

Krūts veselība

Meklējot pārmaiņas



Breast  Screening

Krūts veselība: meklējot pārmaiņas

Ziemeļīrijā krūts vēzis ir visizplatītākais vēža veids sievietēm - vienai no divpadsmit sievietēm attīstīsies krūts vēzis līdz 75 gadu vecumam.

Krūts vēzis var rasties jebkurā vecumā. Tomēr ar vecumu krūts vēža attīstības risks pieaug. Vairumā gadījumu krūts vēzis tiek atklāts sievietēm pēc piecdesmit gadu vecuma. Ja krūts vēzis tiek atklāts laicīgi, pastāv lielāka iespēja veiksmīgai ārstēšanai.

Ko nozīmē krūts veselība?

Krūts veselība nozīmē to, ka Jūs pārzināt savas krūtis un zināt, kāda veida pārmaiņas ir raksturīgas Jums.

Kā es varu pārbaudīt savas krūtis?

Jūs varat pārbaudīt savas krūtis, apskatot un aptaustot tās Jums ērtā veidā, piemēram, vannā, dušā vai ģērbjoties. Dariet to regulāri, piemēram, katru mēnesi. Ārsti vairs nerekomendē vienu konkrētu krūšu pārbaudes veidu. Ir svarīgi, lai Jūs iztaustītu visas krūšu daļas, tai skaitā krūšu galus un zonas ap padusēm.

Normāla krūts

Līdz menopauzes vecuma sasniegšanai Jūs varat sajust pārmaiņas krūtīs pirms mēnešreizēm, kad pienu veidojošie audi kļūst aktīvi. Šajā laikā dažām sievietēm krūtis kļūst lielākas vai liekas kunkuļainas un īpaši jutīgas, it īpaši zonā pie padusēm.

Pēc histerektomijas parasti krūtīs ik mēnesi turpinās notikt ierastie procesi līdz brīdim, kad mēnešreizes beigsies.

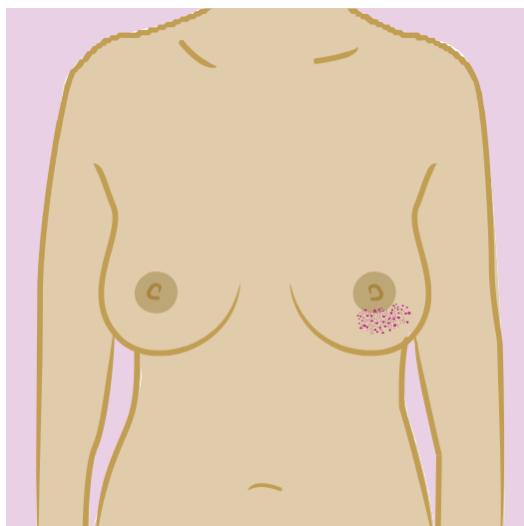
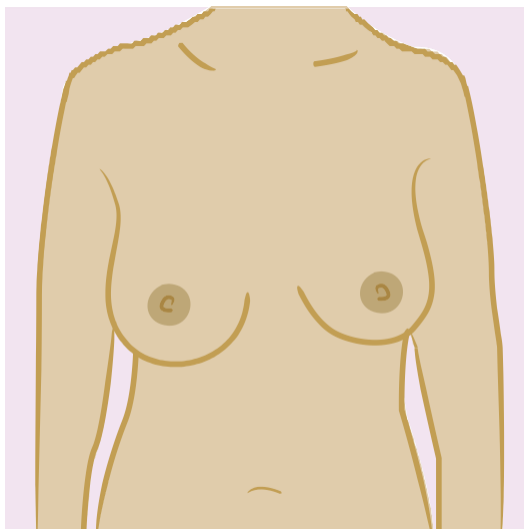
Hormonu aizstāšanas terapijas (HAT) rezultātā krūtīs var kļūt stingrākas un manāmi jutīgākas.

Pēc menopauzes iestāšanās pienu veidojošo audu darbība beidzas. Tā rezultātā var mainīties krūšu izmērs, tās var likties mīkstākas, mazāk stingras un ne tik tvirtas.

