

Mammografia

Mammografia jest radiologicznym badaniem sutka (gruczołu piersiowego) przy użyciu miękkiego promieniowania rentgenowskiego tzn., przy napięciu w lampie rentgenowskiej poniżej 30 kV. Badanie związane jest z wykonaniem zdjęć rentgenowskich w dwóch projekcjach dla każdego sutka, skośnej i osiowej (głowowo-ogonowej). W razie wskazań klinicznych mogą być wykonywane zdjęcia celowane. Zadaniem mammografii jest uzyskanie na zdjęciach obrazu tkanek miękkich sutka, a co zatem idzie, rozpoznawanie nieprawidłowości, związanych z budową sutków, obecnością guzów, w tym przede wszystkim raka. Badanie pozwala wykryć ognisko pierwotne mniejsze niż 1 cm, co po zastosowaniu leczenia chirurgicznego daje całkowite wyleczenie lub 5-letnie bezobjawowe przeżycie u 90% chorych. Dzięki mammografii możliwe jest także uwidocznienie mikrozwapnień, których rozpoznanie ma bardzo duże znaczenie w diagnostyce raka sutka.

Rutynowo badane powinno być wykonywane począwszy od 35 roku życia co 2 lata, a powyżej 50 roku życia - raz w roku. Promienie rentgenowskie nie są obojętne dla organizmu człowieka, dlatego badanie mammograficzne wykonuje się wówczas, gdy istnieją racjonalne wskazania medyczne.

Rak piersi

Jeszcze raz trzeba podkreślić, że im wcześniej nowotwór ten jest wykryty, tym większe są szanse na skuteczne wyleczenie. Najłatwiejszą metodą wcześniejszego wykrywania raka piersi, jest systematyczne comiesięczne samobadanie piersi przez kobiety. Około 80 procent guzków kobiety wykrywają same.

Samobadanie piersi jest proste do przeprowadzenia i nie zajmuje więcej niż 10-15 minut. Piersi badamy raz w miesiącu, najlepiej tydzień po miesiączce, wtedy nie są już obrzmiałe i bolesne. Będąc już po menopauzie również badamy piersi raz w miesiącu - zawsze tego samego dnia.

Samobadanie przeprowadza się najpierw w pozycji stojącej, a potem w leżącej. Na stojąco:

1. Stań przed lustrem i dokładnie obejrzyj piersi trzymając ręce wzdłuż ciała. Sprawdź czy skóra nie jest zaczerwioną lub pomarszczoną.
2. Powtórz oglądanie piersi z rękoma uniesionymi do góry. Zaobserwuj czy kształt piersi się nie zmienił i czy obie zostały symetrycznie uniesione do góry.
3. Obejrzyj piersi z rękoma mocno opartymi na biodrach.
4. Unieś zgiętą w łokciu prawą rękę i załóż dłoń z tyłu głowy. Lewą ręką dokładnie zbadaj prawą pierś. W celu zbadania lewej piersi ręce ułóż odwrotnie.
5. Badając pierś trzymaj palce płasko i całą powierzchnię piersi delikatnie uciskaj okrężnymi ruchami zgodnie z kierunkiem wskazówek zegara i odwrotnie. Sprawdź czy nie czujesz stwardnienia lub zgrubienia, które różni się konsystencją od otaczających tkanek.
6. Uciśnij lekko kciukiem i palcem wskazującym po kolei obie brodawki sutkowe. Sprawdź czy nie pojawiła się krew lub inna wydzielina.

Na leżąco:

1. Poduszkę lub zwinięty ręcznik wsuń pod lewe ramię. Lewą rękę włóż pod głowę. Prawą ręką badaj lewą pierś w sposób opisany wcześniej, okrężnymi ruchami. Zamień ręce pod głowę, poduszkę wsuń pod prawe ramię. Lewą ręką zbadaj prawą pierś.
2. Zbadaj teraz węzły chłonne w dołach pachowych. Połóż ręce luźno wzdłuż tułowia. Sprawdź lewą ręką czy węzły chłonne pod prawa pachą nie są powiększone. Następnie

wykonaj to samo w odwrotnym ułożeniu.

Alarmujące objawy raka piersi zauważone podczas samobadania, które wymagają natychmiastowego zgłoszenia się do lekarza to:

1. Zmiany w kształcie, wielkości piersi lub ich położeniu.
2. Różne zachowanie się piersi podczas unoszenia ramion
3. Zmarszczenie, wciągnięcie skóry lub zmiana jej koloru na piersi np. wystąpienie charakterystycznego objawu tzw. "skórki pomarańczowej" na powierzchni gruczołu piersiowego, na ograniczonej powierzchni
4. Wciągnięcie lub sterczenie brodawki sutkowej, jej zaczerwienie lub owrzodzenie.
5. Wydzielina z brodawki sutkowej (surowicza lub zabarwiona krwią).
6. Guzek lub ograniczone stwardnienie w piersi wyraźne różniące się konsystencją od reszty piersi.
7. Powiększenie węzłów chłonnych pod pachą.

W przypadku samodzielnego wykrycia guzka lub zauważenia innych wymienionych zmian musisz bezzwłocznie udać się na konsultację lekarską. W żadnym wypadku nie zwlekaj i nie stosuj żadnych własnych metod leczenia, gdyż upływający czas oczekiwania na ich rezultat powoduje rozprzestrzenianie się choroby. Natychmiastowe zgłoszenie się do lekarza stwarza znacznie większą szansę wyleczenia raka piersi. Polski Komitet Zwalczenia Raka opracował zalecenia profilaktyczne dotyczące wczesnego wykrywania raka gruczołu piersiowego dla kobiet zdrowych, które prezentowane są poniżej:

WIEK (w latach) ZALECENIE

20 - 25 Samokontrola piersi 1 raz w miesiącu
35 - 39 Samokontrola piersi 1 raz w miesiącu
Badanie piersi przez lekarza 1 raz w roku,
Przynajmniej 1 mammografia w ciągu 5 lat

40 - 49 Samokontrola piersi 1 raz w miesiącu
Badanie piersi przez lekarza 1-2 razy w roku
Mammografia co 2 lata

od 50 Samokontrola piersi 1 raz w miesiącu
Badanie piersi przez lekarza 1-2 razy w roku,
Mammografia 1 raz w roku

Jeśli wymienione wcześniej badania wykryją podejrzaną zmianę w piersi, to należy wykonać nakłucie czyli biopsję piersi. Pobrane w ten sposób komórki gruczołu piersiowego oceniane są pod mikroskopem pod kątem obecności komórek nowotworowych. W pierwszym etapie leczenia, rak piersi usuwany jest chirurgicznie. Najczęściej, z uwagi na zaawansowanie choroby, jest to amputacja całej piersi wraz z węzłami chłonnymi dołu pachowego. Ale jeśli nowotwór jest wykryty wcześnie, to możliwa jest operacja oszczędzająca pierś, kiedy chirurg usuwa część gruczołu razem z guzkiem, i węzłami chłonnymi. Badanie mikroskopowe usuniętych węzłów chłonnych pozwala stwierdzić czy nie ma w nich przerzutów nowotworu. Dalsze leczenie po operacji obejmuje radioterapię, chemioterapię lub leczenie hormonalne. O wyborze metody decyduje lekarz oceniając stopień zaawansowania nowotworu i stan ogólny pacjentki. Pamiętajmy jednak, że wczesne wykrycie raka piersi w dużej mierze zależy od samych kobiet.