

Национална кампания
за ранна диагностика
на онкологични
заболявания



МИНИСТЕРСТВО НА
ЗДРАВЕОПАЗВАНЕТО

СПРИ и се прегледай!
Твоето здраве е в твоите ръце!



РАК НА ГЪРДАТА Как да се предпазим



Европейски съюз

ПРОЕКТ BG051PO001-5.3.02-0001-C0001
„СПРИ и се прегледай”

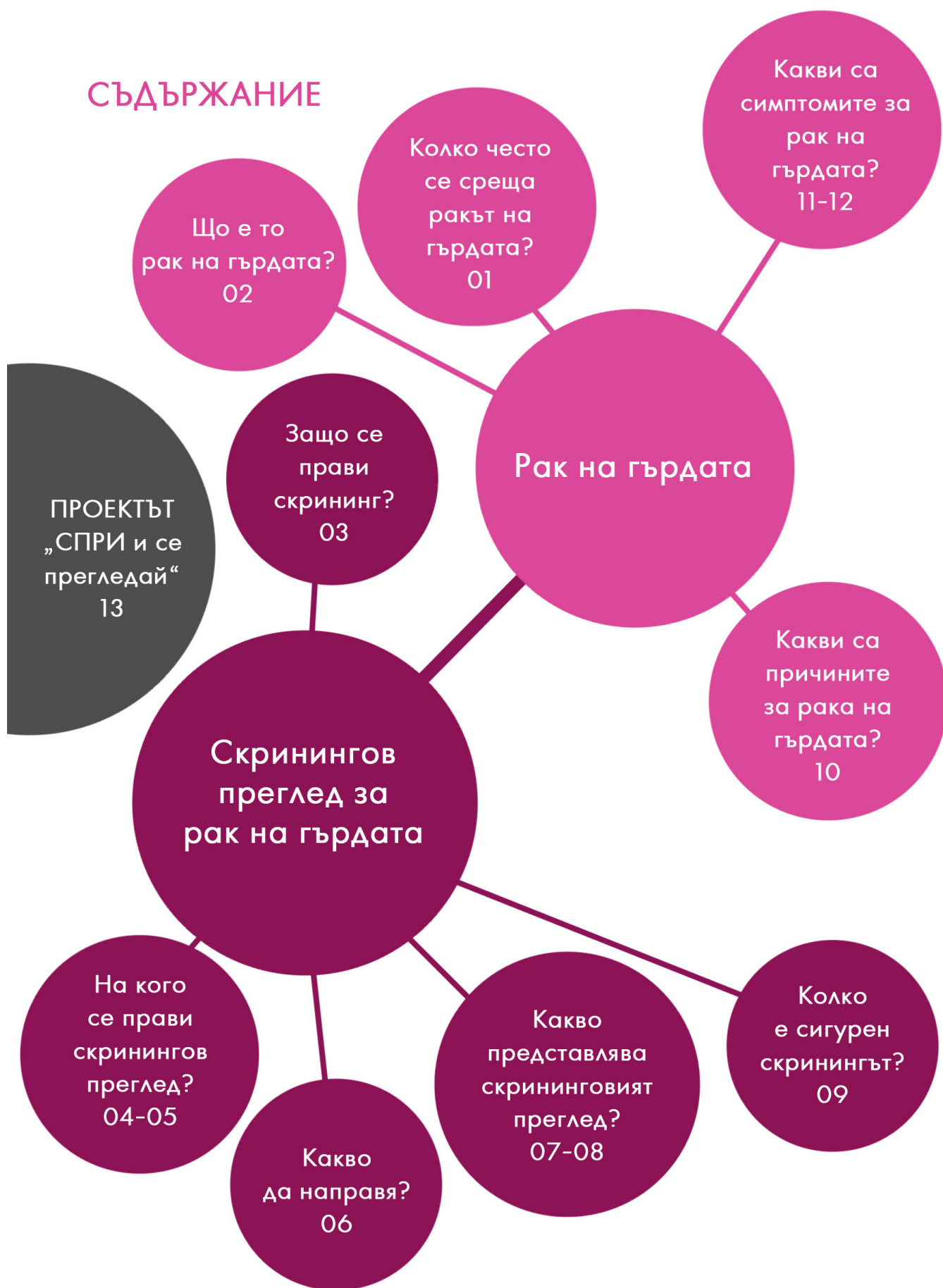
Проектът се осъществява с финансовата подкрепа на
Оперативна програма „Развитие на човешките ресурси”,
съфинансирана от Европейския социален фонд
на Европейския съюз.

