



KRŪTIES VĖŽYS

Krūties vėžys yra vienas iš dažniausiai diagnozuojamų vėžio formų moteris, tačiau nustatomas ir vyrams. Pastaraisiais metais mirštamumas nuo krūties vėžio pasaulyje mažėja dėl ankstyvosios diagnostikos ir besikeičiančių gydymo galimybių. Lietuvoje krūties vėžys yra pirmoje mirčių nuo vėžio vietoje moterų tarpe.

Krūties vėžio požymiai ir simptomai gali būti:

- ✓ Krūtis ar krūties sritis skiriasi nuo aplinkinių audinių, kitos krūties.
- ✓ Krūtinės dydžio, formos ar išvaizdos pasikeitimas.
- ✓ Krūties odos pokyčiai, pvz., įduba, grublėtumas.
- ✓ Neseniai įtrauktas spenelis.
- ✓ Niežulys ar krūties odos aplink pigmentuotą odos srities plyšimas, įtrūkimas, sausėjimas.
- ✓ Odos paraudimas ar patinimas.
- ✓ „Apelsino žievelės simptomas“.

Rizikos veiksniai:

- ✓ Moteriška lytis. Moterys daug dažniau serga krūties vėžiu nei vyrai.
- ✓ Amžius. Rizikos grupė yra 50-70 metų moterys.
- ✓ Asmeninė ligos istorija. Jei Jums nustatyta tokios ligos kaip krūtų lokaloji carcinoma in situ arba krūtų netipinė hiperplazija, padidėja krūties vėžio rizika. Taip pat jei krūties vėžys pasireiškė vienoje krūtyje, padidėja vėžio išsivystymo rizika kitoje krūtyje.
- ✓ Šeimos krūties vėžio istorija. Jei Jūsų motinai, sesei ar dukrai buvo diagnozuotas krūties vėžys, ypač jaunesnio amžiaus (iki 40m.), padidėja krūties vėžio rizika. Vis dėlto daugumai žmonių, kuriems diagnozuota krūties vėžys, neturi šeimos ligos istorijos.
- ✓ Paveldėti genai, kurie didina vėžio riziką. Tam tikros genų mutacijos, kurios padidina krūties vėžio riziką, gali būti perduodamos iš tėvų vaikams. Labiausiai žinomos genų mutacijos vadinamos BRCA1 ir BRCA2. Šie genai gali žymiai padidinti krūties vėžio ir kitų vėžio riziką.
- ✓ Radiacinė ekspozicija. Jei vaikystėje ar paauglystėje esate gydytas radioterapija (krūtinės srityje), Jums padidėja krūties vėžio rizika.
- ✓ Nutukimas.
- ✓ Alkoholis.
- ✓ Ankstyva menarche. Jei menstruacijos prasidėjo anksčiau nei 12 metų amžiuje.

- ✓ Vėlyva menopauzė.
- ✓ Negimdžiusi moteris ar gimdėte vyresnio amžiaus.

Prevenција

- ✓ Kreipkitės į savo šeimos gydytoją dėl programinės mamografijos. Programinė mamografija Lietuvoje atliekama moterims 50-70 metų amžiaus kas 2 metus.
- ✓ Savarankiškai atlikite krūtų apčiuopą, jei nežinote kaip, klauskite savo šeimos gydytojo ar ginekologo.
- ✓ Gyvenimo būdo keitimas. Kasdienė mankšta, alkoholio kiekio mažinimas, svorio korekcija.
- ✓ Sveika mityba. Praturtinti maisto racioną augaliniais produktais, rinktis sveikus riebalus, tokius kaip alyvuogių aliejus, sviestą ir žuvį, o ne raudoną mėsą.

Jeį pastebite krūties išvaizdos pokyčius, apsičiuopiate darinį krūtyje, net jeigu Jums neseniai atlikta krūtų mamograma, kreipkitės į gydytoją, kad jis galėtų įvertinti Jūsų krūtų būklę.

Informaciją parengė VšĮ Šeškinės poliklinikos gydytoja akušerė ginekologė Milda Dubininienė

Jaunimo sveikatos kabinetas, 2018-10-22

