



Застапеноста на карцином на дојка во општина Кочани

Д.Јованчевска, Г.Панова

ЈЗО-Општа болница-Кочани, ФМН-Штип



- Здравствената заштита на жената, особено во репродуктивниот период зазема исклучително место во здравствената заштита на еден народ. Мерките што се превземаат на овој план се многу значајни и карактеристични.

Овој период е време кога се појавуваат и многу други заболувања, кои се и најголемиот проблем во животот на жената. Најчести заболувања кои се среќаваат кај женската популација се карцином на утерус и на дојка.

Карцином на дојка е современа болест која се јавува кај голем број на жени од различни возрасти и генерации, но докажано е дека овој тип на карцином најчесто се јавува кај жени од **35 - 50** год иако не се поштедени и другите возрасти. Карциномот на дојка освен кај жени се јавува и кај мажите кој е скоро ист како кај жените. Симптомите дијагнозата и терапијата се многу слични како кај жените така и кај мажите.

Колку е порано дијагностициран, поголеми се шансите за лечење.

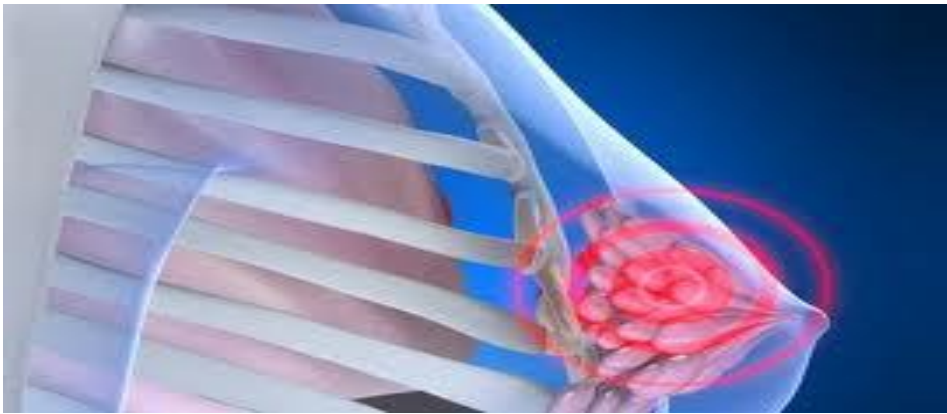
Затоа треба да бидеме внимателни и редовно да го едуцираме населението за самопреглед, симптоми, и првичен аларм за појава на оваа болест. Со појава на било кој од првични симптоми да се обратат кај својот матичен лекар.



Што е рак на дојка?

- Дојката анатомски се состои од жлездено ткиво (млечни жлезди) кое е поделено на 15-20 лобуси меѓу кои се наоѓа масно и сврзно ткиво, и од млечни каналчиња (дуктуси).
- Ракот на дојката настанува како резултат на трансформација на клетките во абнормални клетки и нивно размножување над кое нашето тело нема контрола.

Разликуваме 4 стадиуми на Ca mammae:



I стадиум: Малигниот тумор во дојката е локализиран во еден дел од дојката без ширење во локалните структури на градата или пак во околните лимфни јазли (аксиларни, меѓуребрени, супраклавикуларни). Обично е со големина од 2цм.

- **II стадиум:** Малигниот тумор во дојката е со големина од 2 – 5 цм. Постои извесно ширење односно метастазира во околните аксиларни лимфни јазли.
- **III стадиум:** Во третиот стадиум туморот е поголем од 5 цм и метастазирал во супраклавикуларните или инфраклавикуларните лимфни јазли или пак лимфни јазли на вратот.

- **IV стадиум:** Во овој стадиум туморот метастазирал во одалечени органи, најчесто во: црниот дроб, белиот дроб, коскен мозок.
- Ракот на дојка е вториот најчест рак во светот после ракот на белите дробови (10.4% од инциденцата на сите малигни неоплазми, кај двата пола).

- Во светот годишно од рак на дојка умираат повеќе од 410 000 жени, што е околу 1.6% од сите смртни случаи.
- Во Република Македонија заболени жени од рак на дојка е со стапка на инциденца од 74,8 на 100000 жени.
- Во Република Македонија ракот на дојка е на прво место кај заболените и умрените жени од рак.

Кои се факторите кои влијаат на појавата на рак на дојка?

