

Profilaktyka raka piersi

Rak piersi jest jednym z najczęstszych i najgroźniejszych nowotworów złośliwych u kobiet. W Polsce rak piersi stanowiąc około 12% wszystkich zachorowań na nowotwory ciągle lokuje się na pierwszym miejscu wśród zachorowań na nowotwory w populacji żeńskiej i utrzymuje się również na pierwszym miejscu jako przyczyna zgonów.

Częstość zachorowań na nowotwory złośliwe piersi gwałtownie wzrasta po 35. roku życia, a w ogólnej liczbie zachorowań na raka piersi prawie 30% dotyczyło kobiet w wieku przed - menopauzalnym, natomiast pozostałe 70% kobiet w wieku po - menopauzalnym. Rak sutka u kobiet przed 30r.ż. występuje rzadko.



Wiek

Ryzyko zachorowania na raka piersi wzrasta wraz z wiekiem po 35r.ż. a najwięcej zachorowań występuje pomiędzy 50 - 70 r.ż.. Wraz z długością życia kobieta bardziej jest narażona na wpływ różnych czynników ryzyka lub na jednoczesne "wyzwolenie" się kilku czynników ryzyka choroby (rasa, klimat, dieta, styl życia, metody planowania rodziny, elementy kulturowe, itp.), które mogą wzmacniać istniejące predyspozycje genetyczne

Podejrzane o charakter nowotworowy są pojedyncze guzki, podczas gdy guzki mnogie są częściej przejawem zwyrodnienia torbielowatego lub innego procesu degeneracyjnego. Bardziej podejrzane są guzki twarde o nieregularnym kształcie, ściśle wtopione w gruczoł sutkowy, nieruchome wobec skóry i (lub) podłoża, niebolesne, leżące w boczno-górnym kwadrancie lub centralnie. Bardzo często zanim wyczuwa się guzek może pojawić się wyciek z brodawki.

Do innym objawów nowotworu gruczołu sutkowego występujących w późniejszym okresie trwania choroby należy:

- wciąganie lub sterczenie brodawki,
- wciągnięcie trudno przesuwalnego fragmentu skóry - tzw. "pępek rakowy",

- zmiana wielkości lub kształtu piersi,
- różne zachowanie się piersi podczas unoszenia ramion,
- obrzęk piersi,
- zmiany skórne wokół brodawki,
- wyciek z brodawki (zwłaszcza krwisty),
- zaczerwienienie, stwardnienie i zgrubienie skóry,
- "skórka pomarańczowa",
- powiększenie węzłów chłonnych w dole pachowym,
- poszerzenie żył skóry piersi
- owrzodzenie skóry piersi,
- obrzęk ramienia,
- bóle spowodowane przerzutami odległymi,
- płaskie zaczerwienienie skóry w przypadku zaawansowanego tzw. zapalnego raka sutka

U około 15% - 25% guz może nie być wyczuwalny

Samodzielne badanie piersi jest tanią i prostą metodą wczesnego wykrywania guzków i innych nieprawidłowości w piersiach. Większość (prawie 80%) guzków wykrywanych palcami podczas samobadania nie ma złośliwego charakteru.

Samobadanie piersi składa się z dwóch etapów:

1. oglądania stanu piersi
2. badania dotykowego - palpacji.

