

# Рак молочной железы

- Ежегодно в мире регистрируется около 1 млн. случаев;
- **Самая частая злокачественная опухоль у женщин**;
- В РФ ежегодно выявляется ≈ 47 тыс. заболевших;
- По смертности в РФ находится на 4-м месте, уступая раку легких, желудка и раку толстого кишечника;

## **Группы риска развития рака молочной железы:**

- Возраст 55-65 лет
- **Репродуктивный фактор:**
  - раннее начало менструаций (до 12 лет) и позднее их прекращение (после 50 лет), поздняя менопауза;
  - 1-я беременность после 28 лет;
  - нерожавшие женщины;
  - отсутствие лактации или непродолжительное кормление;
  - большое число аборт (более 3-х);
  - нарушения менструального цикла;
  - хронические воспалительные процессы в матке и яичниках;
  - лица с дисфункцией яичников (фолликулярные кисты);
  - наличие фиброзно-кистозной болезни (мастопатии);
  - физические травмы молочной железы;
- **Наследственный фактор:**
  - рак молочной железы у родственниц по женской линии (наследственность);
- Наличие ранее рака другой молочной железы, рака эндометрия, яичников;
- Избыток в диете жира, животных белков, сахара. Недостаток витаминов (А, Е, С, Д). Регулярное потребление алкоголя.
- Избыточная масса тела, раннее ожирение 2-3-й степени
- Гормональные заболевания (патология щитовидной железы, печени, яичников и др.)
- Психические травмы (стрессы и переживания)
- Повышенная ионизирующая радиация



### **«Сигналами опасности» являются:**

- - изменение цвета кожных покровов молочных желез
- - увеличение подмышечных лимфатических узлов
- - пальпируемое образование, уплотнение в молочных железах
- - изменение очертаний молочной железы, её приподнятость
- - складки или углубления на коже
- - втяжение соска
- - кожа, напоминающая корочку лимона
- - кровянистые или другие выделения из соска

**На ранних стадиях заболевания симптомов может не быть!!!**

### **Профилактические мероприятия:**

- 1)- Самообследование молочных желез
- 2)- Маммография ежегодно с 39 лет
- 3)- Рациональное питание - достаточное потребление овощей, фруктов и продуктов, богатых витамином А и каротиноидами; ограничение потребления животных жиров, предпочтение в рационе отдавать растительным жирам
- 4)- Регулярный осмотр у гинеколога
- 5)- Излечение дисгормональных заболеваний молочных желез и хронических заболеваний придатков матки
- 6)- Избегайте чрезмерного пребывания на солнце.

**Пожалуйста, обратите внимание на данную анкету и оцените уровень  
Вашего риска развития рака молочной железы**

| №  | Показатель   | баллы        |
|----|--|--------------|
| 1. | Возраст старше 50 лет  | 3            |
| 2. | Наличие у кровных родственников злокачественных новообразований кишечника, молочной железы, тела матки | 3            |
| 3. | Мастопатия   | 3            |
| 4. | Операция на молочной железе, травмы молочной железы в анамнезе   | 6            |
| 5. | Бесплодие, отсутствие родов, длительная лактация (более 2-х лет)                                       | 3            |
| 6. | Изменение формы молочной железы, выделения из соска  | 6            |
|    | <b>Итог:</b>   | <b>Сумма</b> |

- От 0 до 5 баллов — Низкий риск

- От 6 до 9 баллов — Умеренный риск - Вам необходимо обратиться к участковому терапевту по месту медицинского обслуживания.
- Более 9 баллов — Высокий риск - Срочно обратитесь к участковому терапевту по месту медицинского обслуживания с целью дальнейшего обследования в онкологическом диспансере!

