

Знание своей груди

Наблюдение за появлением изменений



Breast  *Screening*

Знание своей груди: наблюдение за появлением изменений

Рак молочной железы является наиболее распространенным типом рака у женщин в Северной Ирландии – в 1 из 12 случаев рак молочной железы развивается по достижении женщиной 75-летнего возраста.

Рак молочной железы может возникнуть в любом возрасте. Тем не менее, риск его развития повышается с увеличением возраста. Большинство случаев рака молочной железы приходится на женщин старше 50 лет. Обнаружение заболевания на ранней стадии повышает шансы на успешное лечение.

Что такое осведомленность о состоянии своей груди?

Осведомленность о состоянии своей груди означает, что зная свою грудь, Вы будете в курсе того, какие изменения являются для Вас нормальными.

Как я могу быть осведомленной о состоянии своей груди?

Вы можете ознакомиться со своей грудью, глядя на нее и ощупывая ее любым удобным для Вас способом, например, в ванной, душе или при одевании. Делайте это регулярно, например, раз в месяц. Медицинские работники больше не рекомендуют конкретный способ проверки своей груди. Важно прочувствовать все части Вашей груди, в том числе соски, область подмышек и вокруг них.

Нормальное состояние груди

До достижения менопаузы в Вашей груди могут быть другие ощущения во время месячных, когда активизируется лактогенная ткань. В это время у некоторых женщин грудь может стать больше или в ней возникнет ощущение сгустка или обмягчения, особенно возле подмышек.

После гистерэктомии, грудь обычно имеет одни и те же ежемесячные различия до момента, когда прекратятся месячные.

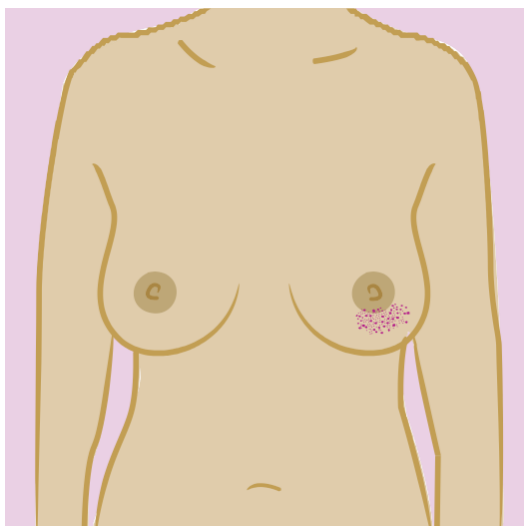
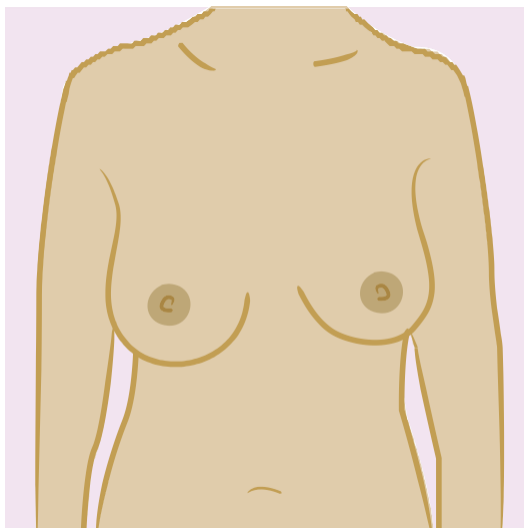
Заместительная гормональная терапия (ЗГТ) может сделать грудь по ощущениям более твердой и довольно нежной.

После менопаузы деятельность лактогенной ткани прекращается. Грудь может изменить размер, стать более мягкой, менее плотной и не такой тяжелой.

На какие изменения мне стоит обращать внимание?

