Рак: що варто знати і як уберегтися

 Захворіти на рак молочної залози може будь-яка жінка, однак у одних ризик виникнення пухлини низький, у інших – високий. Не позбавлені цього ризику і чоловіки, однак більш ніж 99% всіх пацієнтів з раком молочної залози – жінки.

 Рак молочної залози займає перше місце в структурі онкологічної захворюваності та онкологічної смертності жінок. Щороку на рак груді занедужує 16 тисяч українок. Кожні 30 хвилин у країні виявляють новий випадок раку молочної залози, і кожну годину від нього помирає одна жінка. Щорічно це страшне захворювання забирає життя майже 7,5 тисяч українських жінок.

 Рак молочної залози – це рак, що виникає у тканині залози, яка складається із 15-20 роздільно розміщених доль, які оточені жировою тканиною. Кожна доля, в свою чергу, містить багато менших дольок, що містять десятки альвеол, які продукують молоко. Як і інші органи людини, тканини молочної залози сформовані багатьма видами клітин. Період життя цих клітин різний, але у здоровому організмі їх утворюється рівно стільки, скільки відмирає, і цей процес перебуває під жорстким контролем гормонів, факторів росту та інших регулюючих систем. Проте під впливом різних зовнішніх та внутрішніх чинників система регуляції може давати збої, і тоді утворюються доброякісні або злоякісні пухлини. Доброякісні пухлини молочної залози у більшості випадків можна видалити, і вони ніколи не виникають знову на тому ж місці, вони ніколи не поширюються у інші частини тіла, не несуть загрози життю.

 При злоякісній пухлині молочної залози ракові клітини можуть поширюватися на сусідні здорові клітини і руйнувати їх. Вони також можуть проникати у кровоносні та лімфатичні судини і током крові або лімфи розноситися у інші органи. Процес, коли рак молочної залози поширюється на інші органи і таким чином формуються вторинні пухлини, називається метастазуванням, а самі вторинні пухлини метастазами. Найбільш частою формою раку молочної залози є рак протоків цього органу, або так званий протоковий рак. Злоякісну пухлину, яка виникає у долях або дольках молочної залози, називають дольковим раком.

 Такі форми раку молочної залози на ранніх стадіях протікають без больових відчуттів. Треба зазначити, що ранній рак молочної залози практично ніяк не проявляється. Досить рідко зустрічаються форми раку молочної залози, які симулюють запалення – маститоподібний та бешихоподібний. При цьому розвиваються класичні симптоми запалення молочної залози – підвищення температури органу і тіла, почервоніння, набряк. Інколи зустрічається так званий рак Педжета – це злоякісна пухлина у ділянці ареоли соска з відповідними проявами, що нагадують екзему.

 Вірогідність захворіти на рак молочної залози протягом життя у будь-якої жінки складає приблизно 12%, тобто кожна восьма жінка протягом життя захворіє на рак молочної залози.

 До групи підвищеного ризику відносяться жінки зі спадкоємною і сімейною схильністю, у яких хворіли матері чи сестри.  Частіше занедужують жінки що неродили, що переривали вагітність чи мали першу вагітність після 35 років , у жінок, котрі мали понад 3 аборти, ризик захворіти зростає у 8—10 разів. У самотніх жінок захворюваність у два рази вище, ніж у заміжніх. Мастопатія, фіброаденома й інші захворювання молочних залоз з посиленим ростом кліток підвищують ризик у 1,5-3,5 рази. До факторів ризику відносяться також ранній початок місячних ( до 12 років ) і пізня менопауза ( після 55 років ), цукровий діабет, гіпертонічна хвороба й ожиріння. Також серед причин виникнення захворювання — характер годування дитини (погано, якщо жінка не годує грудьми), різноманітні захворювання генітальної сфери, які негативно відображаються на здоров’ї молочної залози. До захворювання можуть призвести порушення функцій яєчників, щитовидної залози, надниркових залоз тощо.  Додатковий фактор ризику — фізичні травми молочної залози. Особливо, коли внаслідок цього з’являються якісь затвердіння.  Даються взнаки також особливості харчування. Несприятливим є дефіцит вітамінів А, Е та Д, надлишок тваринних жирів, алкоголю. Приблизно 30% жінок-курців потрапляють до групи ризику захворювання молочної залози. Відіграють свою роль, зокрема, стреси, нездорова екологія.  Рак молочної залози може зустрічатися і у жінок, молодших від 30 років, хоча у віці до 25 років він практично не зустрічається.

 Від раку молочної залози не застрахований ніхто, тож кожна жінка повинна бути насторожі.Раннє виявлення – це найкращий захист від раку молочної залози. Чим раніше діагностують це захворювання, тим вищі шанси на повне одужання.

 Для того, щоб обстежити молочну залозу і виявити новоутворення навіть невеликих розмірів, не потрібно якоїсь надскладної апаратури або лабораторних тестів, які дорого коштують. Достатньо так званого пальпаторного дослідження             ( пальпація – метод діагностичного дослідження шляхом прощупування певної частини тіла).Пальпаторно можна виявити дуже невеликі ущільнення у молочній залозі.   Будь-яке дослідження молочних залоз з метою уточнення діагнозу повинен призначати тільки компетентний лікар. Лише він може правильно інтерпретувати отримані результати обстеження, рекомендувати за необхідності ті чи інші додаткові діагностичні тести. Наразі найбільш інформативним методом діагностики раку молочної залози вважається мамографія.  Мамографія – це рентгенографія молочної залози, проводиться на спеціальних апаратах, де доза рентгенівського опромінення надзвичайно мала. Мамографія може виявити пухлини молочної залози до того, як вони почнуть проявлятися клінічно, тобто з’являться перші їх симптоми. Першу мамографію слід зробити в 45 років, вона розцінюється як базисна і служить для порівняння з наступними. Після 45 років жінки повинні робити мамографію кожен другий рік, а після 60 років – щорічно. Жінкам, які не досягли 45 років, рекомендується робити ультразвукове дослідження ( УЗД ) молочних залоз, а не мамографія. Під час вагітності та в період годування груддю ультразвук також є ведучим методом обстеження молочних залоз. В ряді випадків ультразвук за результативністю перевищує мамографія: при дослідженні щільних молочних залоз у молодих жінок; у жінок які мають фіброзно – кістозну мастопатію; при виявленні кіст.  Рак молочної залози не можна вилікувати, застосовуючи методи нетрадиційної медицини. Як відомо з досвіду світової медицини, поки що в жодній країні світу документально не зафіксовано випадку вилікування злоякісного новоутворення із застосуванням методів нетрадиційної медицини. Застосування нетрадиційного лікування тільки відтягує час, не дає можливості застосувати “традиційну” ефективну медицину та переводить ранні стадії раку в пізні, невиліковні.

 Пам’ятайте: пухлини і навіть рак грудей цілком виліковуються, особливо, якщо Ви звернулися до фахівця на ранній стадії!

 Зав. сан.-гіг лабораторії Оксана Втерковська