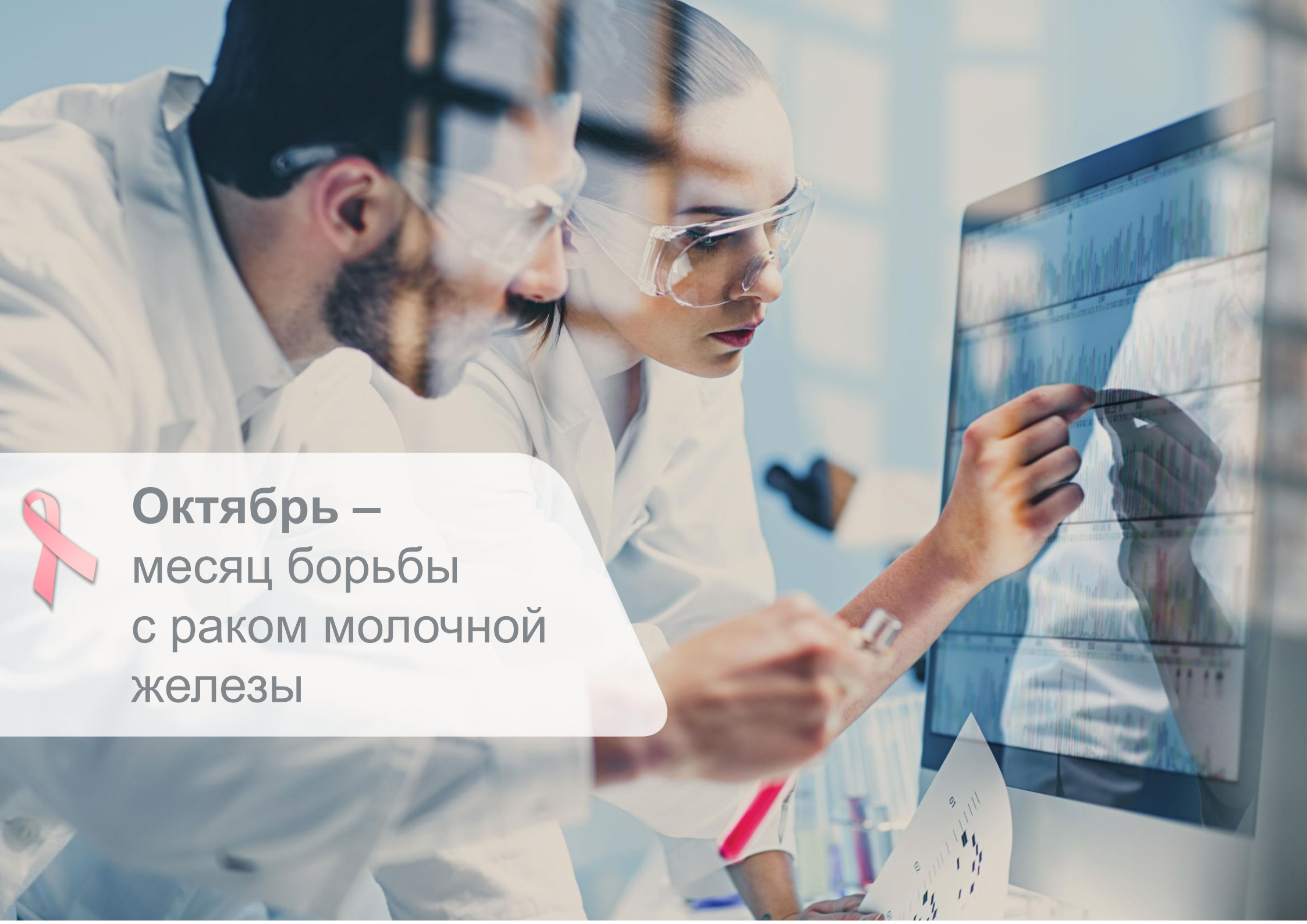
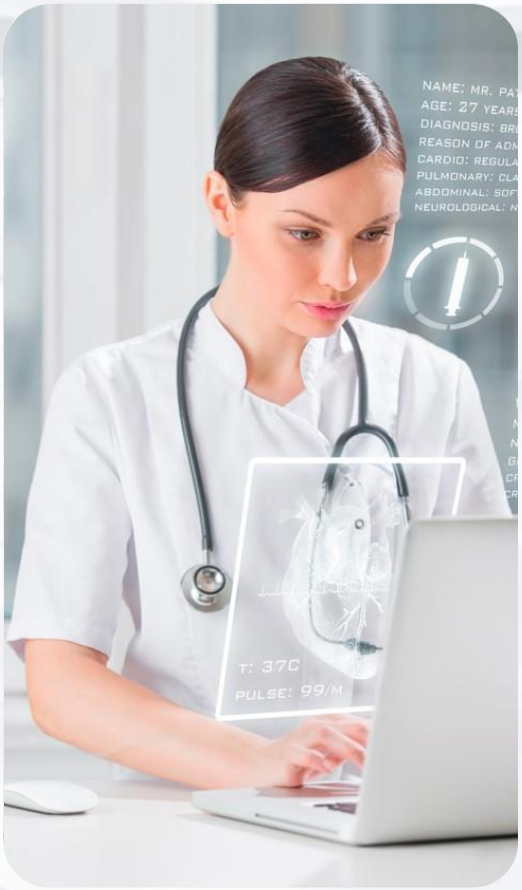