Kāda veida pārmaiņām jāpievērš uzmanība?

Izskats

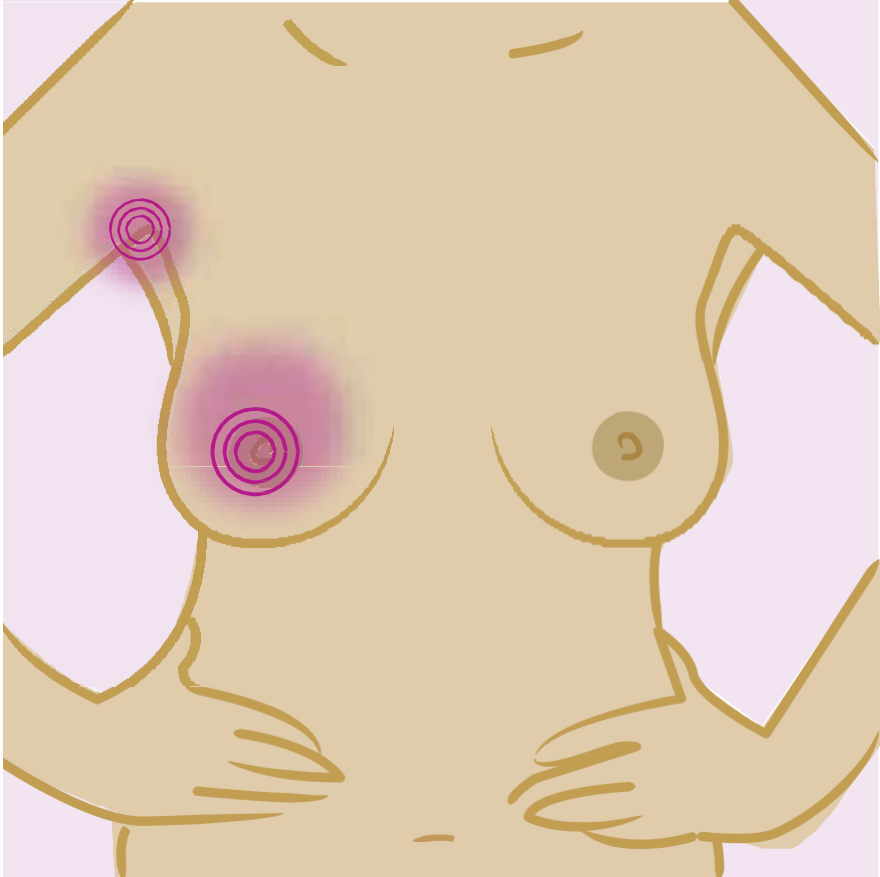
Krūšu izmēra vai kontūras pārmaiņas, it īpaši tādas, ko izraisa roku kustības, jebkāda veida ādas krokas, pumpas vai apsārtumi, vai asinsvadi, kas izspiežas vairāk nekā parasti.



Ilustrācijas nodrošina Breast Cancer Care

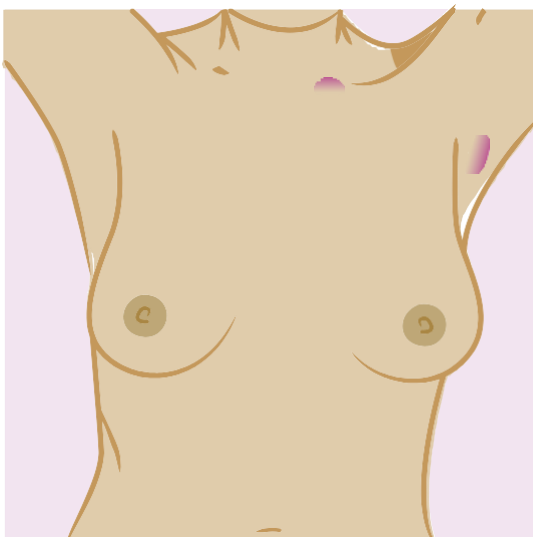
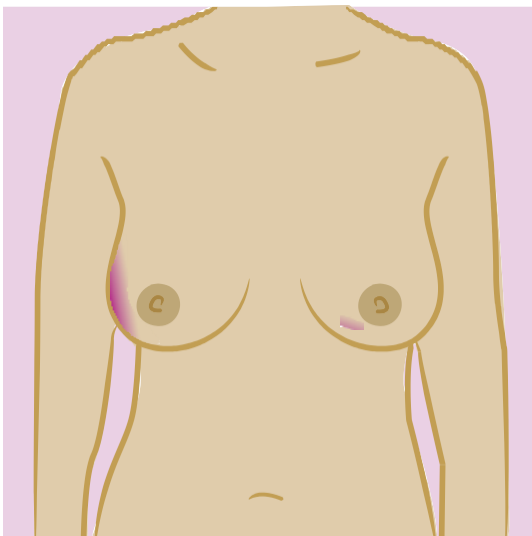
Sajūtas

