

15 октября 2020 года Всемирный День борьбы против рака молочной железы



Всемирный День борьбы против рака молочной железы

Ежегодно, начиная с 1985 года, в мире проводится месячник борьбы против рака молочной железы. Первоначальной целью этих мероприятий была популяризация маммографии, как одного из наиболее эффективных и информативных методов ранней диагностики рака молочной железы.

В 1993 году Всемирная организация здравоохранения учредила Всемирный День борьбы против рака молочной железы, отмечается 15 октября.

Цель проведения этого Дня – акцентирование внимания общественности на глобальных проблемах, связанных с онкологическими заболеваниями молочных желез, повышение осведомлённости населения о подходах к профилактике, раннему выявлению и лечению.

Рак молочной железы в структуре онкологических заболеваний женщин занимает первое место, причем заболеваемость постоянно растет, что связано и с увеличением продолжительности жизни, и с улучшением качества диагностики. Ежегодно в мире выявляется 1 250 000 случаев заболевания раком молочной железы. По данным Российского онкологического научного центра им. Н.Н. Блохина, ежегодно в России выявляется около 50 тысяч случаев рака груди, что составляет примерно пятую часть от всех опухолей у женщин. Более 40% случаев рака груди диагностируется на поздних стадиях. Ежегодно от рака груди умирает более 20 000 россиянок. Болезнь стремительно молодеет: все чаще она обнаруживается у людей в возрасте до 40 лет. Каждая 8-я женщина на протяжении жизни рискует заболеть раком молочной железы. 90 % всех случаев рака молочной железы диагностируется у женщин после 40 лет. Максимальная заболеваемость отмечается в возрастном интервале 40-60 лет. В этот период происходят гормональные изменения, что обуславливает снижение защитных возможностей и устойчивости гормональной системы. Рак молочных желез встречается и у мужчин. Многие мужчины даже не подозревают о возможности развития у них такого заболевания. Именно поэтому они не сразу обращаются к врачам, что ведет к поздней диагностике, несвоевременному началу лечения и плохим терапевтическим результатам.

На сегодня единственный надежный способ борьбы против рака молочной железы – превентивная диагностика (на доклинической стадии). Общей задачей, в том числе, для медицинских работников первичного звена здравоохранения, является проведение активного разъяснения населению важности регулярного прохождения скрининговых обследований, обучение методам самообследования (в т.ч. молочных желез).



В рамках программы государственных гарантий оказания гражданам бесплатной медицинской помощи в Московской области, как и во всей Российской Федерации проводится диспансеризация определенных групп взрослого населения и профилактические медицинские осмотры (Приказы Министерства здравоохранения Российской Федерации от 15.03.2019 № 124н «Об утверждении порядка проведения диспансеризации определенных групп взрослого населения»), основной целью которых является осуществление комплекса мероприятий, направленных на формирование, сохранение и укрепление здоровья населения, предупреждение развития и снижение заболеваемости, предотвращение преждевременной смертности в трудоспособном возрасте, увеличение активного долголетия, проведение скринингового обследования населения в основном направленное на раннее выявление онкологических заболеваний.

Скрининг злокачественных новообразований подразумевает выявление опухолей у населения на бессимптомной стадии и направлен на борьбу, как с самими онкологическими заболеваниями, так и с их нежелательными последствиями, т.е. на предотвращение онкологических заболеваний вообще, и смертности от них в частности.

В группу риска развития рака молочной железы включают женщин, у которых отмечаются:

- Позднее появление менструаций (17 лет и более) и, напротив, раннее появление (ранее 12 лет);
- Поздняя менопауза (55 лет и старше);
- Отсутствие родов;
- Поздние первые роды (после 35 лет);
- Доброкачественные опухоли молочной железы;
- Дисфункциональные нарушения яичников;
- Имеется анамнез других онкологических заболеваний;

Основные факторы риска развития рака молочной железы делятся на неизменяемые и изменяемые. К первым относят:

- **Возраст:** чем женщина старше, тем больше вероятность заболевания. Резкое увеличение заболеваемости отмечается после 40 лет, достигая максимума к 65 годам, но рак молочной железы, развившийся в более молодом возрасте, более агрессивен!
- **Пол:** 99% случаев рака молочной железы диагностируется у женщин.
- **Семейный анамнез заболевания:** при наличии заболевания у матери, родных сестёр, риск возникновения рака возрастает.
- **Мутации генов BRCA1 или BRCA2** примерно в 2-раза повышают риск развития рака молочной железы, по сравнению с женщинами без этих генетических мутаций.

К изменяемым факторам риска развития рака молочной железы относят:

- **Воздействие радиации,** при этом следует помнить, что доза, которую женщина получает во время профилактических осмотров в рентгеновском кабинете, считается безопасной;
- **Избыточная масса тела и ожирение** в постменопаузе;
- **УФО-облучение,** включая длительное пребывание на солнце;
- **Курение.** Прямая связь между курением и пассивным вдыханием табачного дыма и развитием рака молочной железы доказана. Риск развития рака молочной железы особенно высок у женщин, которые начали курить до рождения первого ребенка;
- **Воздействие канцерогенов.** На сегодняшний день имеются данные, которые подтверждают связь между раком молочной железы и полициклическими ароматическими углеводородами (ПАУ) и полихлорированными бифенилами (ПХБ);
- **Работа в ночное время.** Результаты нескольких исследований показывают, что женщины, которые работают в ночное время, например, фабричные рабочие, врачи, медсестры и полицейские, имеют более высокий риск рака молочной железы по сравнению с женщинами, которые работают днем;
- **Комбинированная гормональная заместительная терапия** (эстрогеном и прогестероном) увеличивает риск рака молочной железы примерно на 75%, даже если используется только в течение короткого времени.

▪

Протективные факторы в отношении здоровья молочных желез включают:

- **Беременность**
- **Кормление грудью**
- **Поддержание нормальной массы тела** (индекс массы тела в пределах 19-25) и рациональное питание
- **Достаточная физическая активность** (не менее 30 минут в день и 150 минут в неделю)

Выявление онкологических заболеваний на ранних стадиях дает возможность раннего начала лечения, что, в свою очередь, принесет хорошие результаты и увеличит шансы на выздоровление.