

Основные факторы риска развития рака молочной железы:

- отягощенная наследственность-рак молочной железы у близких родственниц по материнской линии;
- различные доброкачественные заболевания молочной железы, в том числе мастопатия;
- возраст (частота выявления рака молочной железы увеличивается у женщин старше 40-45 лет);
- гормональные нарушения, отсутствие родов, поздние первые роды, неполнценная лактация;
- хронические стрессовые ситуации.

Наиболее распространенным заболеванием груди является мастопатия. Это доброкачественное изменение ткани молочной железы, которое может стать «почвой» для развития рака. Различают диффузную (когда равномерно поражается ткань железы) и узловую, сопровождающуюся образованием отдельных плотных узлов, формы мастопатии.

Основные симптомы мастопатии:

- нагрубание молочных желез;
- чувство тяжести и распирания;
- болезненность всей молочной железы или отдельных ее участков (в зоне расположения узла) незадолго до менструации.

! Помните: Иногда при мастопатии никаких неприятных ощущений может не быть.

Спасти свое здоровье, красоту, а иногда - жизнь помогут несложные действия: по возможности избегайте факторов риска и следите за состоянием груди.

Прежде всего, необходимо регулярно (не менее 1 раза в год) обследовать молочные железы у врача-маммолога.

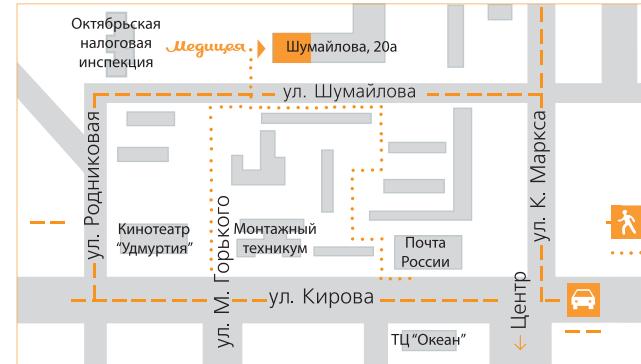
В промежутках между посещениями врача - проводить ежемесячное самообследование (занимает несколько минут), фиксировать появление симптомов мастопатии.

ЗАПИСЬ НА ПРИЕМ: MEDICEYA.RU

Помните, самообследование не заменяет визит к специалисту, но помогает выявлять патологические изменения на ранних этапах их развития.

Часто бывает так, что, обнаружив изменения в молочной железе женщина боится идти к специалисту: «А вдруг найдут что-то страшное?». Врачи и их бывшие пациентки призывают: не бойтесь. Чем скорее Вы обратитесь за помощью, тем гарантированнее благополучный исход. Даже при самом неприятном диагнозе на ранних этапах удается не только снизить риск тяжелых последствий, но и провести минимально травматичное, органосохраняющее, хирургическое лечение.

Приходите к нам и будьте здоровы!



MEDICEYA.RU + 7 (3412) 65-51-51

Ижевск, ул. Шумайлова, 20а

ПН-ПТ 7:00-21:00 | СБ 8:00-18:00 | ВС 9:00-18:00

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ
НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

#СЗАБОТОЙОСЕБЕ



**САМООБСЛЕДОВАНИЕ
МОЛОЧНЫХ ЖЕЛЕЗ**

 **МЕДИЦЕЯ**
В СПЕКТРЕ ЭНЕРГИЙ ЗДОРОВЬЯ

Ижевск, ул. Шумайлова, 20а
+ 7 (3412) 65-51-51

ЗАПИСЬ НА ПРИЕМ: MEDICEYA.RU

Самообследование молочных желез

Дорогие женщины, обращаем Ваше внимание, что обследование лучше проводить в один и тот же день менструального цикла, так как в течение месяца происходят изменения размера и структуры груди.

Самое подходящее время - **на 6-12 день от начала менструации**, когда молочная железа находится в расслабленном состоянии.

Осмотр

Стоя перед зеркалом, вначале руки опущены вдоль туловища (Рис. 1), затем - руки над головой (Рис. 2), осмотрите по очереди молочные железы. Обратите внимание на следующие моменты:

- форму, объем желез, наличие втянутости или выхухания;
- состояние кожи - покраснения, появление участков с плотным отеком по типу «лимонной корки»;
- состояние сосков - изменение формы, цвета сосков, появление втянутости, язвочек.



Рис. 1



Рис. 2

Пальпация (ощупывание)

Пальпация проводится подушечками трех сомкнутых пальцев пружинящими движениями, по кругу. Большой палец в пальпации не участвует.

Этап 1

В положении стоя аккуратно надавливая подушечками пальцев, прощупайте всю молочную железу (Рис. 3).

Начните с верхней внешней четверти и далее продвигайтесь по часовой стрелке (Рис. 4). Это даст возможность выявить неоднородность ткани, более плотные/тяжистые участки, объемные образования.



Рис. 3

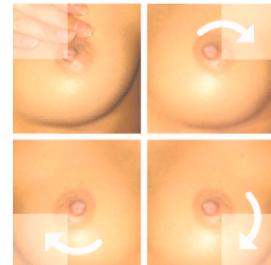


Рис. 4

Этап 2

В положении стоя, руку на стороне исследования положить на талию (Рис. 5), нащупайте пальцами лимфоузлы в области подмышек. **Обратите внимание на размер и болезненность лимфоузлов!**



Рис. 5



Рис. 6

Этап 3

В положении стоя сожмите каждый сосок между большим и указательным пальцами (Рис. 6).

Появляются ли при этом выделения из соска?



Рис. 7

Этап 4

В положении лежа, руку на стороне исследования положить за голову (Рис. 7), аккуратно надавливая подушечками пальцев, проверить всю железу (как на этапе 1).

Это даст возможность выявить неоднородность ткани, объемные образования, особенно в нижних участках железы.

В случае обнаружения любых изменений - срочно к врачу!

Чем быстрее Вы «перехватите» патологический процесс, тем больше шансов на благополучный исход.

Женская грудь...

Символ женственности и материнства, красоты и нежности...

Скольких замечательных эпитетов удостоен этот орган!

Но, к огромному сожалению, последние два десятилетия врачи все чаще упоминают о нем как о сосредоточении бед.

Как следует из статистических данных, рак молочной железы в последние годы является наиболее частой причиной смертности женщин даже молодого возраста!

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.