



Профилактика рака молочной железы.

Как следует из статистических данных, рак молочной железы в последние годы является частой причиной смертности женщин даже молодого возраста!

Основные факторы риска развития рака молочной железы:

- отягощенная наследственность – рак молочной железы у близких родственниц по материнской линии
- возраст (частота выявления рака молочной железы увеличивается у женщин старше 40-45 лет)
- гормональные нарушения , женское одиночество, отсутствие родов, аборт, поздние первые роды и неполноценная лактация
- вредные привычки
- стрессы, тяжелая экологическая ситуация и другие.

Сигналами тревоги патологии молочной железы являются:



Самым действенным и доступным методом выявления патологии молочной железы является регулярное обследование и, прежде всего само обследование молочных желез. Каждая женщина способна заметить малейшие изменения в молочных железах и вовремя обратиться к специалисту. Самообследование молочных желез необходимо проводить 1 раз в месяц на 6-12 день менструального цикла, считая от первого дня менструации, а женщинам в менопаузе —ежемесячно в любой день. Самообследование состоит из осмотра и ощупывания молочных желез в положении стоя и лежа при хорошем освещении. Регулярно осматривайте белье, обращая внимание на наличие пятен (кровь, белковые выделения) в местах соприкосновения соска с бельем. Самообследование проводится при хорошем освещении стоя перед зеркалом и состоит из шести этапов.



Кроме ежемесячного самообследования, каждой женщине рекомендуется ежегодно проходить осмотр у гинеколога, женщинам до 35 лет делать УЗИ молочных желез один раз в год, старше 35 лет маммографию молочных желез один раз в два года, а после 50 лет—ежегодно.

В случае обнаружения любых изменений – срочно к врачу! Даже при самом неприятном диагнозе на ранних этапах удастся не только снизить риск тяжелых последствий, но и провести минимально возможное органосохраняющее хирургическое лечение.

Спасти свое здоровье, красоту, а иногда - жизнь помогут несложные действия: по возможности избегайте факторов риска. следите за состоянием груди и ежегодно посещайте гинеколога.

Направление на маммографию Вы можете получить в женской консультации на приеме у врача акушер- гинеколога и в городской поликлинике ТОГБУЗ «Моршанская ЦРБ» при прохождении диспансеризации. Маммография проводится в ТОГБУЗ «Моршанская ЦРБ» по адресу: г. Моршанск ул. Гражданская д. 1 , часы работы с 08:00 до 14:00