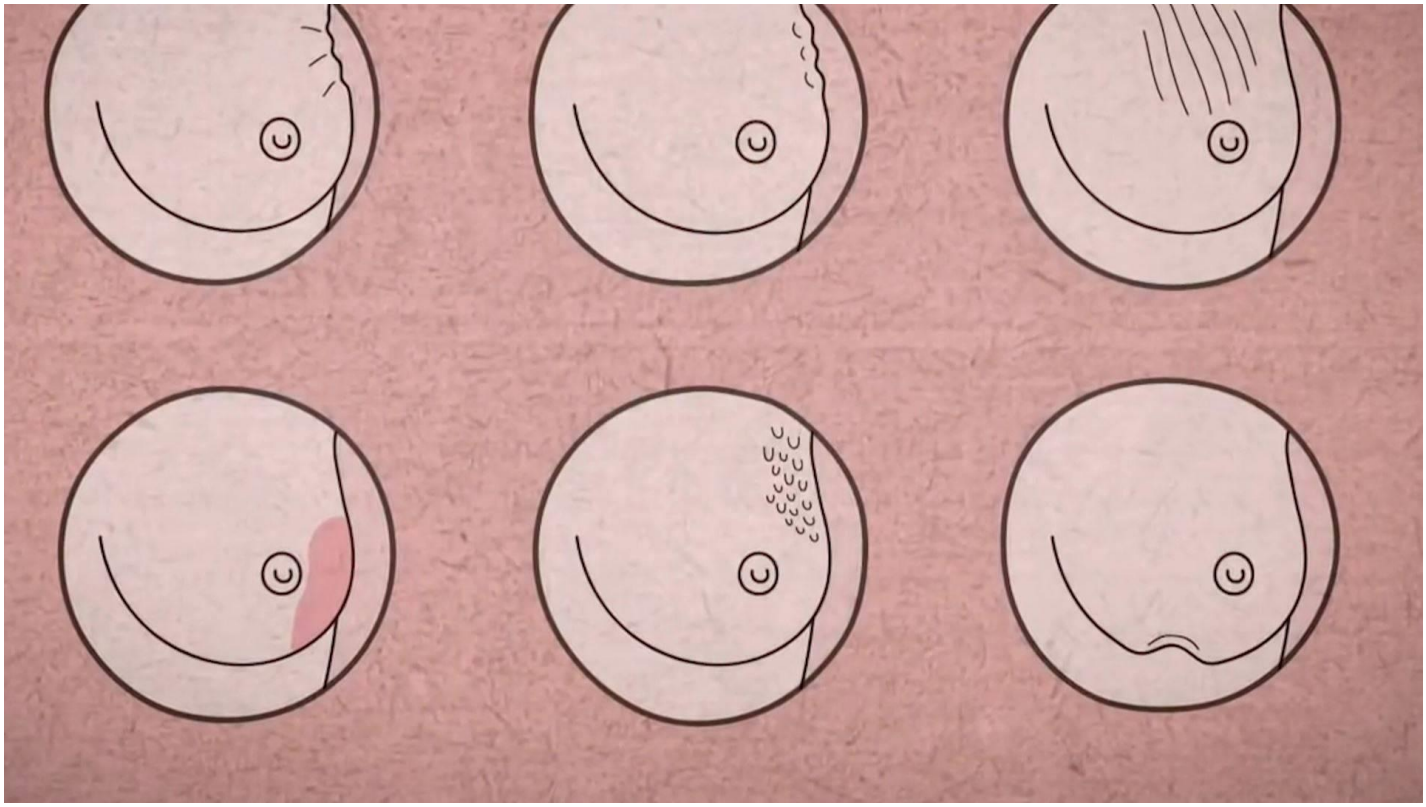
Рак молочных желез.

Современные исследователи отмечают, что рак груди — наиболее часто диагностируемый вид рака у женщин. Как и другие онкологические заболевания, рак груди развивается в результате бесконтрольного деления и роста злокачественных клеток.

По распространенности рак молочной железы (РМЖ) занимает первое место среди онкологических заболеваний. Он поражает ежегодно 1 млн. 600 тыс. женщин в мире и свыше 66 тыс. в Российской Федерации. За последние годы, благодаря более раннему выявлению опухолей, смертность от рака груди у женщин снижается. Стоит отметить, что мужчины тоже не застрахованы от РМЖ, но у них патология встречается в 100 раз реже.

Факторы риска рака груди. РМЖ – это сложное заболевание, обусловленное целым комплексом причин и факторов риска: наследственность, генетическая предрасположенность; неблагоприятная экологическая обстановка; нарушения выработки женских гормонов (прогестерона и эстрогена); начало менструации до 12 лет и прекращение после 55 лет, поздние роды и их отсутствие, отсутствие кормления грудью; возраст старше 45-50 лет; аборты; сильные стрессы, травмы молочных желез; недостаток физической активности, избыточный вес и др.

Симптомы рака молочной железы. К ранним признакам рака молочной железы относят изменения кожи груди (отек, покраснение или другие видимые различия одной или двух молочных желез); увеличение размера или изменение формы груди; изменения внешнего вида одного или обоих сосков; выделения из сосков; сморщивание или втяжение кожи молочной железы; на груди появился участок уплотнённой кожи с крупными порами в виде «лимонной корки»; болезненные ощущения в области груди, уплотнения, узелки в одной или обеих молочных железах. Форма груди может существенно искажаться. Признаки рака груди могут быть связаны не только с пораженным органом, но и с общими симптомами в виде похудения, общей слабости. Любой из перечисленных признаков РМЖ должен стать поводом для того, чтобы пройти обследование молочных желез.



Диагностика рака молочной железы. Посещение гинеколога 1-2 раза в год; УЗИ (у женщин до 35 лет) и маммография (у женщин после 35 лет). В сложных случаях диагностика дополняется МРТ молочных желез. Чтобы определить характер опухоли, назначается биопсия — анализ взятого из опухоли клеточного материала.

Самообследование для профилактики рака груди. Самообследование необходимо производить регулярно при мытье в душе. Для этого круговыми движениями нужно прощупать последовательно все отделы правой и левой груди по часовой стрелке. Также следует нащупать наличие каких-либо уплотнений в подмышечной впадине. Если во время этого вы обнаружили следующие признаки РМЖ: уплотнения в груди, изменения на коже груди или в области соска, выделения из соска темного или красного цвета — это повод обратиться к врачу-гинекологу.

Профилактика рака молочной железы — Избегайте регулярных стрессовых ситуаций. Ограничьте длительное пребывание на солнце летом. Берегите грудь от механического травмирования во время вождения автомобиля, занятий спортом и экстремальными видами отдыха. Не носите тугое белье, которое стягивает и нарушает кровообращение. Хотя бы 1 раз в месяц проводите самообследование груди. Питайтесь правильно и сбалансированно. Исключите из продукты с содержание опасных химических составляющих.

Помните, что рак, выявленный на ранних стадиях, излечим! Внимательно относитесь к своей груди. Будьте здоровы!