

## Что должна предпринять женщина при подозрении на рак молочной железы

**Срочно** обратиться к врачу – гинекологу, врачу -маммологу или врачу - онкологу!



### Какие обследования нужно пройти

1. Маммографическое обследование ежегодно (!) для женщин после 39 летнего возраста.
2. Маммографическое обследование 1 раз в 2-3 года для женщин 50-70 летнего возраста.
3. Ежегодное обследование у маммолога.
4. Магнитно-резонансную томографию (МРТ).



## Предупреждение РМЖ



Рождение первого ребенка до 30 летнего возраста.



Грудное вскармливание детей, хотя бы до 6 месяцев.



Отказ от абортoв.



Отказ от вредных привычек.



Борьба со стрессом.



Ежемесячное самообследование молочных желез.



## Ранняя диагностика рака молочной железы (РМЖ)



## Что такое рак молочной железы (РМЖ)

это злокачественная опухоль железистой ткани молочной железы

### Факторы, способствующие возникновению РМЖ:

- Возраст старше 40 лет.
- Ранние менструации.
- Нарушение менструального цикла.
- Поздняя менопауза (риск в 2 раза выше у женщин с менопаузой в 55 лет).
- Нарушения деятельности эндокринных желез (щитовидной, надпочечников).
- Отсутствие родов увеличивает шанс злокачественной опухоли на 30%.
- Поздняя первая беременность (риск выше на 40% с первой беременностью после 30 лет).
- Приём эстрогенных контрацептивов более 4 лет.
- Ожирение.
- Злоупотребление алкогольными напитками.

## На что должна обратить внимание женщина

**На начальных стадиях** рака груди при пальпации (ощупывании) отмечается небольшая безболезненная опухоль в виде плотного узла.

Возможно увеличение подмышечных лимфатических узлов.

### **Симптомы рака молочной железы** на более поздних стадиях:

- Изменение размеров молочной железы.
- Подтянутость молочной железы вверх или в сторону.
- Изменения (втяжение, выбухание, западение) соска.
- Выделения из соска (желтоватые, зеленоватые или кровянистые).
- Покраснение кожи на ограниченном участке или на всей молочной железе.
- Ограниченный отек кожи или изменения кожи на всей молочной железе в виде "лимонной корки".
- Узлы и уплотнение в толще кожи, изъязвление кожи и соска, корочки, свищи.

## Что такое скрининг

Это использование простых тестов для выявления людей, у которых болезнь уже развилась, но симптомы не проявляются.

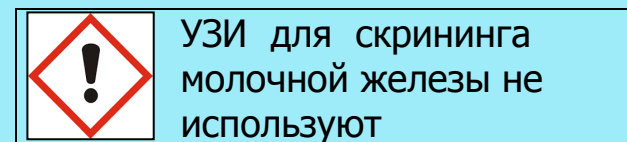
#

В нашей стране скрининг проводят во время диспансеризации населения.

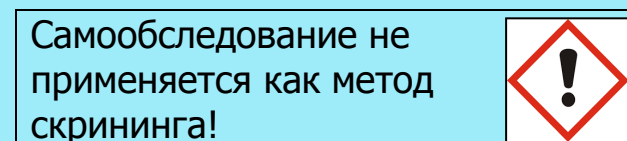
#

Периодичность осмотров зависит от возраста, онкологической предрасположенности.

#



#



**Берегите себя!**