

MI A MELLRÁK?

Egy szövet sejtjeinek normálistól eltérő szaporodása és növekedése általában daganatot hoz létre.

A daganatok lehetnek *jóindulatúak* (nem rákosak) vagy *rosszindulatúak* (rákosak – amelyek veszélyt jelentenek az egészségre).

A mellrák egy rosszindulatú daganat, melynek sejtjei ellenőrizhetetlenül nőnek és megtámadhatják a környező szöveteket vagy távoli áttéteket képeznek a test különböző részein (rosszindulatú daganatok, amelyek más szerveket támadnak meg).

A mellrák az a formájú rák, amely a mellszövet sejtjeinek ellenőrizhetetlen szaporodása és osztódása eredményeként jelenik meg, egy mutáció vagy anomália következtében a sejtek növekedésének és egészségnek ellenőrzéséért felelős gének szintjén.

A mellrák általában mindig nőknél jelentkezik, de a betegség megjelenhet férfiaknál is.^[1]

A MELLRÁK EGY SÚLYOS EGÉSZSÉGÜGYI PROBLÉMA

A mellrák a leggyakrabban előforduló típusú rák a nők körében.^[2]

Az EU országaiban, megközelítőleg minden 10 nő kerül diagnosztizálásra mellrákkal az élete során – főleg az idős és középkorú nők.

Amikor kezdő stádiumban kerül felfedezésre, a mellrák még más szervekben való elterjedése előtt, kezelés által gyógyítható.^[3]

A MELLRÁK KOCKÁZATI TÉNYEZŐI

A családtörténet a betegség megjelenési lehetőségének előjelzője.

- Az előrehaladott **kor** az első szülésnek vagy a szülések hiánya.
- **Helyettesítő hormonkezelés** – A relatív kockázat növekedésének egyik fontos tényezője a helyettesítő hormonkezelés (THS), innen egy fokozott figyelem szükségessége, amikor ez javasolt.
- **Dohányzás**
- **Sugárzások** A terápiás célú ionos sugárzás – sugárterápia vagy más gyakori radiológiai vizsgálatok diagnosztikai céllal.
- **Elhízás** – a mellrák megnövekedett kockázatával társul, főleg a menopauza után.
- **Alcohol** – Az alkoholfogyasztás 7%-al növeli a rák relatív kockázatát minden, naponta fogyasztott 10 g alkohol (egy standard ital) esetén, más tényezők jelenlététől vagy hiányától függetlenül.

VÉDŐ TÉNYEZŐK

- **A paritás (szülések)** a mellrák kockázatának enyhe növekedésével társul rövid távon (1-3 év), melyet jelentős csökkenés követ hosszú távon, a csökkenés nyilvánvalóbb a fiatal korban való szülések esetén.
- **Szoptatás** a mellrák relatív kockázatának jelentős csökkenésével társul az összes terhesség esetén összesített szoptatás időtartamával arányosan.
- **A fizikai tevékenység** és a normális vagy normálisnál kisebb testsúly

MI MELLRÁK SZŰRÉS? ^[3]

- A legjobb módszer ezen betegség kezdő stádiumban való felfedezésére, amikor könnyebben kezelhető, növelve így a túlélési esélyeket.
- Egy mellvizsgálat elvégzése a rák jeleinek vagy tüneteinek létezése előtt.

Mikor kell részt venni az mellrák-szűrésen?

- Ha 50-69 év közötti, 2 évente vegyen részt egy mellrák-szűrésen.
- Ha aggasztó elváltozásokat észlel a mellek szintjén, forduljon orvosához és ne várja meg a következő szűrővizsgálatot.
- Ha a családtörténet jelentős magas kockázatot mutat a mellrák tekintetében, életkorától függetlenül vegyen részt a szűrővizsgálaton akár hányszor ezt javasolja az orvosa és végezze el az általa ajánlott vizsgálatokat.

