

Europejski Dzień Walki z Rakiem Piersi

15 Października



W związku z dużą liczbą zachorowań na Raka Piersi ustanowiony został **Europejski Dzień Walki z Rakiem Piersi** – obchodzony **15 października**.

Głównym celem wprowadzenia Dnia Walki z Rakiem Piersi jest uświadamianie ludziom jak ważna jest profilaktyka, samobadanie oraz korzystanie z usług specjalistów. Jednym z najważniejszych założeń jest także ukazanie czynników ryzyka oraz pierwszych objawów choroby.

To dzień, w którym okazuje się wsparcie nie tylko osobom chorym, ale i ich rodzinom, które także toczą ciężką batalię o życie swoich najbliższych. Znakiem solidarności jest zakładana tego dnia *różowa wstążka*.

Należy pamiętać, że Rak Piersi nie dotyczy tylko kobiet. Na tę chorobę zapadają również mężczyźni. Każdego roku zmagają się z nią ok. 100 nowych pacjentów płci męskiej. Z badań wynika, iż około 90% nowotworów piersi wykrywanych jest w zaciszu domowym, co ukazuje, że spora ilość kobiet wykonuje regularnie samobadanie. Większość wykrytych zmian na szczęście nie jest groźna. Do najczęściej występujących zalicza się torbiele, tłuszczaki oraz włókniaki.

W Polsce szacuje się, że na Raka Piersi każdego roku zapada 12 tysięcy osób. Im wcześniej wykryta choroba tym większa szansa na wyzdrowienie.

Objawy raka piersi:

- guz w obrębie gruczołu piersiowego
- wciągnięcie skóry lub brodawki
- zmiana wielkości lub kształtu piersi
- zmiany skórne wokół brodawki
- wyciek z brodawki (zwłaszcza krwisty)
- zaczerwienienie i zgrubienie skóry („skórka pomarańczowa”)
- powiększenie węzłów chłonnych w dole pachowym
- poszerzenie żył skóry piersi
- owrzodzenie skóry piersi

Czynniki ryzyka raka piersi:

- **wiek pacjentki** - raka piersi najczęściej rozpoznaje się u pacjentek w wieku 50-75 lat, ale ryzyko zachorowania zaczyna wzrastać już po 35. roku życia.
- **czynniki genetyczne** - jeśli u chorej została stwierdzona mutacja w genie tzw. BRCA 1 i /lub BRCA 2 to ryzyko wystąpienia raka piersi u niej wzrasta nawet do 90%. Mutację tego genu można stwierdzić w oparciu o proste badanie krwi.
- **zachorowania w rodzinie** - stwierdzenie nowotworu złośliwego piersi w najbliższej rodzinie pacjentki, tj. u matki, babci lub siostry zwiększa ryzyko zachorowania na raka piersi.
- **przyjmowane leków hormonalnych** takich jak: antykoncepcja doustna czy hormonalna terapia zastępcza (HTZ).
- **zaburzenia hormonalne** - zaburzenia hormonów płciowych wydzielanych przez organizm czyli wczesna pierwsza miesiączka, a także późna menopauza (po 55. roku życia).
- **rozpoznany poprzednio rak jednej piersi** - stanowi ryzyko raka piersi drugiej.
- **otyłość** - ten czynnik ryzyka dotyczy zwłaszcza kobiet po menopauzie.
- **zła dieta** - badania pokazały, że u kobiet spożywających więcej pokarmów bogatych w tłuszcze zwierzęce, a także pijących alkohol, ryzyko raka piersi rośnie.