

Профилактика рака молочной железы (РМЖ)



Первичная профилактика РМЖ — это предупреждение заболевания путем влияния на факторы риска, которые приводят к развитию данной патологии.

Вторичная профилактика должна быть направлена на раннее выявление и лечение фоновых и предраковых заболеваний молочной железы (различных форм мастопатии, фиброаденом и др.), а также нарушений эндокринной системы и заболеваний женских половых органов.

Самообследование — самый верный способ профилактики заболеваний молочной железы.

При самообследовании должны насторожить:

- изменение формы молочной железы;
- ощутимые уплотнения в молочной железе;
- плоская, а не округлая поверхность над уплотнением;
- отек, при котором кожа напоминает пористую лимонную корку;
- изменение формы соска (его втяжение);
- появление кровянистого отделяемого из соска;
- постоянные неприятные ощущения в одной из молочных желез;
- увеличение лимфатических узлов в подмышечной впадине с соответствующей стороны.

Группа риска по РМЖ

1. Возраст старше 40-45 лет.
2. Наследственность (рак молочной железы у кровных родственников).
3. Кистозно-фиброзная мастопатия.
4. Нерожавшие женщины.
5. Поздние роды / первые после 34 лет.
6. Аборты после 35 лет.
7. Начало менструации ранее 9 лет.
8. Ожирение, сахарный диабет, гипертоническая болезнь.
9. Хронические стрессы.
10. Больные, получавшие лечение по поводу рака яичника, эндометрия, толстой кишки.