

15 października Europejski Dzień Walki z Rakiem Piersi



Rak piersi jest najczęściej występującym nowotworem złośliwym u kobiet. Głównym powodem, dla którego tak wiele kobiet nadal umiera na raka, jest zbyt późne wykrycie choroby.

Ryzyko rozwoju raka piersi u kobiet w ciągu całego życia szacowane jest na około 9-12%. Oznacza to, że szacunkowo co 10 kobieta będzie zmagać się z tą chorobą. W Polsce rocznie wykrywa się ponad 16 500 raków piersi i jest to najczęściej występujący nowotwór złośliwy wśród kobiet. Ryzyko zgonu z powodu tej choroby szacowane jest na około 4% – w Polsce umiera z jego powodu około 5 500 kobiet. Liczby te pokazują, że zdecydowaną większość pacjentek można skutecznie wyleczyć z tej choroby.

Rak piersi u mężczyzn występuje bardzo rzadko — w Polsce rejestruje się około 120 przypadków nowych zachorowań rocznie.

Rak piersi we wczesnym stopniu zaawansowania może nie dawać żadnych objawów. Jedynym badaniem o udowodnionej skuteczności w wykrywaniu wczesnych, uleczalnych form raka piersi jest badanie mammograficzne, któremu powinny poddawać się co dwa lata wszystkie kobiety między 45 a 74 rokiem życia [badanie jest bezpłatne refundowane przez NFZ].

Bardziej zaawansowane postacie raka piersi mogą dawać następujące objawy:

- guz piersi wyczuwalny palpacyjnie (dotykem)
- zmiana wielkości, kształtu lub sprężystości piersi
- wciągnięcie skóry lub brodawki
- zmiany skórne na brodawce lub wokół niej
- wyciek z brodawki zwłaszcza krwisty
- zaczerwienienie i zgrubienie skóry (objaw skórki pomarańczy)
- poszerzenie żył skóry piersi
- owrzodzenie skóry piersi
- powiększenie węzłów w dole pachowym

Głównym czynnikiem zachorowania na raka piersi jest płeć żeńska oraz wiek. Ryzyko zachorowania na raka piersi wzrasta od około 35 roku życia, a szczyt zachorowań obserwuje się w grupie wiekowej 50-70 lat. W większości przypadków (ok. 75%) rak piersi występuje bez żadnych innych znanych czynników ryzyka. Inne czynniki: u ok. 10-20% pacjentek rak rozwija się na podłożu wrodzonych mutacji, czynniki hormonalne, hormonalne środki antykoncepcyjne. HTZ – hormonalne środki zastępcze. Ryzyko rozwoju raka piersi wzrasta gdy choroba wystąpiła w rodzinie, szczególnie wśród krewnych I stopnia (rodzice, rodzeństwo, dzieci).

Pamiętaj o SAMOBADANIU i profilaktyce raka piersi! Zapobiegaj chorobie.

1. Samobadanie piersi jest podstawowym, bardzo ważnym elementem w procesie wczesnego wykrywania raka piersi. Składa się z dwóch etapów: oglądania stanu piersi oraz badania dotykowego, tak zwanej palpacji. Każda kobieta powinna wykonywać je regularnie, co miesiąc.

2. Mammografia jest badaniem bezpiecznym, które za pomocą promieni rentgenowskich pozwala wykryć raka piersi w jego wczesnym stadium rozwoju. W czasie badania wykonuje się dwa zdjęcia każdej piersi. Wykonanie mammografii trwa kilka minut. Mammografia jest badaniem wykonywanym co 2 lata u kobiet w wieku 45-74 lat.

3. USG piersi może być wykonane prywatnie, jak i na NFZ. W pierwszym przypadku niewymagane jest posiadanie skierowania od lekarza. Badaniu piersi może poddać się każda kobieta — wskazane jest robienie tego profilaktycznie **raz na 2 lata, a po ukończeniu 30. roku życia raz do roku.**

Źródło: <https://wco.pl/dla-pacjenta/nowotwory/rak-piersi/>

<https://planujedlugiezycie.pl/profilaktyka-raka-piersi/>