**«Рак молочной железы – распространенное онкологическое заболевание женщин»**

Зайцева Маргарита Раисовна

преподаватель первой квалификационной категории

ОГБПОУ «Черемховский медицинский техникум»

Добрый день участники студенческой научно-практической конференции!

Предлагаем Вашему вниманию УИРС на тему «Рак молочной железы – распространенное онкологическое заболевание женщин».

Рак молочной железы в настоящее время является распространенным злокачественным новообразованием у женщин, занимающим первое место в структуре онкологической заболеваемости и являющимся одной из наиболее частых причин смерти женщин по сравнению с другими формами злокачественных новообразований.

Женщины - основная категория риска. По статистике на 135 заболевших женщин заболевает только один мужчина.

Таким образом, была определена **цель исследования**: изучить информированность женского населения о методах диагностики и профилактике рака молочной железы.

**Задачи исследования:**

1. Рассмотрение основных понятий рака молочной железы
2. Определение факторов риска заболеваемости
3. Рассмотрение современных подходов к лечению и диагностике рака молочной железы

4. Рассмотрение мероприятий, направленных на профилактику рака молочной железы

**Объект исследования**: женщины и рак молочной железы

**Предмет исследования**: знания женского населения о методах диагностики и профилактики рака молочной железы

Основными причинами онкологии молочной железы являются гормональные нарушения, которые провоцируются факторами риска. К ним относятся:

* искусственные прерывания беременности на ранних и поздних сроках;
* заболевания яичников с их недостаточной функцией;
* эндометриоз и миома матки;
* малое число родов и последующих лактаций
* избыточная масса тела конституционного и алиментарного типа;
* патологии щитовидной железы;
* наступление климактерического периода и менопаузы;
* дефицит питательных элементов, минералов и витаминов у женщин, использующих ограничения в питании с целью коррекции массы тела;
* нерегулярная половая жизнь;
* генетическая предрасположенность
* травмы молочной железы

**Внешние признаки рака молочной железы :**

* втяжение или изменение места положения соска или любого другого участка молочной железы;
* кожа на груди становится сморщенной и очень плотной. По внешнему виду напоминает лимонную корку;
* появление язвочек в области ареолы или соска;
* изменение контуров, размеров и формы груди;
* возникновение болевых ощущений и дискомфорта в одной из молочных желез;
* шелушение, зуд, жжение или изменение цвета кожи (покраснение, пожелтение, посинение);
* опухание подмышечной впадины и/или плеча;
* появление на коже груди своеобразных "ямочек".

**Внутренние симптомы рака молочной железы**

* прозрачные или кровянистые выделения, которые появляются при сдавливании соска;
* увеличение подмышечных лимфатических узлов с соответствующей стороны;
* самые главные признаки рака молочной железы — наличие уплотнений "узелков" и припухлостей. Они могут быть маленькими или большими, вызывать боль при пальпации или же оставаться абсолютно безболезненными;
* тянущая боль в спине между лопатками.

Рак молочной железы можно выявить на ранних стадиях развития. Для этого существует несколько методов:

* обследование у маммолога;
* маммография;
* дуктография;
* УЗИ молочных желез;
* метод магнитно-резонансной томографии;
* биопсия

Лечение рака молочной железы состоит из ряда последовательных мероприятий, поэтому оно называется комбинированным или комплексным.

1. Хирургическое лечение
Оно стоит на лидирующих позициях в лечении рака молочной железы.

* Мастэктомия - удаление малой (а в некоторых случаях и большой) грудной мышцы молочной железы, пораженной раком.
* Радикальная секторальная резекция молочной железы позволяет сохранить молочную железу, поскольку удаляется только часть грудных мышц, пораженных опухолью.

2. Лучевая терапия

3. Химиотерапия - направлена на блокирование распространения метастазов опухоли молочной железы.

4. Гормонотерапия - [эстрогены](http://www.diagnos.ru/diseases/endocrino/estrogen) играют огромную роль в течение рака молочной железы.

5. Иммунотерапия - поскольку в процессе химио- и лучевой терапии иммунологический статус организма понижается, то иммунотерапия призвана повысить защитные силы организма. Для этого применяются различные иммуномодуляторы.

Так как особенности лечения рака молочной железы у многих больных сопряжены с социальными и психологическими сложностями, в настоящее время большое внимание уделяется реабилитационным мероприятиям.

