

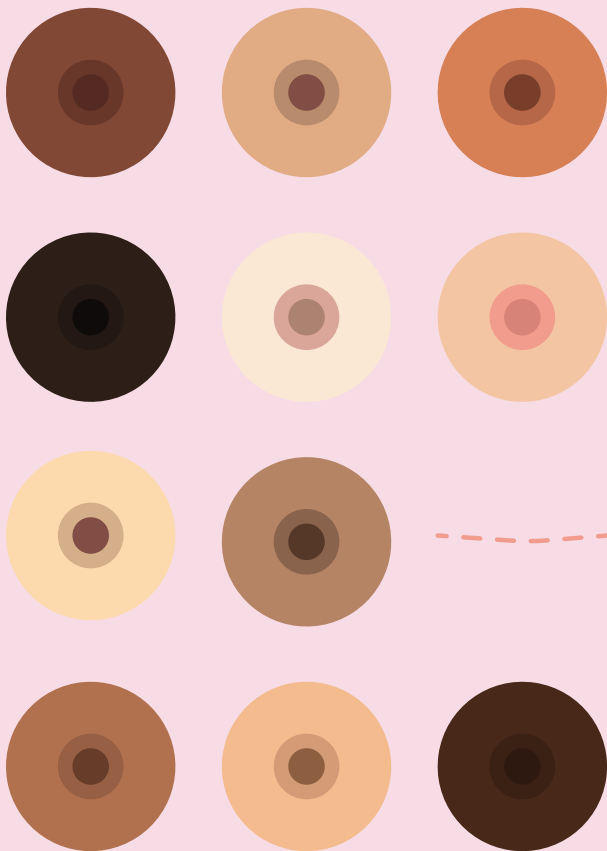
МАМОГРАФІЯ ТА ЗДОРОВ'Я ГРУДЕЙ



Завдання Асоціації боротьби з раком молочної залози полягає в тому, щоб ніхто не хворів на рак молочної залози. Для досягнення цієї мети ми фінансуємо дослідження раку молочної залози, пропонуємо підтримку та реабілітацію постраждалим, а також працюємо над підвищенням обізнаності та впливом на вирішення питань, пов'язаних із раком молочної залози.

Регулярна мамографія та самообстеження є важливими для виявлення раку молочної залози на ранніх стадіях. Чим раніше буде знайдено пухлину, тим кращий прогноз і більше шансів на одужання.

Наша місія – поширювати знання, щоб усі проходили мамографію за викликом і регулярно перевіряли свої груди. Завдяки ранньому виявленню ще більше людей зможуть пережити рак молочної залози.



Слідкуйте за своїми грудьми

Рак молочної залози є найпоширенішим онкологічним захворюванням серед жінок і щороку вражає майже 9 000 жінок та 60 чоловіків у Швеції.

Рак молочної залози – це злоякісна пухлина в грудях. Існують різні форми раку молочної залози: деякі з них ростуть повільно, інші – швидко.

Сьогодні все більше людей виліковуються від раку молочної залози. Це пояснюється тим, що пухлини виявляють на ранніх стадіях і застосовують нові та ефективніші методи лікування.

Усі жінки у віці від 40 до 74 років запрошуються на мамографію. Завдяки проходженню мамографії та регулярному самообстеженню грудей ви маєте можливість вчасно виявити зміни. Слідкувати за своїми грудьми може стати простою "страховкою життя".

У цій брошурі ви зможете дізнатися більше про мамографію, як проводиться обстеження, а також про те, як самостійно оглядати свої груди.

Про мамографію

Мамографія — це рентгенівське обстеження, яке дозволяє виявити маленькі пухлини ще до того, як їх можна буде відчутися пальцями чи з'являться будь-які симптоми хвороби.

Більшість випадків раку молочної залози (65%) виявляють за допомогою мамографії. Серед тих, хто регулярно проходить мамографію, рівень виживання майже вдвічі вищий.

Як проходить обстеження

1. Ви отримуєте запрошення на мамографію

Запрошення надсилають поштою. У листі зазначено день і час обстеження.

2. Підготовка

Обстеження проводить рентгенологічна медсестра. Вам поставлять кілька запитань, після чого потрібно буде роздягнутися до поясу. Медсестра огляне ваші груди, щоб перевірити, чи є якісь видимі зміни.

3. Обстеження

Рентген проводиться для кожної молочної залози окремо. Груди злегка стискаються між двома пластинами на кілька секунд. Роблять 2–3 знімки кожної з грудей. Уся процедура займає близько 30 хвилин. Ви можете взяти з собою когось для підтримки, якщо бажаєте.

4. Результати обстеження

Результати надійдуть поштою через кілька тижнів після того, як рентгенологічні лікарі переглянуть знімки.

5. Якщо потрібно повернутися на додаткове обстеження

У рідкісних випадках може виникнути необхідність повторного обстеження. Це може статися через недостатню чіткість знімків або якщо лікарі помітять зміни, які вони хочуть перевірити.

