Рак молочной железы – самый распространенный вид онкологии во всем мире. Ежегодно диагностируется приблизительно 1,3 миллиона новых случаев рака. При этом чаще всего (в 50% случаев) патологию выявляют на 2 стадии. Несмотря на то, что современная диагностика позволяет обнаружить изменения на микроуровне, когда клинические проявления патологии отсутствует и злокачественное новообразование находится в пределах 4-5 мм, многие женщины попадают на прием к онкологу-маммологу с ярко выраженной симптоматикой и довольно запущенными стадиями заболевания. В связи с тем, что приблизительно в 25% клинических случаев онкология выявляется на 3 и 4 стадиях смертность от данного заболевания по-прежнему остается довольно высокой. Опасность рака молочной железы заключается в том, что в течение длительного времени (на начальных стадиях) патология может протекать бессимптомно, а спровоцировать стремительный рост опухоли может даже плановое лечение межпозвоночной грыжи.Рак молочной железы (РМЖ) занимает лидирующее место по заболеваемости и смертность в России и в мире. Согласно статистике, каждая четвертая россиянка умирает из-за осложнений, вызванных прогрессированием злокачественных новообразований. При этом на РМЖ приходится около 25% всех выявленных онкологических заболеваний. Ключевыми факторами риска развития рака молочной железы являются: возраст старше 40-45 лет, наследственная предрасположенность (наличие РМЖ у ближайших родственников – мамы, сестры, бабушки), отсутствие родов или поздние первые роды, раннее менархе (первая менструация до 11 лет) и поздняя менопауза (старше 55 лет), плотный тип молочных желез, прием гормонозаместительной терапии, а также наличие лишнего веса, ожирение, курение, злоупотребление алкоголем, травмы груди и избыточные инсоляции. Основу профилактики рака молочной железы составляют три основных правила: минимизация факторов риска (отказ от пагубных привычек, рациональное питание, активный образ жизни), регулярные самообследования молочных желез и профилактические осмотры врача-маммолога скрининг (маммоскрининг). Интересно, что рак молочной железы – это один из немногих видов рака, который можно заподозрить с помощью самодиагностики. В данном случае речь идет о пальпационном самообследовании. Женщинам любого возраста следует каждый месяц проводить осмотр и обследование груди. Самодиагностику необходимо выполнять на 3-7 день от начала менструации (если женщина находится в климактерическом периоде, то для самообследования нужно выбрать любой день и выполнять обследования с интервалом в 30 дней).
Что касается профилактических обследований, то, даже при отсутствии жалоб, женщинам рекомендуется раз в год посещать консультации маммолога. К сожалению, на начальных стадиях большинство пациенток не отмечают характерных симптомов заболевания и каких-либо изменений самочувствия, поскольку болезнь протекает бессимптомно и обнаружить ее возможно только с помощью рентгенологических или ультразвуковых методов диагностики. Однако РМЖ может начать стремительно развиваться под воздействием некоторых внешних обстоятельств (стрессов, ультрафиолетового излучения и других), на фоне приема некоторых медикаментов и даже витаминов.
Так, например, пациентка Маммологического центра L7 узнала о том, что у нее рак после лечения грыжи межпозвоночных дисков. На прием к специалисту

Маммологического центра L7 обратилась пациентка С., 63 года, с жалобами на уплотнение в груди слева, которое она заметила 2 недели назад. Анамнез по онкологии не отягощен, однако у пациентки наблюдается избыточный вес. При осмотре в зоне беспокойства кожа красная, в ходе УЗИ данной области был обнаружен метастаз лимфоузла до 4 см с прорастанием в кожу. Основное новообразование локализовано в более глубоких структурах тканей, достигает 3 см. Предположительно, подобное образование растет в течение нескольких лет, однако до данного эпизода пациентка С. не отмечала жалоб. Накануне визита к маммологу пациентка С. проходила лечение в неврологическом отделении по поводу грыжи межпозвоночных дисков. Получала капельницы, уколы и витамины группы В, которые запустили процесс прогрессирования опухоли.

Данный клинический случай демонстрирует огромную значимость профилактических маммологических обследований. Превентивная диагностика особенно важна для женщин, находящихся в группе риска: пациентки старше 40-45 лет, пациентки с отягощенным анамнезом, а также женщины с избыточным весом. При появлении тревожных симптомов, например, болезненного или безболезненного образования в груди, изменения очертаний молочной железы, втянутости соска, боли в ореоле, уплотнения лимфатических узлов в подмышечной впадине, следует незамедлительно обратиться к специалисту и не заниматься самолечением.

«Успех терапии и быстрота выздоровления напрямую зависят от стадии, на которой был выявлен рак молочной железы. При обнаружении новообразования на 1-ой стадии 5-летняя выживаемость приближается к 100%, на 2-ой стадии – к 93%, на 3-ей – к 72%, выживаемость при метастатическом раке 4-ой стадии составляет 22%. Современные методы лечения позволяют эффективно лечить РМЖ, не прибегая к мастэктомии. Абсолютное большинство женщин после терапии возвращаются к привычной жизни и находятся в ремиссии десятки лет, занимаясь любимым делом, воспитывают детей и не вспоминают о раке. Для того, чтобы избежать тяжелых осложнений и губительных последствий для здоровья, очень важно позаботиться о своем организме уже сейчас и найти время для того, чтобы пройти профилактическое обследование. Помните, что 99% женщин могут излечиться от рака при обнаружении болезни на ранней стадии. Всего 30 минут в год позволят вам избежать длительного лечения, беспокойства и переживаний» – отметила главный врач Маммологического центра L7 Тамаева Фатима Арслановна.