Инвестира във вашето бъдеще!



Европейски социален фонд

СЪДЪРЖАНИЕ



КОЛКО ЧЕСТО СЕ СРЕЩА РАКЪТ НА ГЪРДАТА?

Заболяването се развива при 1 от всеки 8 американки, 1 от 12 западноевропейки и 1 от 22 българки.

Новодиагностицираните случаи се увеличават средно с 1-2% годишно и 1 500 000 жени ежегодно в света развиват рак на гърдата.

3 655 случая
на заболяли за
2010¹ г.

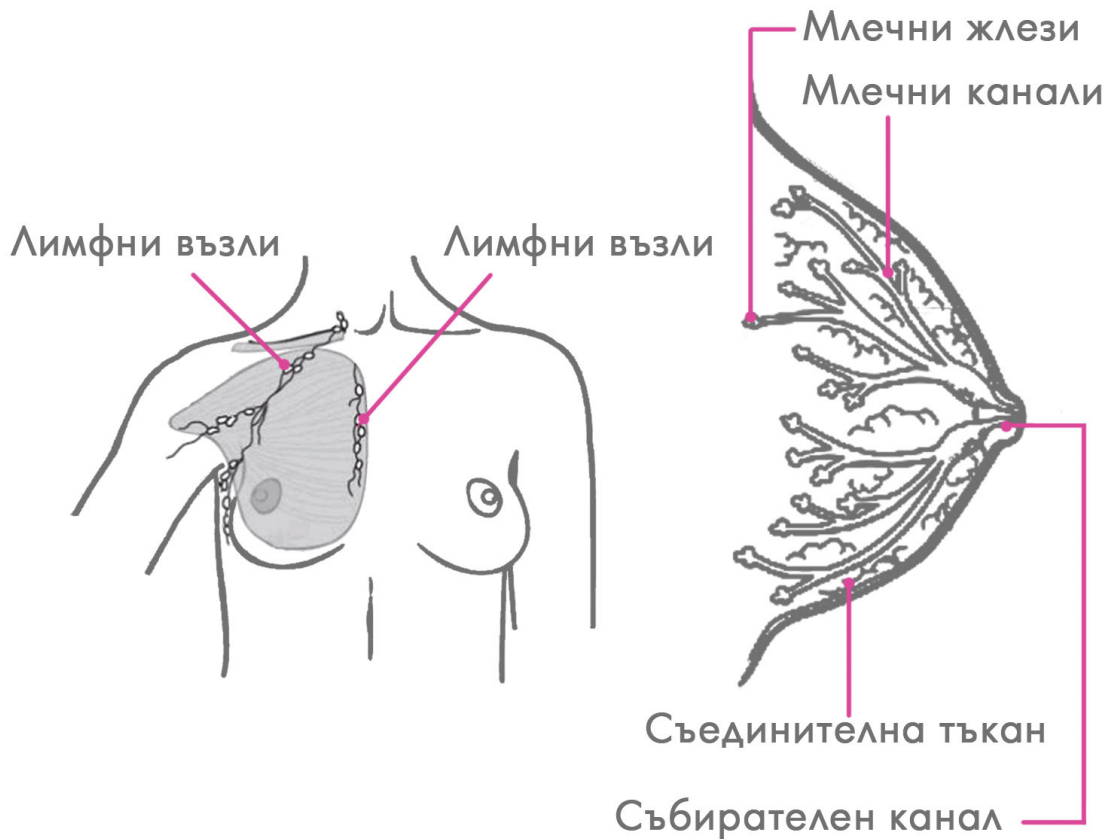
РАКЪТ НА ГЪРДАТА е най-честият злокачествен тумор при жените у нас и в повечето развити страни (25% от всички злокачествени заболявания).

Броят на случаите на заболяли от рак на гърдата в България нараства през годините.



¹ Данните за 2010 г. са най-скорошната статистика, официално публикувана от Национален Раков Регистър през 2012 г.

ЩО Е ТО РАК НА ГЪРДАТА?



Женската гърда е изградена от млечни жлези, млечни канали, мастна и съединителна тъкан и кръвоносни и лимфни съдове. В повечето случаи ракът на гърдата се появява в клетките, които покриват стените на млечните канали, но той може да започне и от тези, покриващи млечните жлези.