Октябрь –
месяц борьбы
с раком молочной
железы

АЛЬФА СТРАХОВАНИЕ МЕДИЦИНА

Рак – профилактика и борьба



Рак молочной железы является **самым распространенным раковым заболеванием среди женщин** как в развитых, так и в развивающихся странах.

Заболеваемость раком молочной железы в развивающихся странах возрастает в связи с ростом продолжительности жизни, дальнейшей урбанизацией и все более широким принятием западного образа жизни.

Несмотря на то, что с помощью профилактики можно достигнуть некоторого снижения риска заболеваемости, такие стратегии не могут предотвратить большинство случаев заболевания раком молочной железы в странах с низким и средним уровнем дохода, где он диагностируется на очень поздних стадиях.

Рекомендуемые стратегии раннего выявления заключаются в обеспечении **осведомленности в отношении ранних признаков и симптомов и скрининге** путем клинического обследования молочной железы в специальных демонстрационных пунктах.

Главное, что вы должны знать

Главным фактором в борьбе против рака молочной железы остается его раннее выявление в целях улучшения результатов лечения и выживаемости пациентов.

АЛЬФА СТРАХОВАНИЕ МЕДИЦИНА

Рак – профилактика и борьба

Рак молочной железы – это злокачественная опухоль, которая развивается в клетках груди. Она растет и развивается не только в самой молочной железе, но может распространяться и в другие органы.

Анатомия женской груди

Женская грудь – это молочная железа. Она представляет собой выпуклый диск, состоящий из 15–20 конусообразных долек — желез. Дольки, в свою очередь, соединяются с соском протоками. Вокруг них располагаются жировая и соединительная ткань, выполняющие защитную функцию, а также кровеносные и лимфатические сосуды, которые питают молочные железы. Чаще всего раковые клетки появляются вокруг протоков молочной железы. Процесс образования опухоли может начаться и в клетках, выстилающих дольки. Реже встречаются опухоли в других отделах груди.

Куда метастизируют опухоли груди?

Женская грудь пронизана лимфатическими сосудами. Клетки опухоли попадают в них и перемещаются в лимфатические узлы, к которым «подключена» грудь: подмышечным, в грудной клетке и в районе ключицы.

Чаще всего метастазы рака груди развиваются в подмышечных лимфатических узлах, приводя к их разрастанию. Если опухоли появились в подмышечных лимфоузлах, риск их метастазирования в другие органы и ткани тела существенно увеличивается.

Главное, что вы должны знать

Рак молочной железы является самым распространенным раковым заболеванием среди женщин во всем мире и все шире распространяется в развивающихся странах, где большинство случаев заболевания диагностируется на поздних стадиях.