Обстеження не є шкідливим чи небезпечним для грудей

Під час обстеження ви можете відчувати певний дискомфорт або легкий біль, коли груди стискаються. Однак це зазвичай стає менш відчутним, якщо розслабитися.

Стискання грудей зменшує їхню товщину, що дозволяє рентгенівським променям легше проходити крізь тканини. Це покращує якість зображень і полегшує виявлення можливих змін. Процедура не є небезпечною чи шкідливою для грудей.



На сайті bröstcancerförbundet.se доступна інформація англійською, арабською, перською, сомалійською та турецькою мовами.

Питання та відповіді про мамографію

Чи обов'язково проходити мамографію щоразу, коли вас запрошують?

Так, важливо проходити мамографію кожного разу, коли ви отримуєте запрошення. Лікарі порівнюють знімки з попередніми, щоб виявити можливі зміни з часом.

Чи можна робити обстеження, якщо є імпланти?

Так, але обов'язково повідомте персонал про наявність імплантів.

Чи весь персонал жіночий?

Майже всі медсестри, які працюють у сфері мамографії, – жінки. Однак у цій галузі також працюють чоловіки. Якщо ви хочете, щоб обстеження проводила жінка, повідомте про це заздалегідь.

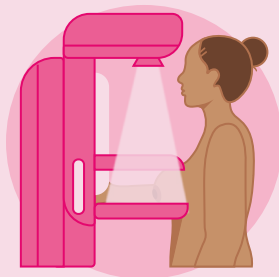
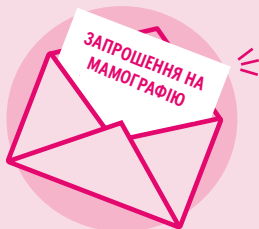
Чи можна робити мамографію під час вагітності або годування грудьми?

Так, це можливо. Доза опромінення під час мамографії настільки низька, що не досягає плода і не впливає на грудне молоко. Якщо ви годуєте грудьми, бажано зцідити молоко перед обстеженням.

Якщо вам потрібен перекладач або додаткова допомога

Зв'яжіться з відділенням мамографії заздалегідь, якщо вам потрібен перекладач або якщо ви маєте інвалідність і потребуєте допомоги під час відвідування.

Якщо ви хочете дізнатися більше про рак молочної залози, діагностику та лікування, відвідайте наш веб-сайт bröstkancerförbundet.se



Обстежуйте свої груди щомісяця

Раннє виявлення раку грудей покращує прогноз. Тому важливо самостійно обстежувати груди між мамографічними обстеженнями.

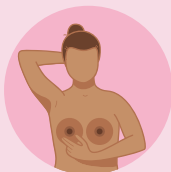
Як це робити



Станьте перед дзеркалом. Покладіть руки за голову та оцініть форму. Чи зберегли груди свою звичну форму та розмір?



Перевірте, чи є ущільнення або затвердіння. Чи мають груди однакову пружність? Тримайте пальці прямо і робіть невеликі кругові рухи. Обстежуйте також пахвові ділянки.



Обстежуйте груди лежачи. Покладіть одну руку під голову, а іншою перевіряйте груди круговими рухами. Порада: робіть це в душі. Багато хто вважає зручнішим обстежувати груди під час душу. Намилені груди легше обстежувати, і можна швидше помітити нерівності чи зміни.

Усі груди різні, і вузлики є звичайним явищем. Більшість із них є абсолютно безпечними. Регулярні обстеження допоможуть вам дізнатися, як зазвичай виглядають і відчуються на дотик ваші груди, щоб легше було помітити зміни. Найкраще проводити обстеження в один і той самий день кожного місяця.

Коли потрібно звертатися до лікаря

Якщо ви помітили будь-що з наступного, зверніться до лікаря для обстеження:

- Новий вузлик у грудях.
- Зміну форми грудей.
- Появу ямки або втягнутий сосок.
- Почервоніння грудей.
- Рану на грудях, яка не загоюється.
- Виділення з соска (прозорі, бурі або з кров'ю).
- Збільшення видимості пор шкіри на ділянці грудей.

Якщо ви помітили новий вузлик перед менструацією, зачекайте до її закінчення. Якщо вузлик не зник, зверніться до лікаря.

Який ваш день для перевірки?

Завантажте додаток Klämdagen, щоб отримувати нагадування про щомісячне обстеження грудей. У додатку є інструкції та ілюстрації, як це робити. Він доступний кількома мовами як для iPhone, так і для Android.



Bröstcancerförbundet— єдина в Швеції організація, яка зосереджена виключно на проблемах раку грудей. Це спільнота людей, які знають, як жити з діагнозом раку грудей, чи то як пацієнти, чи як їх близькі. Для досягнення нашої мети, що полягає у повному викоріненні цієї хвороби, ми фінансуємо дослідження, поширюємо знання про профілактику та активно працюємо над підвищенням обізнаності та адвокацією у питаннях, пов'язаних із раком грудей.

Hantverkargatan 25 B, 112 21 Stockholm
08-546 40 530
info@brostcancerforbundet.se
brostcancerforbundet.se