

## غربالگري سرطان پستان



اطلاعات عمومي در مورد سرطان پستان

- سرطان پستان بيماري بدخيم سلولهاي بافت پستاني است .
- دومين علت شايع مرگ و مير ناشي از سرطان در زنان مي باشد .
- پستان از لوب ها و مجاري شيري تشكيل شده است . هر پستان از ۲۰ - ۱۵ قسمت بنام لوب و هر لوب از اجراء كوچكتر بنام لوبول تشكيل شده كه آن ها به بولب و در انتها به مجاري شيري متصل ميشوند . هر پستان داراي رگ هاي خوني و لنفاوي است . غده هاي لنفاوي هم ساختمان هاي جمع آوري كننده مايع لنف هستند كه در نزديكي پستان و زير بغل و روي قفسه سينه پراكنده اند . سرطان پستان پس از سرطان ريه ، دومين علت مرگ ناشي از سرطان در زنان در دنيا بوده و در مردان بسيار كمتر حدودا ۱% و در سنين ۶۰-۷۰ سالگي ديده مي شود . زنان با نژاد سفيد پوست مختصري در ريسك بالاتري قرار دارند . بطور كلي سرطان يك بيماري مجزا و منفرد نيست بلكه گروهی از اخ تلايات و عوامل همراه است كه منجر به آن ميشود . بسياري از اين عوامل در ژن ها ، عادات غذايي و محيط افراد وجود دارند كه موجب كم يا زياد شدن ريسك ابتلا به سرطان مي شود . .

- منظور از غربالگري چيست؟
- غربالگري يعني كشف بيماري قبل از آنكه علامتي ظاهر شود چرا كه در اين مرحله درمان آسانتر و نتايج بهتر خواهد بود .
- چگونه غربالگري را انجام دهيم؟
- بعنوان تست رايج غربالگري از ماموگرافي استفاده ميشود . البته از ساير تست ها مانند سونوگرافي، MRI، بسته به شرح حال ، معاينه بيمار و ميزان ريسك بيماري كمك گرفته خواهد شد . چنانچه در حين غربالگري به موارد مبهم برخورد شود تست هاي تكميلي تشخيصي منجمله بيوسي سوزني و استريوتاكسي مفيد خواهند بود .

از چه زماني غربالگري را شروع كنيم؟  
در منابع مختلف با توجه به شيوع سني سرطان پستان توصيه به انجام ماموگرافي جهت غربالگري پس از ۴۰ سالگي شده است . گرچه در صورت بروز علائم نبايد منتظر رسيدن زمان غربالگري بود كه اين علائم عبارتند از :

- لمس توده در پستان
- ترشح از نوک پستان
- تغيير رنگ
- افزايش ضخامت قسمتي از پستان
- وجود زخم
- درد شديد و غير قابل توجهيه
- فرو رفتگي در پوست يا نوک پستان
- غير قرينگي اخير سايز پستان ها

چگونه از بروز سرطان پیشگیری کنیم؟

- تغییر نحوه زندگی یا عادات غذایی مانند ترک سیگار، کاهش وزن ، انجام تمرینات ورزشی و رژیم غذایی سالم که در پیشگیری از برخی سرطان ها موثرند.
- راههای اجتناب یا کنترل مواردی که بعنوان علت سرطان شناخته شده اند .
- مصرف داروها به منظور درمان موارد پیش سرطانی یا مراقبت از شروع آن
- پیدا کردن زودهنگام موارد پیش سرطانی

دکتر زهره داورزنی متخصص جراحی و بیماری های پستان