



Автор: Ольга Негру, врач-онколог поликлиники

По данным Всемирной организации здравоохранения на планете зарегистрировано свыше миллиона женщин с диагнозом «Рак молочной железы».

Каждый день в Беларуси у 10 женщин обнаруживают рак молочной железы. Болезнь поражает все чаще молодых, в трудоспособном возрасте 30-40 лет. Сегодня в Гомельской области живет 5500 женщин, которые одолели этот недуг и продолжают успешно трудиться и воспитывать детей. Главное – не упустить начало болезни. И тогда есть шанс на излечение у 90-95% больных в первой стадии и у 80-85% во второй.

Прежде всего нужно обязательно следить за состоянием своих молочных желез. Есть золотое правило: ежемесячно спустя неделю после окончания менструации делать самообследование – осматривать их в зеркало, прощупывать. Женщина, которая регулярно делает это, отлично знает свою грудь и может обнаружить опухоль размером 1 см и даже меньше.

На начальных стадиях рак вообще не беспокоит. Он начинает давать симптомы, когда прорастает в грудную клетку либо затрагивает крупные сосуды. Так что к врачу нужно идти при малейшем подозрении на уплотнение.

Самообследование груди

Встаньте перед зеркалом, нанесите на пальцы крем, чтобы они лучше скользили по поверхности кожи, поднимите одну руку, кончиками пальцев другой ощупайте грудь и прилегающие к ней области. Степень давления должна быть такой, чтобы можно было чувствовать ткань железы под кожей. Надавливание нужно делать по кругу, начиная с околососковой зоны и постепенно расширяя радиус пальпации.

Обратите внимание на:

форму – молочные железы должны быть симметричны. Симметрия должна сохраняться как при опущенных, так и при поднятых руках. Любые изменения должны насторожить;

кожные покровы – на них не должно быть отеков, выпуклостей, втяжений, местных уплотнений;

если соски втянутые, увеличенные, мокнущие, шероховатые, шелушащиеся, покрасневшие – обратитесь к врачу;

выделения – в норме, если и есть, должны быть молочно-белого цвета. Если они янтарные, бурые, коричневые или кровянистые – это тревожный симптом.

Для определения рака молочной железы используется маммография. Эта процедура показывает даже самые незначительные отложения кальция в груди (они считаются ранним признаком болезни). В молодом возрасте маммография назначается только по показаниям, после осмотра у врача, а вот после сорока лет ее желательно делать один раз в два года, перешагнувшим 50-летний рубеж – ежегодно.

Но надеяться только на маммографию нельзя, необходимо заниматься самодиагностикой, бывать периодически на осмотре у врача.