРИЗНАКОВ ПОЗВОЛЯЕТ ПРЕДУПРЕДИТЬ РАЗВИТИЕ ЗЛОКАЧЕСТВЕННОЙ ОПУХОЛИ, А В СЛУЧАЕ ЕЕ СВОЕВРЕМЕННОГО ОБНАРУЖЕНИЯ ДОБИТЬСЯ ПОЛНОГО ИЗЛЕЧЕНИЯ.

Будьте здоровы! Врач смотрового кабинета Гриднева Л.А.