Възможно е злокачествени клетки да попаднат и в лимфните възли в гърдата, като тогава вероятността да навлязат в кръвоснабдителната система и да засегнат други органи в тялото е много по-висока.

ЗАЩО СЕ ПРАВИ СКРИНИНГ?



ЗДРАВА



БОЛНА

Скринингът е най-успешният съвременен начин за предпазване от рак на гърдата. Целта му е ранното откриване на туморни образувания, преди те да се проявят клинично, включително напипването им.

Ракът на гърдата е бавнопрогресиращо заболяване и статистиката показва, че малките тумори представят болестта в ранната ѝ фаза, когато лечението им е най-успешно. В тази фаза те могат да бъдат открити чрез участие в организирани скринингови прегледи, като в повечето случаи към дадения момент няма никакви симптоми, предполагащи наличието на изменения.

Организираните скринингови прегледи са доказали своята ефективност в повечето напреднали страни.



НА КОГО СЕ ПРАВИ СКРИНИНГОВ ПРЕГЛЕД?

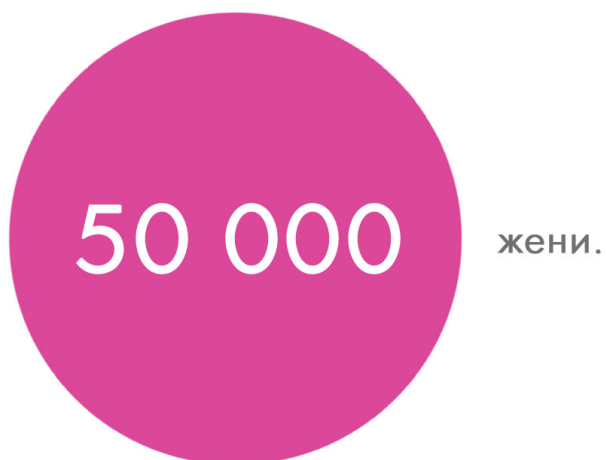


Първоначално скрининг се прави веднъж годишно. Впоследствие изследването трябва да продължи веднъж на три години.

Скринингът за рак на гърдата осигурява най-добра защита, ако се провежда редовно.

В ИЗПЪЛНЕНИЕ

на проект „СПРИ и се прегледай“ (Национална кампания за ранна диагностика на онкологични заболявания) от Министерство на здравеопазването до края на 2013 г. покана по куриер ще получат



Скрининговите прегледи са безплатни. Жените, които трябва да бъдат изследвани, ще получат покана за явяване на преглед.

Първите покани следва да бъдат изпратени до края на м. юни 2013 г. Ако не получите покана за участие в първия етап на програмата, то Вие може да бъдете поканени в един от следващите етапи.

КАКВО ДА НАПРАВЯ?

Ако получите покана за скринингов преглед за рак на гърдата, Вие трябва да се явите в избрано от Вас регистрирано лечебно заведение в срок до

4
СЕДМИЦИ

от датата на Вашата покана. След изтичането на този срок Вашият уникален номер, който е ясно обозначен на поканата Ви, няма да бъде валиден и Вие няма да имате право на безплатен преглед.

Информация за регистрираните лечебни заведения можете да намерите в поканата си, на интернет адрес

www.nsr.mh.government.bg

или ако се обадите във Вашата регионална здравна инспекция.

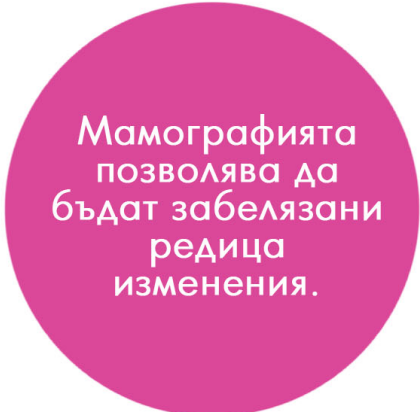
Ако сте отсъствали от дома си и куриерът не е успял да Ви връчи лично поканата, то на вратата Ви ще бъде поставен стикер с информация за обратна връзка. Следва да се обадите на посочения телефон, за да получите своята покана за безплатен преглед.



ИМАТЕ ПРАТКА
ОТ МИНИСТЕРСТВОТО
НА ЗДРАВЕОПАЗВАНЕТО -
БЕЗПЛАТЕН ПРЕГЛЕД
тел.

КАКВО ПРЕДСТАВЛЯВА СКРИНИНГОВИЯТ ПРЕГЛЕД?