Внешний вид

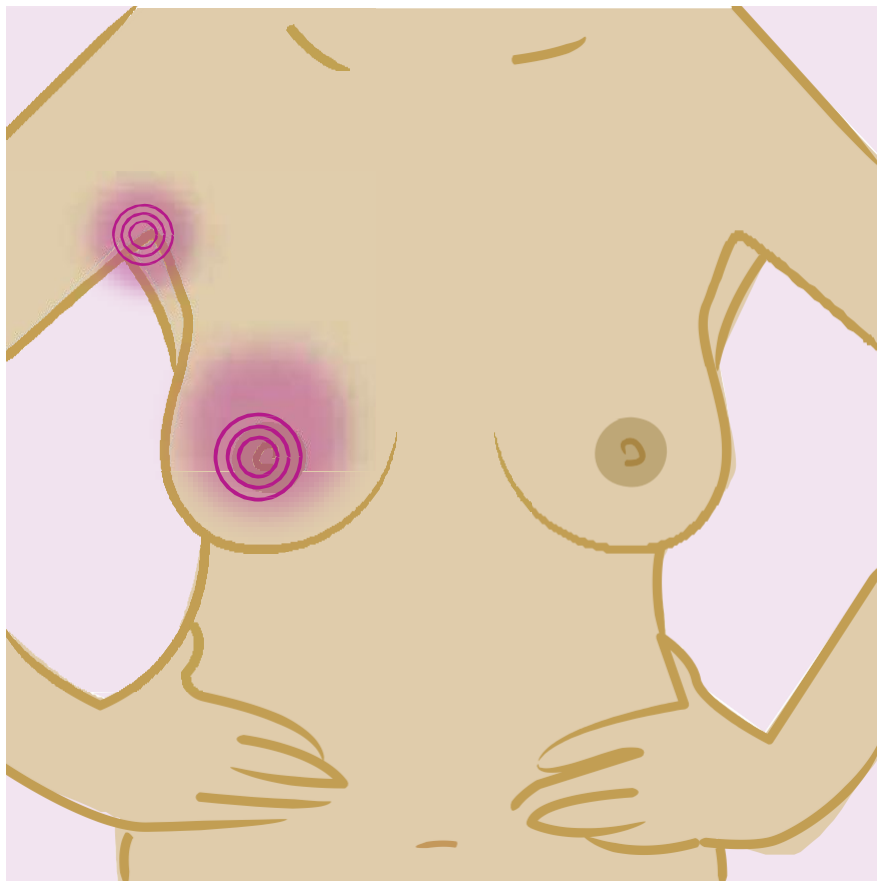
Изменение размера или контура груди, особенно вызванное движением рук; любое образование складок или ямочек, покраснения кожи; либо вены, выступающие сильнее, чем обычно.



Иллюстрации предоставлены Breast Cancer Care

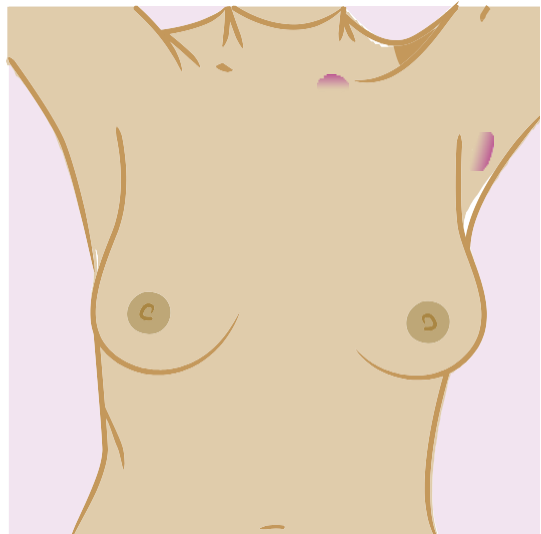
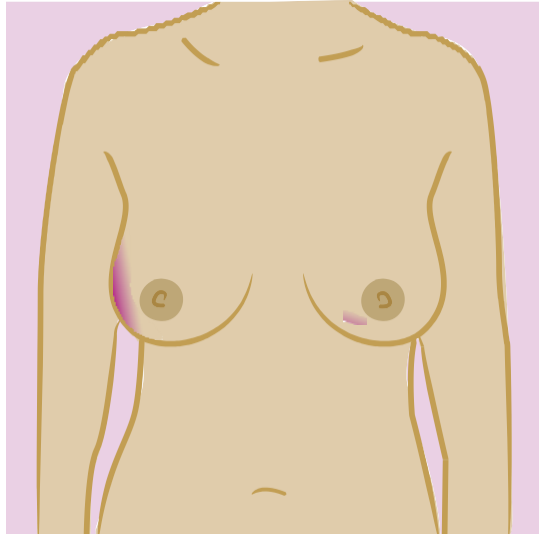
Ощущения

Боли и дискомфорт с одной или другой стороны груди, либо в области подмышек, особенно новые и неутрачивающиеся.



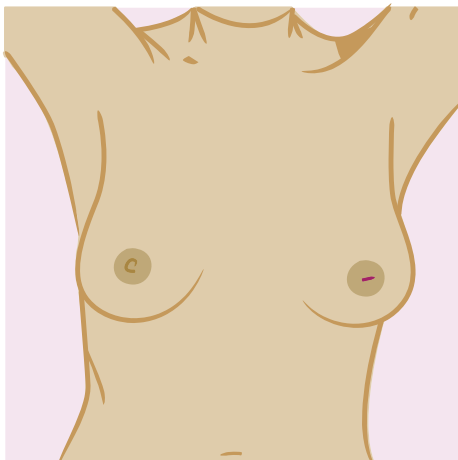
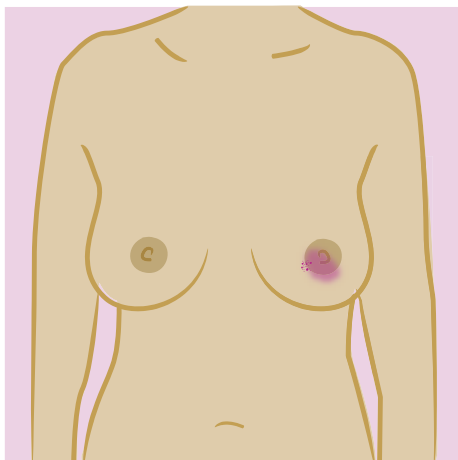
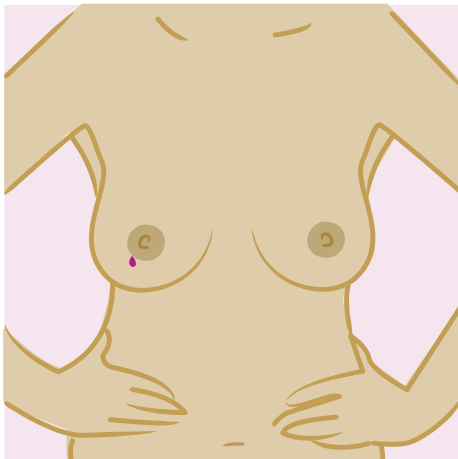
Уплотнения