Sāpes vai diskomforta sajūta kādas krūts daļā vai padusē, it īpaši, ja šīs sajūtas ir jaunas un nepārejošas.



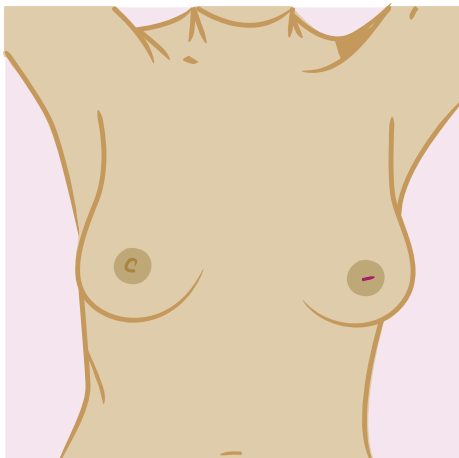
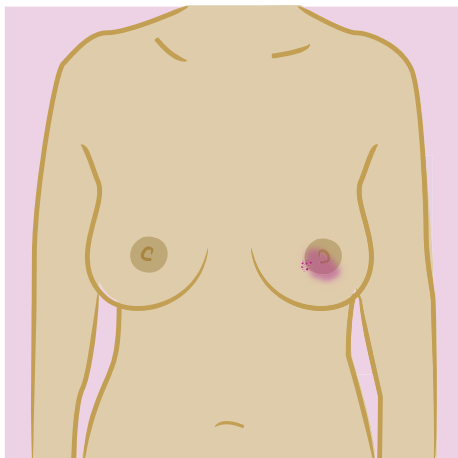
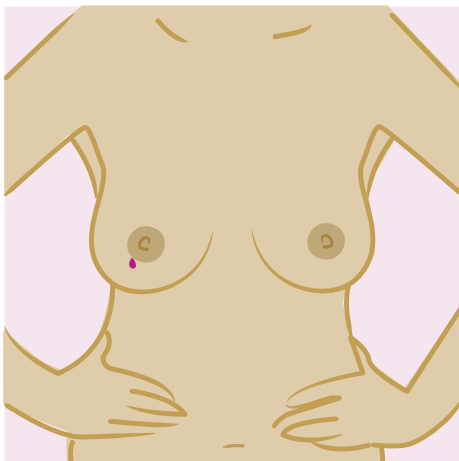
Bumbuļi

Jebkāda veida bumbuļi vai sacietējumi, kas atšķiras no otras krūts, jebkāda veida pietūkums vai bumbuļi padusē vai pie atslēgas kaula.



Pārmaiņas krūšu galos

Ja krūšu gals ir ievilcies uz iekšu, tā forma ir mainījies vai ir redzamas jebkāda veida izdalījumu pazīmes, asiņošana, iekaisums vai sausa āda.



5 Krūts pārbaudes punkti

1. Ziniet, kas ir Jums raksturīgs
2. Ziniet, kādas pārmaiņas meklēt
3. Apskatiet un aptaustiet
4. Nekavējoties ziņojiet savam ģimenes ārstam par jebkāda veida pārmaiņām
5. Apmeklējiet krūšu skrīningu pēc piecdesmit gadu vecuma sasniegšanas

Krūšu skrīnings

Ja Jūs esat vecumā no 50 līdz 70 gadiem, ik pēc trīs gadiem Ziemeļīrijas krūšu skrīninga programmas ietvaros Jūs saņemsiet uzaicinājumu uz krūšu pārbaudi. Jūsu vārdu mēs saņemsim no Jūsu ģimenes ārsta un nosūtīsim uzaicinājumu ierasties uz mamogrāfijas izmeklējumu (krūšu rentgens).