Скрининговият преглед за предпазване от рак на гърдата се състои в извършването на мамография на двете млечни жлези при жени над 50-годишна възраст. Мамографията представлява рентгеново изследване, което изобразява структурата на гърдите.



Мамографията
позволява да
бъдат забелязани
редица
изменения.

Провеждането му изисква жената да застане между рентгеновата тръба и рентгеновия филм, който проектира образа. В повечето случаи се извършва заснемане на всяка гърда поотделно, като това позволява структурата на гърдите да бъде разглеждана от различен ъгъл.

Желателно е прегледите да се извършват редовно. Рентгеновите образи на всяка жена и тяхната оценка се съхраняват за целия период на програмата, което дава възможност за проследяване на настъпващите изменения в структурата на млечните жлези и правилната им интерпретация.

Информация за Вашия резултат ще получите при избрания от Вас специалист или на страницата на Националния скринингов регистър (www.nsr.mh.government.bg), като използвате Вашия уникален пациентски номер, който можете да откриете на поканата си за преглед.

Скрининговите прегледи за рак на гърдата имат и своите недостатъци, които, наравно с ползите, залягат в задължителните правила за добра медицинска практика. Тези недостатъци включват:

Притеснения от самото явяване на изследването, които в повечето случаи преминават много бързо.

Възможно е мамограмата да изглежда нормална, но въпреки това да има изменения. В тези случаи е важно да внимавате за появата на симптоми до следващото изследване. Възможно е и мамограмата да покаже заболяване, а такова да няма. Тогава ще бъдете насочени за още изследвания.

Минимално лъчево натоварване в резултат от рентгеновото лъчение от мамографа. Важно е да предупредите избрания от Вас специалист, ако сте бременна или кърмите.



КОЛКО Е СИГУРЕН СКРИНИНГЪТ?

Ефикасността на скрининга на рака на гърдата е доказана с резултатите от редица контролирани изследвания на случаен принцип. Заключение от всички тях е препоръката за провеждане на редовни мамографски прегледи като неделима част от превантивната медицина.

Въпреки доказаната ефективност на скрининга той може да пропусне някои случаи на заболяването. Поради това е необходимо редовното участие в организираните прегледи, за да може всичко, което е било пропуснато при едно изследване, да се открие при следващото, преди да е имало време да се развие в рак.

В Англия, например, скрининговият преглед спасява около

1400²



жени
годишно.



²По данни на Cancer Research UK, Великобритания.

КАКВИ СА ПРИЧИНИТЕ ЗА РАКА НА ГЪРДАТА?

Необичайно дълго излагане на естроген

Естрогенът се произвежда в тялото през репродуктивния период на жената, тоест, от първия цикъл до навлизане в менопаузата. При жени, при които първият цикъл е дошъл сравнително по-рано, а менопаузата по-късно от обичайното, рискът от заболяване от рак на гърдата е по-голям.

Възраст

С увеличаване на възрастта се увеличава и рискът от заболяване.

По-плътна гръдна тъкан

Наднормено тегло

Жени с менопауза, които имат наднормено тегло или дори затлъстяване, са изложени на по-голям риск. Според учените нивото на естроген в тялото им е по-високо, което може да обясни и по-високия риск.

Хормонално-заместителни лечения

Излагане на радиационни облъчвания от медицински скенери – рискът от заболяване е много слабо повишен от подобни облъчвания.

Предишни заболявания от рак на гърдата

Консумация на алкохол

Предходно наличие на определен тип бучки в гърдата

КАКВИ СА СИМПТОМИТЕ ЗА РАК НА ГЪРДАТА?

За съжаление, симптомите при рак на гърдата, както при повечето ракови заболявания, са трудно разпознаваеми.

Най-честите специфични оплаквания са:

Подутини и бучки на гърдата

Промяна в размера или формата на гърдата

Промяна в текстурата или цвета на кожата – зачервяване и вид на портокалова кожа

Промяна в зърното, например вдлъбване или обриви

Неравности по кожата на гърдата

Болка в гърдите и подмишниците, която не е свързана с обичайната болка преди менструален цикъл.

Кожата около зърното или на цялата гърда започва да се напуква и бели.

