

Що таке рак молочної залози?

Рак молочної залози (РМЗ) – це злоякісна пухлина, яка виникає з клітин тканини грудей, найчастіше – з клітин протоків або часточок, відповідальних за вироблення і транспорт молока. Ці клітини починають неконтрольовано ділитися, утворюючи новоутворення, що здатне поширюватися на сусідні тканини та метастазувати в інші органи (легені, печінку, кістки, головний мозок тощо).

РМЗ – це найпоширеніший онкологічний діагноз серед жінок в Україні та світі. Він може вражати також чоловіків, хоч і значно рідше.

Симптоми раку молочної залози

На ранніх стадіях РМЗ може протікати безсимптомно, але варто звертати увагу на такі ознаки:

- ущільнення або новоутворення в грудях, яке не зникає протягом кількох тижнів;
- зміна форми або розміру грудей;
- втягнення соска або шкіри;
- почервоніння, лущення, набряк шкіри грудей (симптом «апельсинової кірки»);
- виділення з соска, особливо з домішками крові;
- біль або дискомфорт у грудях (на пізніх стадіях);
- збільшення лімфатичних вузлів у пахвовій зоні.

Причини та фактори ризику

Не існує єдиної причини виникнення РМЗ, але є низка факторів ризику, які підвищують імовірність захворювання:

1. Немодифіковані (неконтрольовані) фактори:

- жіноча стать (99% випадків);
- вік понад 45–50 років;
- спадкова схильність (BRCA1, BRCA2 мутації);
- наявність родичів з РМЗ;
- рання менструація (до 12 років) і пізня менопауза (після 55 років);
- інші онкологічні захворювання в анамнезі.

2. Модифіковані (контрольовані) фактори:

- пізні пологи (після 30 років) або відсутність вагітностей;
- відсутність грудного вигодовування;
- надмірна маса тіла, особливо після менопаузи;
- надмірне вживання алкоголю;
- куріння;
- низька фізична активність;

- гормональна терапія без медичних показань;
- тривалий вплив радіації.

Статистика в Україні

- Щорічно в Україні фіксується понад 12 000 нових випадків РМЗ, з них близько 3 500 – летальні (moz.gov.ua).
- Понад 25% жінок звертаються до лікаря вже на III або IV стадії хвороби, коли лікування значно ускладнюється.
- Кожна сьома жінка в Україні ризикує захворіти на РМЗ протягом життя (phc.org.ua).

Діагностика

Рання діагностика – ключ до виживання. Основні методи:

- Самообстеження: щомісяця на 6-12 день менструального циклу.
- Клінічне обстеження лікарем: рекомендовано раз на рік.
- УЗД молочних залоз: рекомендовано жінкам до 40 років.
- Мамографія: для жінок від 40–50 років – 1 раз на 1-2 роки.
- Біопсія: для підтвердження діагнозу при підозрі на пухлину.
- МРТ або КТ: у складних випадках для визначення поширення.

Лікування

Тип лікування залежить від стадії хвороби, типу пухлини та загального стану пацієнта. Основні методи:

- Хірургічне видалення пухлини (лампектомія або мастектомія);
- Хіміотерапія – до або після операції;
- Променева терапія – для зменшення ризику рецидиву;
- Гормонотерапія – при гормонозалежних пухлинах;
- Таргетна терапія – точкова дія на ракові клітини;
- Імунотерапія – активізація імунної системи проти раку.

Профілактика

Хоча запобігти РМЗ повністю неможливо, ви можете знизити ризик:

- Ведіть здоровий спосіб життя: правильне харчування, фізична активність;
- Уникайте алкоголю та куріння;
- Грудне вигодовування мінімум 6 місяців;
- Проходьте планові огляди та мамографію згідно з віком;
- За наявності спадкового фактору — проконсультуйтеся щодо генетичного тестування.

Державна політика та скринінг в Україні

З 2024 року в Україні впроваджуються елементи організованого онкоскринінгу, згідно з Національним планом протидії неінфекційним захворюванням:

- Мамографія – безкоштовно для жінок старших 50 років за направленням лікаря;
- Працює електронна система запису на обстеження через НСЗУ;
- Впроваджуються навчальні програми для лікарів та пацієнток щодо самообстеження грудей.

Детальніше: phc.org.ua, moz.gov.ua

Висновки

- Рак молочної залози виліковний, якщо виявити його на ранній стадії.
- Відповідальне ставлення до власного здоров'я – ключ до профілактики.
- Кожна жінка повинна знати свою групу ризику, техніку самообстеження та регулярно проходити обстеження.

Якщо ви жінка віком 40+ – запишіться на мамографію вже сьогодні. Це може врятувати вам життя.