Профилактика рака молочной железы заключается:

* в уменьшении показаний к абортам, которые вызывают грубые нарушения равновесия гормонов;
* в тщательном гигиеническом уходе за молочными железами кормящими женщинами и регулярном сцеживании молока;
* в соблюдении режима труда и отдыха;
* в соблюдении режима половой жизни;
* в самообследовании молочных желез 1 раз в месяц;
* в посещении смотрового кабинета и женской консультации;
* в обращении к онкологу (маммологу) при обнаружении подозрительных уплотнений в молочной железе.

Женщинам старше 20 лет рекомендуется проводить самообследование молочных желез 1 раз в месяц, через 7-10 суток после окончания менструации – когда проходят болезненность и набухание молочных желез. Если уже установилась менопауза самообследование можно проводить 1 раз в месяц в любое время.

**Методика исследования:**

Молочную железу мысленно делят на четыре квадранта: верхненаружный, верхневнутренний, нижненаружный и нижневнутренний.

Самообследование проводят поэтапно: вначале осматривают молочные железы, затем ощупывают их.

Перед осмотром молочных желез, обратите внимание на внутреннюю сторону белья, нет ли там каких-либо загрязнений. Одним из возможных клинических проявлений заболевания являются кровянистые или серозные выделения из соска, часто возникающие спонтанно, но оставляющие след. При осмотре, который проводится перед зеркалом, следует обращать внимание на симметричность расположения желез, состояние сосков, в начале при опущенных руках, затем при поднятых вверх.

Женщину должны насторожить любые изменения кожного покрова молочной железы: локальная морщинистость, «пупкообразное» втяжение, деформация контура железы, изменение подкожного сосудистого рисунка, локальное или разлитое покраснение.

Ощупывание следует проводить вначале стоя, затем лежа в положении на спине, левом и правом боку поочередно. Ощупывание нужно начинать с околососкового кружка и заканчивать на периферии исследуемой железы.

После окончания ощупывания переходят к проверке состояния лимфатических узлов подмышечных впадин. Полусогнутую ладонь заводят со стороны плеча в подмышечную ямку так, чтобы вся клетчатка исследуемой области оказалась под кончиками пальцев (это исследование лучше проводить сидя). Наличие плотных, округлых, увеличенных, безболезненных узлов в подмышечных ямках должно вызывать определенную настороженность.

Регулярно проводите профилактические осмотры и не откладывайте визит к врачу, если выявили у себя малейшие признаки заболевания.

Помните, что самодиагностика и современные методы медицинской диагностики позволяют выявить все заболевания молочной железы на ранней стадии, а, следовательно, сохранить женщине не только здоровье, но и красоту.

Нами было проведено исследование, в котором приняло участие 62 женщины в возрасте от 19 до 62 лет.

Женщинам была предоставлена анкета, состоящая из следующих вопросов:

1. «Перечислите, какие, по Вашему мнению, есть факторы риска, приводящие к раку молочной железы»,

2. «Какие Вы знаете методы диагностики рака молочной железы»,

3. «Знаете ли Вы приемы самообследования молочных желез»,

4. «С какого возраста женщине необходимо проводить маммографию»

Данные опроса показали, что женщины знают факторы риска, приводящие к раку молочной железы, из методов диагностики были названы самые распространенные, такие как УЗИ молочных желез, маммография. Большинство женщин знают приемы самообследования молочных желез, были названы пальпация – на предмет наличия уплотнений в железе, визуальный осмотр перед зеркалом, контроль выделений из сосков. К сожалению не все женщины знают о том, что специалистами рекомендуется проводить маммографию с 40 лет 1 раз в год.

В последние десятилетия в связи с увеличением информированности женщин о риске формирования рака груди, увеличилось количество проходящих маммографию женщин, что, в свою очередь позволило увеличить выявление болезни на ее ранних стадиях и, как следствие, выживаемость.

Нельзя бояться диагноза рак молочной железы - нужно бояться опоздать с ним, ведь тогда лечение будет сложнее. Чем раньше женщина придет к маммологу - онкологу, тем легче пройдет лечение и восстановление. Нужно помнить о том, что при выявлении рака молочной железы на ранней стадии вероятность полного излечения составляет 94%.