

НАЦИОНАЛНИ ДАН БОРБЕ ПРОТИВ РАКА ДОЈКЕ 20. МАРТ

Национални дан борбе против рака дојке - 20 март, обележава се већ трећу годину како би се скренула пажња на распрострањеност ове болести, на подизање свести о значају превенције и раног откривања рака дојке, као и о палијативном збрињавању особа оболелих од ове болести.

Рак дојке је тренутно водећа малигна болест код жена како у развијеним тако и у земљама у развоју. Према доступним подацима у свету сваке године од рака дојке оболи око 1.670.000 хиљада жена, а око 522.000 жена умре. Према последњим званичним подацима из 2012. године којима располаже Институт за јавно здравље Србије “Др Милан Јовановић Батут” регистровано је 4.417 оболелих жена од карцинома дојке што чини 25,5% оболелих жена од свих карцинома, а 1663 жена је изгубило живот односно 18,2%. Од укупног броја новооболелих жена у свету од 20 до 30% жена је млађе од 50 година, а око 33% жена су старости од 50 до 64 године.

Већи број смртних случајева жена оболелих од рака дојке јавља се у земљама у развоју због дијагностиковања рака дојке у касној фази, углавном због недостатка свести о потреби раног откривања, као и због недостатка ресурса у здравственом систему. Број оболелих жена према броју становника у нашој земљи јесте сличан другим земљама у окружењу. Према броју умрлих жена на жалост, наша земља заузима неславно друго место у Европи, баш из разлога касног откривања карцинома дојке.

Рак дојке се најчешће открије када је његова величина преко 2 цм, са већ постојећим ближим или удаљеним метастазама. Препоруке су да се рак дојке открије у раној фази када су промене непалпабилне, односно неопипљиве, или када је величина тумора мања од 1 цм. Када се рак дојке открије у раној фази уз адекватну дијагностику и лечење, шансе за излечење и продужетак живота су далеко веће него у случајевима када се ова болест открије у касној фази. У развијеним земљама се рак у готово 90% случајева открије у раној фази када је могућност лечења највећа.

Према статистичким анализама свака осма до дванаеста жена има ризик да оболи од карцинома дојке. Према неким епидемиолошким истраживањима са повећањем животног стандарда расте могућност обољевања од рака дојке. Жене могу да оболе у свим животним добима, али се са годинама старости повећава ризик од обољевања. Највећи број оболелих жена и у нашој земљи јесте старости од 50 до 65 година живота, али се тренд пораста броја оболелих спушта према малајем годишту.

Тренутно не постоји довољно знања о узроцима настанка рака дојке, тако да рано откривање болести остаје камен темељац контроле рака дојке. Сматра се да је настанак рака дојке мултифакторијалног порекла и да бројни ризикофактори делују удружено. Најчешће помињани ризикофактори за настанак ове болести јесу: наследне предиспозиције, рана прва менструација, касна менопауза, нерађање деце или рађање деце у каснијој животној доби, недојење деце, хормонска терапија, неправилна исхрана, недовољна физичка активност, гојазност, конзумирање алкохола, дувана итд.

Фактори ризика се деле на две групе, на оне на које се не може утицати (немодификујући као што су наследне предиспозиције, прва менструација, последња менструација и тд) и оне на које се може утицати (модификујући као што су рађање деце после 30 године, дојење деце, пушење, физичка неактивност, неправилна исхрана, хормонска терапија и тд).

Имајући у виду високу вероватноћу преживљавања и бољи квалитет живота жена оболелих од карцинома дојке веома је важно рано откривање карцинома дојке, што подразумева самопреглед дојке, који свака жена у генеративном периоду треба да ради једном месечно, превентивни клинички прегледи код изабраног гинеколога једном годишње, ултразвук дојке и мамографија.

Код жена у млађем животном добу према индикацијама гинеколога поготову ако постоји неки од ризикофактора, метода избора раног откривања рака дојке јесте поред клиничког прегледа, ултразвук дојке због саме структуре дојке.

У том периоду труднице и породиље уколико имају наследну предиспозицију или неки од ризикофактора, или приметите било какву промену на својим дојкама, неопходно је да се јаве свом гинекологу који ће проценити која дијагностичка метода је неопходна. Поред клиничког прегледа може се урадити ултразвук дојке, а ако је потребно и радиографија дојке.

Код жена после четрдесете године обавезна је примарна мамографија и ултразвук у индикованим случајевима после клиничког прегледа.

Код жена старијих од педесет година обавезна је мамографија на сваких две године живота. Као најчешћи пут раног откривања рака дојке јесте спровођење организованог националног скрининг програма код жена старости од 50 до 69 година. Метод организованог скрининга јесте скрининг мамографија. Циклус скрининга се понавља на сваке две године и тежи се обухвату циљне популације од 75% жена старости од 50 до 69 година живота.

Уколико се организовани скрининг спроводи према утврђеној методологији, према подацима земаља које годинама спроводе организовани скрининг мамографију смртност жена се смањује за око 35% и што је јако био продужава се животни век и квалитет живота женама код којих је у оквиру скрининга откривен карцином дојке у раној фази.

Тренутно се спроводи у 50 општина радом стационарних и мобилних мамографа и у овим општинама свака трећа жена старости од 50 до 69 година живота је позвана на мамографски преглед. Откривено је 290 карцинома у раној фази код жена које нису имале никаквих симптома и које највероватније у овом периоду се не би обратиле лекару. Жене су после додатне дијагностике добиле адекватну терапију, даље праћење и лечење.

Програм организованог скрининга карцинома дојке ће се наставити и у наредном периоду са тенденцијом ширења на територију целе наше земље уз обезбеђивање неопходних услова за спровођење.

У местима где се не спроводи овакав вид секундарне превенције спроводи се опортунитетни скрининг мамографија, односно превентивни прегледи за све жене које се саме јаве лекару.

У Србији у оквиру кампање поводом обележавања Националног дана борбе против рака дојке организује се велики број активности као што су предавања, трибине, гостовања на телевизији и радију. У домовима здравља и болницама, гинеколози и стручњаци из области јавног здравља организоваће предавања и разговоре у којима женама објашњавају важност превентивних прегледа.

Јако је битно да жене брину о сопственом здрављу и да редовно спроводе самопреглед дојки. Ова препорука се односи и на жене млађе животне доби, као и труднице и породиље. Потребно је да жене посматрају своје дојке, обрате пажњу на изглед облик и величину дојки, промене на њима, боју коже, изглед брадавица, појаву исцедака или сличних промена. Такође је битно да се обуче за самопреглед дојки, као и да иду редовно на превентивне прегледе код свог лекара. Битно је скренути пажњу да жене уколико приметите било какву промену се одмах јаве лекару.

Неопходно је да жене циљне популације од 50 до 69 година старости када буду позване се обавезно одазову на скрининг мамографију у оквиру организованог скрининга раног откривања рака дојке.

Уз вашу помоћ, готово сваки случај рака дојке може бити спречен!

Придружите се кампањи!

Помозите да се подигне свест о превенцији рака дојке.

Извор података:

<http://www.skriningsrbija.rs/srl/skrining-raka-dojke/>

<http://www.batut.org.rs/download/publikacije/2012IncidencijaIMortalitetOdRaka1.pdf>

<http://www.zdravlje.gov.rs/downloads/2013/April/Vodic%20za%20diagnostikovanje%20i%20lecenje%20raka%20dojke.pdf>