ЗАБОЛЕВАНИЯ МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

Врачи по медицинской профилактике напоминают, что современным женщинам необходимо особенно тщательно заботиться о здоровье своей груди – по статистике ежегодно рак молочной железы выявляется у тысячи человек.

Что должно насторожить?

* втяжение соска
* выделения из соска
* уплотнение в области подмышек
* отечность и уплотнение в груди
* изменения цвета соска или ареолы
* видимые изменения в очертаниях груди
* боль в соске или груди
* изменения кожи груди

При появлении изменений в молочной железе необходимо сразу обратиться к гинекологу или маммологу, который проведёт анализы для выявления заболевания.

ВАЖНО!

Самостоятельно оценивать, насколько безобидны изменения в молочной железе, опасно для жизни. Даже незначительные изменения могут привести к развитию необратимых процессов.

**Виды заболеваний молочной железы**

1. Болезни, имеющие воспалительный характер (возникают в послеродовой период):

- лактостаз, мастит.

ВАЖНО! Воспалительный процесс быстро распространяется, поэтому лечение должно быть незамедлительным.

2. Доброкачественные опухоли:

- мастопатия, фиброаденома, папиллома, киста, липома. В процессе своего роста доброкачественные опухоли не распространяются за пределы молочной железы и не поражают другие ткани и органы.

ВАЖНО! Доброкачественная опухоль может быть серьёзной проблемой, если она вызывает боль, давит на нервы и кровеносные сосуды.

3. Злокачественные новообразования:

- рак молочной железы (узловой, диффузный);

- болезнь Педжета (рак соска);

- саркома, лимфома и метастазы других опухолей в молочную железу.

ВАЖНО! Онкоклетки могут прорастать в окружающие их ткани за пределами железы, а также распространиться в другие участки тела по лимфатическим и кровеносным сосудам.

! Обнаруженная на ранних стадиях злокачественная опухоль успешно излечивается.

**Методы диагностики**

САМООБСЛЕДОВАНИЕ Регулярное самообследование груди поможет женщине заметить любое малозаметное изменение на коже или в структуре молочной железы. Включает в себя два главных приёма: осмотр и пальпацию (ощупывание). Выполняют стоя у зеркала и лёжа на твёрдой поверхности.

* Осмотрите перед зеркалом форму и внешний вид груди.
* Разведите руки в стороны и проверьте, не нарушена ли симметрия, нет ли втяжения кожи, её отёка, втяжения соска.
* Поднимите руки вверх и осмотрите грудь спереди и с обеих сторон.
* Поднимите руку за голову, подушечками трёх сомкнутых пальцев тщательно прощупайте молочную железу. Начините с верхней внешней четверти груди и двигайтесь по часовой стрелке, продолжите движение по вертикали снизу вверх и обратно.
* Сожмите сосок между большим и указательным пальцами и посмотрите, не выделяется ли жидкость.

МАММОГРАФИЯ – один из наиболее информативных, доступных и точных методов диагностики патологии молочных желез. Малодозное и абсолютно безболезненное рентгенологическое исследование, проводимое на цифровом маммографе в двух проекциях (для каждой молочной железы). Применяется 1 раз в 2 года у женщин старше 40 лет.

УЗИ МОЛОЧНЫХ ЖЕЛЕЗ позволяет выявлять мелкие кистовидные объекты до 3 мм диаметром. Широко применяется при обследовании пациенток с имплантами молочных желез. Рекомендован ежегодно для женщин в возрасте 20–40 лет.

ДУКТОГРАФИЯ МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ – уточняющий вид исследования, при котором в протоки молочной железы вводится специальное контрастное вещество и проводится серия снимков в разных проекциях для выявления внутрипротоковых образований (полипа, опухоли и т.д.).

ПУНКЦИОННАЯ БИОПСИЯ – метод, при котором тонкой полой иглой или щипцами берётся образец ткани. Используется для определения типа опухоли. Проводится маммологом, онкологом или хирургом под контролем ультразвукового сканирования или цифровой маммографии при наличии неясных узловых образований, опухолей и кист.

**Как минимизировать риск развития заболеваний молочной железы**

* Проходить регулярное профилактическое обследование. Женщинам старше 40 лет необходимо один раз в 2 года проводить маммографию, после 50 – каждый год, при раке груди у родственниц – каждый год с 35 лет. С 20–40 лет – ежегодное УЗИ молочных желез.
* Проводить систематическое самообследование груди.
* Обращаться к врачу при появлении первых изменений в молочной железе.
* Контролировать вес, сахарный диабет и другие эндокринные болезни.
* Принимать оральные контрацептивы только после консультации врача и обследования.
* Избегать стресса, недосыпания, психоэмоциональных нагрузок.
* Отказаться от вредных привычек.