Любые выделяющиеся по ощущениям припухлости или уплотнения в груди; любые отеки или уплотнения в области подмышки или вокруг ключицы.



Изменения соска

Сосок, который втянулся, изменил форму или обнаруживает признаки любых выделений, кровотечения, сыпи или покрыт коркой, шелушащейся кожей.



5 шагов понимания своей груди

1. Узнайте, что является для Вас нормальным
2. Узнайте, какие изменения можно обнаружить и ощутить
3. Смотрите и ощущайте
4. Немедленно сообщайте о любых изменениях своему врачу
5. Проходите процедуру скрининга на рак молочной железы, начиная с возраста 50 лет

Скрининг на рак молочной железы

Если Вам от 50 до 70 лет, Вас будут приглашать на скрининг каждые 3 года в рамках программы скрининга на рак молочной железы в Северной Ирландии. Ваше имя будет получено от Вашего участкового врача, и Вам будет отправлено приглашение пройти маммографию (рентген груди).

Если Вы старше 70 лет, Вас не будут автоматически приглашать на скрининг рака молочной железы. Тем не менее, у Вас все равно может развиться рак молочной железы, так как риск продолжает увеличиваться с возрастом – около трети всех случаев рака молочной железы приходится на женщин в возрасте старше 70 лет, поэтому Вам рекомендуется самостоятельно запрашивать направление на скрининг каждые 3 года, обратившись в местный скрининг-центр (см. стр. 10).

В настоящее время женщины младше 50 лет не приглашаются на скрининг рака молочной железы, так как до достижения этого возраста:

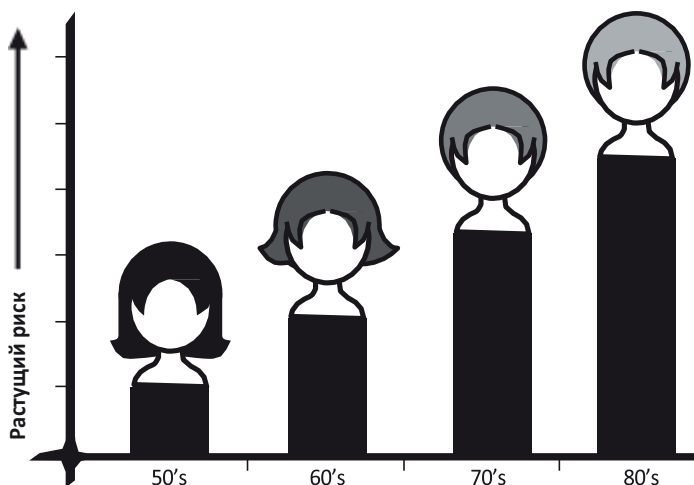
- риск возникновения рака груди меньше;
- женщины, как правило, имеют более плотную ткань молочной железы, что делает их маммограмму гораздо более трудной для чтения; и
- имеющиеся данные не подтверждают необходимости внедрения программы скрининга на рак молочной железы у молодых женщин

Рак молочной железы может развиваться в любое время. Это время включает в себя период между скринингами. Если Вы обеспокоены состоянием своих молочных желез или в Вашей семье были случаи заболевания раком молочной железы, Вам следует обратиться к Вашему семейному врачу.

Для получения дополнительной информации посетите сайт:

www.cancerscreening.hscni.net

Риск заболевания раком молочной железы повышается с возрастом.



Центры скрининга на рак молочной железы

Belfast Health and Social Care Trust

(также покрывает зону South Eastern HSC Trust)

The Screening Centre

12-22 Linenhall Street, Belfast BT2 8BS

Tel: 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

Tel: 028 9442 4425

Southern Health and Social Care Trust

The Breast Screening Unit

Lurgan Hospital

Sloan Street, Lurgan BT66 8NX

Tel: 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

Tel: 028 7161 1



Public Health Agency

12–22 Linenhall Street
Belfast
BT2 8BS

Tel: 028 9032 1313

www.publichealth.hscni.net
www.cancerscreening.hscni.net