Az utolsó szűrővizsgálat eredménye, amin részt vett, normális volt; miért kellene újra részt vennie?

- Mert lehetséges a rák megjelenése egy normális szűrővizsgálati eredmény után.
- Mert a fiatal nők esetébe, akiknek a mell szövete általában tömörebb, nagyobb a valószínűsége annak, hogy a mellrák a szűrésen nem kerül felfedezésre.
- Mert lehetséges, hogy az utolsó mammográfia óta a rákos képződmény méretei túl kicsik voltak, ahhoz hogy felfedezésre kerüljenek.

Mi a valószínűsége annak, hogy egy mellrákot ne fedezzen fel a szűrésen?

A mammográfia nem fedezi fel a mellrák összes típusát, ezért fontos a szűrővizsgálaton való rendszeres részvétel. Annak a valószínűsége, hogy egy mellrák ne kerüljön felfedezésre a szűrésen függ a nő korától, a menopauza megjelentésének pillanatától és a mellszövet sűrűségétől. Ezért a mammográfia csak ritkán javasolt a fiatal nőknél , mivel ezek mellszöve, általában, sűrűbb.

Megjelenhet a mellrák egy normális eredményű szűrővizsgálat után?

Lehet, hogy rákos betegséggel rendelkezik, amely az utolsó szűrővizsgálatkor nem került felfedezésére vagy új rákról van szó, amely azóta gyorsan fejlődött ki. Legalább minden 3. ilyen típusú rák tünetekkel jár, amely egy normális eredményű szűrővizsgálat utáni 2 éven belül felfedezéshez vezethet. Amennyiben elváltozásokat észlel a mellek szintjén, forduljon orvosához.

Mi történik egy normálistól eltérő mammográfiás eredmény esetében?

- Egy normálistól eltérő mammográfiás eredmény nagyon aggasztó lehet, ennek ellenére, a mammográfián felfedezett rendellenességet nagy része nem rákos jellegű.
- Orvosa kiegészítő vizsgálatok elvégzését fogja javasolni, amelyek, általában, egy új mammográfiát és mell-ultrahangot tartalmaznak.
- A kiegészítő vizsgálaton a gyanús rendellenességek normális mellszövetnek vagy jóindulatú (nem rákos) szövetnek bizonyulnak.
- Ha a kiegészítő vizsgálatok mégis új és gyanús elváltozást mutatnának a mellek egyikének szintjén, orvosa valószínűleg mellszövetből való kisméretű mintavételt fog javasolni A biopszia által vett mintákat mikroszkópos vizsgálat alá vetik egy helyes diagnózis felállítása érdekében.[3]

Könyvészet

[1] <https://www.cancer.org/cancer/breast-cancer/about/what-is-breast-cancer.html>
[2]. Honlap International Agency for Research on Cancer - IARC: <https://gco.iarc.fr/today/data/factsheets/populations/908-europe-fact-sheets.pdf>
[3]. <https://cancer-code-europe.iarc.fr/index.php/ro/12-modalitati/screeningul/screeningul-pentru-cancerul-de-san/3503-ce-este-cancerul-de-san>
[4]. Bucurenci M, Bunesco D, Ciobanu M et al. Ghidul de prevenție. Stilul de viață sănătos și alte intervenții preventive prioritare pentru boli netransmisibile, în asistența medicală primară. 3. kötet <https://insp.gov.ro/sites/1/rezultate/>

Az Egészségügyi Minisztérium egészségértékelési és népszerűsítési és egészségnevelési Alprogramja keretében megvalósított anyag. Ingyenes szétosztásra



**A MELLRÁK
TUDATOSÍTÁSÁNAK
NEMZETKÖZI HÓNAPJA**

2019. október 1-31

**A MELLRÁK KORAI
FELFEDEZÉSE ÉLETET
MENTHET!**

*Ez az anyag az általános lakosságnak,
főleg a női lakosságnak szól*