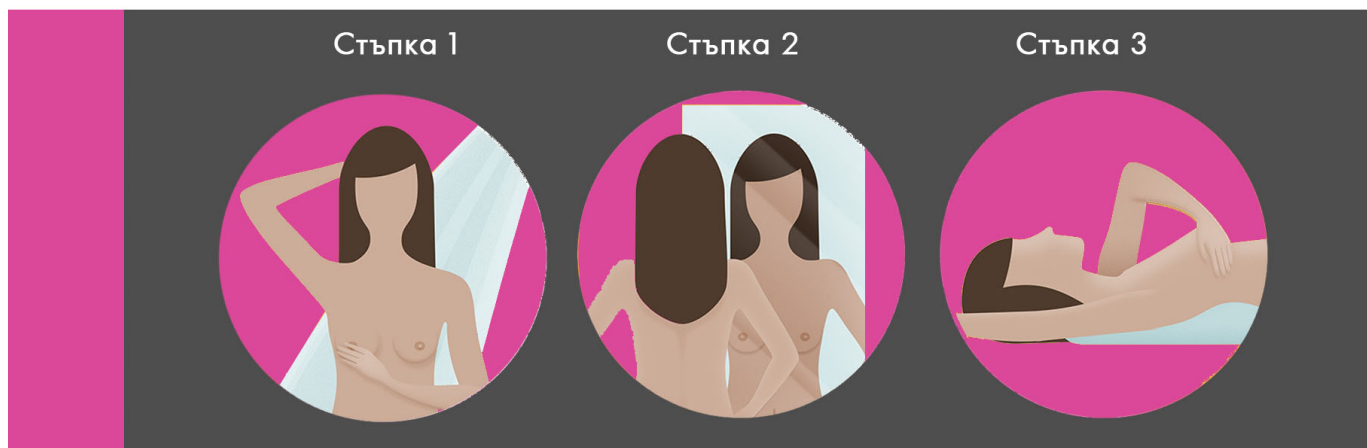
Изтичане на чисти течности или кръв от зърното

Самостоятелният преглед всеки месец е изключително важен, тъй като той ще Ви позволи да се запознаете с тялото и гърдите си и да забележите, ако настъпят промени. Прегледът се изпълнява преди клиничния преглед и мамографията, без да ги замества.

Стъпка 1: Под душа - с върха на пръстите си опипайте гърдите, като започнете от подмишниците и продължете чрез кръгови движения към центъра на гърдата. Ако усетите бучка или по-твърда част от гърдата, се консултирайте незабавно с Вашия лекар.

Стъпка 2: Пред огледалото - поставете ръцете си до тялото и огледайте гърдите си в огледалото. Гледайте за промени в контура на кожата, подувания, набръчквания или промяна в зърната. Повторете същото с ръце, вдигнати над главата, и с ръце на кръста, като стягате гърдите си.

Стъпка 3: В легнало положение - легнете по гръб с ръце, изтегнати над главата. Поставете възглавница под лявото рамо и с дясната ръка опипайте лявата гърда. Повторете за дясната гърда.



ПРОЕКТЪТ „СПРИ и се прегледай“

Проектът “СПРИ и се прегледай” се реализира с финансовата подкрепа на Оперативна програма „Развитие на човешките ресурси 2007-2013”, съфинансирана от Европейския социален фонд на Европейския съюз.

Общата цел на проекта е подобряване трудоспособността, повишаване продължителността на активния трудов живот на населението и поддържане на здрава работна сила, оптимизиране на здравните и социални разходи чрез увеличаване на относителния дял на откритите и насочени за лечение случаи в предклиничен и ранен стадий на заболяване от рак на маточната шийка и гърдата при жените и рак на дебелото и правото черво при двата пола.

Конкретните дейности по проекта са насочени към изграждането на Национален скринингов регистър, който ще стане база за провеждането на безплатни скринингови прегледи за ранното откриване на трите вида рак на национално ниво.

Към настоящия момент проектът е в етап на финализиране на информационната система, необходима за изграждането на регистъра. Предстои до края на годината 400 000 българи да бъдат поканени за участие в скринингови прегледи.

Настоящият документ е изготвен с финансовата помощ на Европейския социален фонд на Европейския съюз. Министерство на здравеопазването носи цялата отговорност за съдържанието на настоящия документ и той при никакви обстоятелства не може да се приеме като официална позиция на Европейския съюз или Агенцията за социално подпомагане.



СПРИ и се прегледай!
Твоето здраве е в твоите ръце!



Повече информация за проекта можете да намерите на:

www.nsr.mh.government.bg
www.facebook.com/spriisepregledai