Ja Jūs esat vecāka par septiņdesmit gadiem, Jūs nesaņemsiet automātisko uzaicinājumu uz krūšu skrīningu. Tomēr krūts vēzis var attīstīties arī pēc septiņdesmit gadu vecuma, jo risks pieaug līdz ar vecumu - aptuveni viena trešdaļa no visiem krūts vēža gadījumiem tiek atklāti sievietēm vecumā pēc septiņdesmit gadiem. Mēs iesakām Jums patstāvīgi pieteikties un apmeklēt pārbaudes tuvākajā medicīnas centrā, kurā tiek veikts krūšu skrīnings (sk. 10 lpp.), ik pēc trīs gadiem.

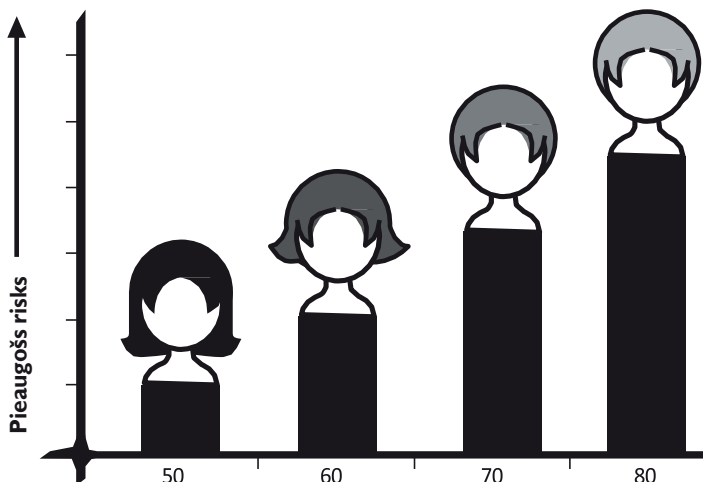
Šobrīd sievietes vecumā līdz piecdesmit gadiem, netiek aicinātas uz krūts vēža skrīningu, jo:

- krūts vēža risks ir zemāks;
- sievietēm pārsvarā ir biezāki krūšu audi, kas ļoti apgrūtina mamogrammu analīzi; un
- šī brīža dati neliecina par krūts vēža skrīninga programmas īstenošanas lietderību jaunākām sievietēm

Krūts vēzis var attīstīties jebkurā laikā, arī periodā starp krūts vēža pārbaudēm. Ja Jums ir radušās aizdomas par krūšu veselību vai Jūsu ģimenē ir bijuši krūts vēža gadījumi, sazinieties ar savu ģimenes ārstu.

Lai iegūtu papildu informāciju, apmeklējiet vietni www.cancerscreening.hscni.net

Ar vecumu krūts vēža risks pieaug.



Skrīninga centri

Belfast Health and Social Care Trust

(apkalpo arī South Eastern HSC Trust)

Skrīninga Centrs

12-22 Linenhall Street, Belfast BT2 8BS

Tālrs.: 028 9033 3700

Northern Health and Social Care Trust

Northern Area Breast Screening and
Assessment Unit

Level A, Antrim Area Hospital

45 Bush Road, Antrim BT41 2RL

Tālrs.: 028 9442 4425

Southern Health and Social Care Trust

The Breast Screening Unit

Lurgan Hospital

Sloan Street, Lurgan BT66 8NX

Tālrs.: 028 3834 7083

Western Health and Social Care Trust

The Breast Screening Unit

Ground Floor, The Nurses' Home

Altnagelvin Area Hospital

Glenshane Road, Londonderry BT47 6SB

Tālrs.: 028 7161 1443



Public Health Agency

12–22 Linenhall Street Belfast
BT2 8BS

Tālr.: 028 9032 1313

www.publichealth.hscni.net

www.cancerscreening.hscni.net