- Возраст**
- Место на живеење**
- Социо-економско ниво**
- Репродуктивни фактори**
- Раната менарха**
- Касната менопауза може двојно да го зголеми канцер-ризикот.**

- **Возраста на првата комплетно завршена бременост**
- **Паритетот или вкупниот број родени деца**
- **Нулипаритетот т.е. нераѓањето**
- **Доење – фактор за заштита од рак на дојката.**
- **Хормонални фактори**
- **Контрацептивни средства**
- **Фамилијарна анамнеза**
- **Стил на живот**

- Во општина Кочани во последно време е зголемен бројот на оперирани болни со Карцином на дојка.

- 2008год.оперирани се 20 жени и 1 маж.

Од кои најстарата е 70г.а најмладата е 23 год.

- 2009год.оперирани се 18 жени од кои најстарата 77 год.а најмладата е 18 г.
- 2010год.до август-се оперирани 19 жени од кои најстарата е 77год а најмладите 2 се по 18 год.
- Од прикажаните резултати се гледа дека возрасната граница за појава на карцином на града се поместува и ја зафаќа помладата генерација.

- Како може да се превенира ракот на дојката?
- Промена на лошите навики на живеење, кои се поврзани со ризикот од ова заболување (пушење, неправилна исхрана, физичка неактивност);
- Рано дијагностицирање:
- месечна самопроверка на дојките, ехо преглед,
- мамографија секои 2 години кај жени на возраст од 40-50 г.и еднаш годишно или почесто кај жени над 50 год.
- жени со фамилијарна историја на рак на дојка,
- бенигни лезии на дојките или претходна дијагноза на оваа болест.

- Вклучување на здравствените организации и здравствените работници од примарната здравствена заштита со поддршка и помош на секундарната и терциерната здравствена заштита, како и на високоспецијализираните стручни институции од областа на онкологијата во сузбивање на малигните неоплазми на дојка;
- Поддршка од меѓународните организации за научни истражувања од оваа област и спроведување на **превентивните програми.**

- **Самопреглед на дојки**
- Месечната самопроверка на дојките треба да претставува основна и редовна превентивна, систематска мерка која треба да ја спроведува секоја жена.
- **Како да се направи самопреглед на дојките?**
- Самопрегледот на дојките треба да се изведува во периодот од петтиот до десеттиот ден по почетокот на менструацијата. Жените во менопауза треба сами да си одредат еден ден во месецот за самопреглед и по можност, секогаш да ги прегледуваат своите дојки истиот ден.



Чекор 1

Соблечете се до половина, застанете пред огледало на добра светлина и спуштете ги рацете покрај телото. Спуштете го погледот на одразот на дојките во огледалото.

Почнете да ја истражувате нивната големина, изглед, кожа и брадавките.

Забележете дали има оток, набори на кожата, црвенило или нешто слично.



Чекор 2

Ставете ги рацете на колкови и повторно проверувајте го истото од претходно: оток, црвенило, промена на формата, промена на брадавките, набори на кожата или други неправилности.



Чекор 3

Ставете ги рацете над главата и внимателно набљудувајте ги дојките од двете страни во профил за да видите дали има некои промени во големината и симетријата на дојките, но не заборавате на фактот дека кај сите жени едната дојка секогаш е поголема од другата.



Чекор 4

Почнете со кружни движења на врвовите на четирите прсти од едната рака да пипате една од дојките и пазувите во правец на движењето на стрелките на часовникот. Барате дали има некои грутки или дали се необично тврди.

Истото го правите и со брадавката и внимаваате дали ќе се појави некој исцедок. Секогаш проверувајте ги двете дојки.

Чекор 5

Легнувате на рамна површина.

Под левото рамо ставате перниче и левата рака ја носите под главата.

Со врвовите од прстите на десната рака ја пипкате левата дојка и барате промени во неа или брадавката. Нормално е да опипате цврста ивица на долната страна на дојката.

Истото го повторувате и на другата страна, а секогаш ја проверувате и брадавката.



- **На што треба да внимавате за време на самопрегледот на дојките?**
- Секоја сомнителна грутка во дојката или под пазувата;
- Секоја грутка која не минува и не се намалува после менструацијата;
- Секоја промена во големината, формата или симетријата на дојките;
- Задебелување или отекување на дојките;
- Промени на кожата на дојката или на брадавката;
- Лачење од брадавката на било која течност освен млеко;
- Болки во брадавката;
- Повлекување на брадавката кон внатрешноста на дојката;
- Секоја друга промена на дојката која ве загрижува.

ГРИЖЕТЕ СЕ ЗА СВОЕТО ЗДРАВЈЕ



ВИ БЛАГОДАРАМ НА ВНИМАНИЕТО

