

Cancerul de san CE TREBUIE SA STII



Cancerul este o boala in care celulele din organism cresc fara a putea fi controlate.

Atunci cand cancerul incepe la san, este numit cancer de san.

Cu exceptia cancerului de piele, cancerul de san este cel mai frecvent cancer la femei.

Screening pentru cancerul mamar înseamnă verificarea sanilor unei femei pentru cancer înainte de a apare orice fel de simptome. O *mamografie* este o imagine cu raze X a sânului. Mamografia este cel mai bun mod de a găsi cancerul de san incipient, atunci cand este mai usor de tratat si inainte de a fi suficient de mare pentru a simti sau determina simptome.

Majoritatea femeilor care sunt de 50 până la 74 de ani ar trebui să aibă o mamografie screening la fiecare doi ani. Dacă sunteți de 40 - 49 de ani, sau credeti că ati putea avea un risc mai mare de cancer de san, adresati-vă medicului dumneavoastră, pentru a avea o mamografie screening.

Unele lucruri pot creste riscul

Dacă aveti factori de risc, s-ar putea sa aveti mai multe sanse de a face cancer de san. Discutati cu medicul dumneavoastră despre modalități de a reduce riscul si despre screening.

Factori de risc de reproducere

- varsta mai tanara(mai mica de 13 ani) atunci când ai avut prima menstruatie.
- Nicio nastere, sau varsta mai mare(30 ani) la nasterea primului copil.
- aparitia menopauzei la o varsta mai tarzie(> 55 ani).
- Utilizarea terapiei de substitutie hormonală pentru o lungă perioadă de timp.



Alti factori de risc

- femeile in varsta(> 60 ani)
- Un istoric personal de cancer la san, sanii densi, alte probleme la san.
- Un istoric familial de cancer de sân (părinte, frate, sau copil).
- Modificări în genele legate de cancerul de san (BRCA1 sau BRCA2).
- Radioterapie la san sau piept.
- Supraponderali, obezitatea mai ales dupa menopauza.

Simptomele

Unele semne de avertizare de cancer de san sunt-

- Un nodul sau dureri în san.
- Îngrosarea sau umflarea unei parti a sanului.
- Iritatie sau deprimarea unei zone in pielea sanului.
- Roseată sau piele ingrosata pe san.
- Tractionarea(deprimarea) mamelonului sau dureri în zona mamelonului.
- scurgeri mamelonare, alte fluide decât laptele matern, în special sânge.
- O schimbare în mărimea sau forma sânului.

Alte conditii pot cauza aceste simptome. Dacă aveti orice semne care vă îngrijorează, sunati medicul dumneavoastră imediat.

10 metode de prevenire

1. Evitați să deveniți supraponderală. Obezitatea crește riscul de cancer mamar după menopauză.
2. Faceți mișcare în fiecare zi. Efortul fizic reduce riscul de cancer mamar.
3. Hrăniți-vă sănătos. Mâncați cât mai multe fructe, legume, cereale integrale și consumați cât mai puține băuturi carbogazoase și grăsimi. Proteinele se pot obtine din piept de pui și pește, renunțați la carnea de porc.
4. Consumați alcool cu moderație sau deloc. Băuturile alcoolice cresc riscul de cancer mamar.
5. Evitați "terapia de substituție hormonală". Dacă totuși trebuie să luați hormoni pentru a "îmblânzi" simptomele menopauzei, evitați medicamentele cu progesteron sau utilizați-le numai 3 ani.
6. Nu fumați.
8. Dacă luați medicamente blocante ale estrogenului și aveți peste 60 de ani, consultați medicul curant asupra posibilelor efecte adverse ale unora dintre aceste substanțe.
9. Hrăniți-vă la sân copilul. Mamele care își hrănesc copilul la sân cel puțin un an au un risc mult mai scăzut de a dezvolta cancer mamar.
10. Mergeți la doctor pentru controale medicale periodice.

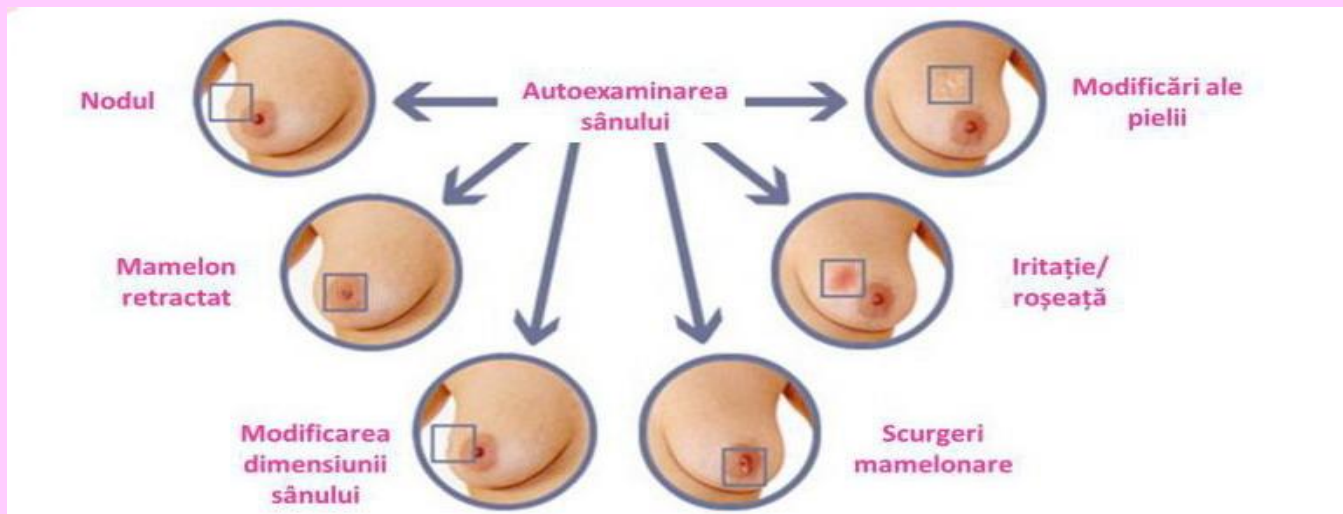
Ghid de autoexaminare a sanilor

Autoexaminarea pentru ca:

1. Este la îndemana oricarei femei
2. Este o metoda eficienta de depistare precoce A cancerului de san
3. Depistarea precoce este cea mai eficienta metoda de lupta impotriva cancerului
4. Depistarea din timp poate duce la vindecare

Cand?

1. Dupa varsta de 20 de ani autoexaminarea trebuie efectuata lunar a cancerului de san
2. Intre ziua a 5 a si a 7 a de la debutul menstruaiestiei
3. La menopauza manevra se poate efectua in oricare zi
4. Si pe durata sarcinii sau alaptarii



Cancerul de san CE TREBUIE SĂ ȘTII

Mai multe informatii:

Centru de Oncologie Drobeta Turnu Severin

Drobeta Turnu Severin, Bul Alunis 10

Tel: 0721218713/0352405337/338

Site web: <http://www.clinicaoncologieseveren.ro>



Asociația OncoCare

Drobeta Turnu Severin, Str Cicero 109A

Tel: 0722411991/0755091113

Site web: <http://oncocare-ro.webnode.ro/>