

Есть ли хоть кто-нибудь, кто не знает по крайней мере одну подругу, родственницу или коллегу с этой болезнью? В действительности большинство из нас знакомы не с одним человеком, которому был поставлен диагноз "рак груди". Сегодня у каждой девятой женщины есть риск в течение жизни услышать от врача эти слова. Причем, статистика подтверждает неуклонное возрастание числа женщин с таким заболеванием. Что это, результат старения населения? Увеличения числа людей на планете?

Увы - опасный рост заболеваемости сегодня наблюдается во всех частях света. Ученые не пришли к согласию о том, что является главной причиной этого роста. Скорее всего рак груди связан с многочисленными индивидуальными факторами риска, о которых надо знать.

Особенности репродуктивной функции

Ранняя менструация. Средний возраст, в котором молоденькие девушки в разных концах света переживают первую менструацию, очень разнится. У американских девочек менструация начинается в среднем в двенадцать лет, в Китае и других странах, с гораздо более низким уровнем заболеваемости раком груди, начало менструации приходится на возраст ближе к семнадцати годам.

По некоторым данным, у женщин, начавшим менструировать до 12 лет, вероятность заболеть раком на 20 процентов выше среднего.

Позднее рождение первого ребенка или отсутствие детей.

Считается, что для женщины, родившей первого ребенка после тридцати лет, риск заболеть возрастает почти вдвое. Среди женщин, никогда не отходивших полного срока беременности, например, из-за выкидыша или аборта, риск увеличивается также в 4 раза.

Поздний климакс. Для женщин, у которых климакс наступает после 55 лет, риск развития рака груди также удваивается.

Семейная предрасположенность

Женщина подвергается повышенному риску заболеть, если у нее есть кровная родственница (мать или сестра), которая болела раком груди. При этом если у матери злокачественное заболевание молочной

железы развилось в молодом возрасте, у вас риск заболеть больше. Если раком груди больны несколько кровных родственниц, риск возрастает еще значительно. От 5 до 7 процентов заболеваний приходится на случаи, когда болеют женщины одной семьи во многих поколениях.

Возраст

Риск развития рака молочной железы увеличивается с возрастом: вероятность составляет

| | |
|--------------------------|----------------------|
| к 25 годам - 1 из 19 000 | к 55 годам - 1 из 33 |
| к 30 годам - 1 из 2 500 | к 60 годам - 1 из 24 |
| к 35 годам - 1 из 622 | к 65 годам - 1 из 17 |
| к 40 годам - 1 из 217 | к 70 годам - 1 из 14 |
| к 45 годам - 1 из 93 | к 75 годам - 1 из 11 |
| к 50 годам - 1 из 50 | к 80 годам - 1 из 10 |

Рост

Высокие женщины подвергаются несколько большему риску заболеть, чем женщины маленького роста.

Особенности питания

По мнению ученых, не менее 40 процентов всех случаев заболевания раком прямо или косвенно связаны с особенностями питания. Риск развития рака молочной железы увеличивается при завышенной общей калорийности пищи и прежде всего при хроническом переедании жиров животного происхождения, продуктов с высоким содержанием холестерина, сахара.

Полнота

"Чем шире талия, тем короче жизнь" - утверждает поговорка. Полнота увеличивает риск заболевания раком молочной железы, особенно для женщин после 50 лет. Это связано со способностью жировых клеток выделять гормон эстроген. До наступления климакса женский организм приспособливается к этому путем сокращения эстрогена, вырабатываемого яичниками. Однако у пожилых и полных женщин такая компенсация становится все более затруднительной. Есть также мнение, что решающую роль играет не сама полнота, а то, как распределены жировые отложения по телу. Расположенные в верхней части тела (выше пояса) намного опаснее, чем в

нижней (на пояснице и ягодицах).

Низкая двигательная активность

Статистически доказано, что, например, у спортсменов ниже риск злокачественных новообразований всей репродуктивной системы.

Травмы молочных желез

Нередко сами женщины связывают появление у себя опухолевых изменений в молочных железах с предшествующей травмой.

Разумеется, сдавление, удар сами по себе не могут превратить нормальную клетку в раковую. Тем не менее исследования показали, что частота механических травм у больных раком молочной железы все-таки существенно больше. Видимо травмы, особенно повторяющиеся неоднократно, стимулируют уже имеющиеся предопухолевые или начальные опухолевые изменения.

Состояние нервной системы

Частые травмирующие психику ситуации на работе и в семье, а главное - неадекватное реагирование на них, ослабляют иммунную систему. Центральная нервная система тесно взаимосвязана с эндокринной системой человека, поэтому нервные нарушения неизбежно приводят к дисфункции эндокринных органов. Еще в 18 веке врачи называли причиной рака долгую печаль.

Радиация

Риск возникновения рака молочной железы выше у женщин, регулярно и длительно подвергающихся воздействию радиации.

Заместительная гормонотерапия

Риск заболеть раком молочной железы выше у женщин, которым во время климакса проводили гормонозаместительную терапию, особенно препаратами первого поколения, содержащими большое количество гормонов.

*Врач акушер-гинеколог, врач ультразвуковой диагностики
Будкевич Татьяна Николаевна*

Учреждение здравоохранения
«29-я городская поликлиника»

www.29gp.by

Рак груди



ФАКТОРЫ РИСКА

2023 г.