

## RAK PIERSI

Rak piersi jest najczęściej występującym nowotworem złośliwym u kobiet. Stanowi około 23% wszystkich zachorowań z powodu nowotworów złośliwych u kobiet i około 14% zgonów z tego powodu. Szacuje się, że rocznie raka piersi rozpoznaje się u 1,5 miliona kobiet na całym świecie, a około 400 tysięcy umiera z tego powodu.

### Czynniki ryzyka

- wiek 50-69,
- rak piersi wśród członków rodziny (stopień ryzyka zależy od liczby przypadków w rodzinie i stopnia pokrewieństwa z chorą osobą),
- mutacje stwierdzone w genach BRCA 1 lub BRCA 2,
- wczesna pierwsza miesiączka przed 12 rokiem życia,
- późna menopauza po 55 roku życia,
- urodzenie dziecka po 35 roku życia,
- bezdzietność,
- poprzednie leczenie z powodu raka piersi,
- leczenie z powodu innych schorzeń piersi.

### Objawy

- zmieniony kształt piersi,
- wyczuwalny guzek lub stwardnienie,
- na skórze piersi występują zmarszczenia, wciągnięcia, zmiana koloru,
- brodawka jest wciągnięta, zaczerwieniona lub ma owrzodzenie,
- z brodawki wydobywa się wydzielina.

### Diagnostyka

#### **Mammografia**

Mammografia to rentgenowskie badanie piersi, które jest obecnie najlepszym sposobem wykrywania raka piersi w jego wczesnym stadium rozwoju. Pozwala rozpoznać wczesne zmiany, jak również te, które nie dają się wyczuć podczas badania palpacyjnego, wielkości 2-3 mm. Ucisk stosowany w czasie mammografii nie uszkadza piersi; jest konieczny w celu uzyskania zdjęć wysokiej jakości, a ponadto pozwala na obniżenie dawki promieniowania rentgenowskiego. Mammografia pozwala wcześniej wykrywać 90-95 % zmian nowotworowych, a we wczesnej fazie rozwoju każdy nowotwór może być całkowicie uleczalny.

#### **Profilaktyka**

#### **Samobadanie**

Samobadanie piersi jest podstawowym, bardzo ważnym elementem w procesie wczesnego wykrywania raka piersi. Składa się z dwóch etapów: oglądania stanu piersi oraz badania dotykowego, tzw. palpacji. Samodzielne badanie piersi należy wykonywać systematycznie, najlepiej w tej samej

fazie cyklu miesięczkowego, tj. 2-3 dni po miesiączce, by wykluczyć nadwrażliwość brodawek i bolesność piersi, a w przypadku kobiet niemiesiączkujących raz w miesiącu np. w dniu urodzin.

W przypadku wykrycia guzka w piersi kobieta powinna udać się na konsultację do lekarza,

Drugim najskuteczniejszym punktem profilaktyki jest regularne wykonywanie mammografii, która przysługuje kobietom w wieku 50-69 lat co 2 lata.