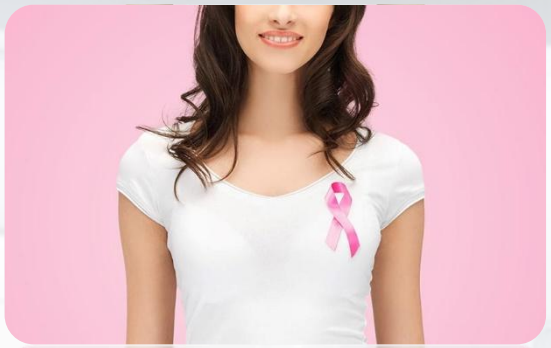
АЛЬФА СТРАХОВАНИЕ МЕДИЦИНА

Причина развития рака молочной железы

- **Пол.** У женщин значительно чаще, чем у мужчин, встречается рак молочной железы. Риск образования опухоли у женщин выше потому, что на клетки груди постоянно оказывают стимулирующее воздействие женские половые гормоны эстроген и прогестерон.
- **Возраст.** Риск рака молочной железы повышается с возрастом. Это заболевание встречается у каждой восьмой женщины старше 45 лет и у **двух из трех женщин от 55 лет** и старше.
- **Генетика.** От пяти до десяти процентов случаев рака молочной железы – прямое следствие генетических дефектов, унаследованных от родителей.
- **Личная история рака молочной железы**. Если опухоль была обнаружена в одной груди, риск ее образования во второй повышается в 3–4 раза.
- **Случаи рака груди в семье.** Наличие **одного ближайшего родственника с раком молочной железы удваивает риск** на развитие этого заболевания. Строгий контроль состояния молочных желез позволяет вовремя заметить начало образования опухоли и удалить ее.
- **Употребление алкоголя** серьезно увеличивает риск рака груди. Причем этот риск возрастает с количеством выпиваемого спиртного. У тех, кто выпивает от двух до пяти порций алкоголя в день, риск появления злокачественной опухоли молочной железы вырастает в полтора раза.
- **Избыточный вес.** Женский половой гормон эстроген вырабатывают не только яичники. Он производится и в жировой ткани. Поэтому большие дозы эстрогена и его более продолжительное воздействие на ткани желез у полных женщин повышает риск появления раковой опухоли.

АЛЬФА СТРАХОВАНИЕ МЕДИЦИНА

Причина развития рака молочной железы



- **Сидячий образ жизни**. Исследования показали, что всего 10 часов прогулок в неделю снижают риск рака груди почти на 20 процентов.
- **Курение**. Потребление табачных изделий и пассивное курение повышают риск развития рака груди.
- **Плотные ткани молочных желез**. Женщины, у которых большой объем ткани железы и мало жировой, имеют более высокий риск возникновения рака молочной железы.
- **Отдельные виды доброкачественных опухолей** груди повышают риск рака молочной железы. Женщинам, у которых обнаружены такие опухоли, надо тщательно контролировать состояние самих молочных желез и регулярно проходить осмотр.
- **Особенности менструального периода**. Если менструации у женщин начались очень рано (до 12 лет), а менопауза началась очень поздно (после 55 лет), риск развития рака груди повышен. Это связано с более продолжительным воздействием гормонов эстрогена и прогестерона на ткани молочной железы.
- **Бездетность или поздние роды**. У бездетных женщин и тех, кто родил детей после 30 лет, риск развития рака груди выше. Наличие многих беременностей и беременности до 30 лет снижают риск рака молочной железы.
- **Отказ от грудного вскармливания**. Кормление грудью снижает вероятность рака груди. По данным Йельского медицинского университета в США, у женщин, кормивших ребенка грудью более 13 месяцев или вскормивших грудью более трех детей, риск развития рака молочной железы **в два раза ниже**, чем у женщин, никогда не кормивших грудью.

АЛЬФА СТРАХОВАНИЕ МЕДИЦИНА

Диагностирование заболевания

Как обнаружить рак груди вовремя?

Поводом для обращения к врачу должно стать появление **уплотнения и любые другие изменения** в молочной железе, в районе соска или ареолы.

Каждой женщине необходимо проходить **ежегодное обследование у онколога**, включающее рентгеновскую маммографию и УЗИ молочных желез.

Это обследование безболезненно и не отнимет много времени. Вопрос о частоте обследования решается индивидуально в зависимости от жалоб пациентки, наличия доброкачественных опухолей и других факторов.

При выявлении рака молочной железы на ранних сроках возможно **полное излечение в более чем 80 процентах случаев**.

Рентгеновская маммография является золотым стандартом для выявления рака молочной железы. В развитых странах Европы все женщины **старше 45 лет** проходят обязательную процедуру рентгеновской маммографии, что позволило значительно снизить смертность от рака молочной железы. В России обязательным является регулярное обследование **женщин старше 40 лет.**

Регулярное обследование у врача позволит вовремя обнаружить опухоль и полностью ее вылечить.
Будьте здоровы с «АльфаСтрахование»!