

ماموگرافی چیست ؟

به دلیل کاهش سن ابتلا به سرطان سینه در کشور، انجام ماموگرافی برای همه زنان 35 سال به بالا، به خصوص افرادی که سابقه بیماری‌های سینه در خانواده دارند، ضروری است. ماموگرافی ابزاری برای بررسی سرطان سینه در زنانی است که هیچ علائمی ندارند و همچنین در زنانی که علائمی همچون توده، درد یا ترشح از نوک پستان را دارند. در بسیاری از کشورها، ماموگرافی به عنوان روش غربالگری و بیماریابی روی کلیه زنان سالم اجرا می‌شود. تلاش پزشکان این است که با دست یافتن به آمار صحیح برای تخمین میزان و سن شیوع سرطان سینه در ایران، بیماری‌های بدخیم سینه را در مراحل اولیه و قابل علاج شناسایی کنیم.

بهترین زمان جهت انجام ماموگرافی :

اگر خانمی هیچ عامل خطری برای سرطان سینه نداشته باشد بایستی نخستین ماموگرافی را در سن 35 سالگی انجام داده و از سن 40 الی 50 سالگی هر یک تا 3 سال یک بار ماموگرافی انجام دهد و از سن 50 سال به بالا هم سالانه یک ماموگرافی توصیه می‌شود. بهترین زمان انجام ماموگرافی، یک هفته بعد از دوره ماهانه است قبل از انجام ماموگرافی توصیه شده است تا علائم جدید یا مشکلات داخل سینه خود را با پزشک در میان بگذارید. علاوه بر این، پزشک خود را از هرگونه جراحی پیشین، مصرف هورمون و سابقه فامیلی یا شخصی در سرطان سینه آگاه‌سازید.

در صورت حساس شدن سینه‌ها در دوران ماهانه، برنامه انجام ماموگرافی را یک هفته قبل از دوره ماهانه خود قرار ندهید. بهترین زمان برای انجام ماموگرافی یک هفته بعد از دوره ماهانه است. همیشه دکترا یا تکنولوژیست خود را قبل از انجام آزمون، از احتمال بارداری خود آگاه‌سازید. انجام آزمایش ماموگرافی در 35 تا 40 سالگی یک بار کافی است و پس از 40 تا 50 سالگی می‌توان هر 2 تا 4 سال یک بار این آزمایش را انجام داد. انجام ماموگرافی در سنین 50 به بالا در این سنین ماموگرافی با توجه به شرایط و جمعیت‌های مختلف یک تا 2 سال یک بار صورت می‌گیرد.

برخی از متخصصان معتقدند که آزمایش ماموگرافی در همه زنان نباید صورت بگیرد و فقط زنان مشکوک به بیماری‌های صعب‌العلاج باید ماموگرافی شوند اما از سوی دیگر، گروهی نیز برضد این قانون فعالیت می‌کنند و اعتقاد دارند با این قانون، سرطان سینه در مراحل پیشرفته تری کشف خواهد شد، در نتیجه درمان نیز مشکل تر خواهد بود.

در سنین پایین‌تر از 35 سالگی تقسیمات سلولی بیشتری انجام می‌شود. این عضو هیات علمی دانشگاه می‌گوید: در این دوره ممکن است اشعه ایکس بر میزان تقسیمات سلولی بیفزاید و رشد آنها را بیشتر کند که البته این موضوع نیز به اثبات نرسیده است. تحقیقات پزشکان نشان می‌دهد در سنین پایین‌تر از 35 سال سرطان سینه شایع نیست ولی نباید فراموش کرد که معاینات باید از 25 سالگی شروع شود.

امروزه از روش MRM استفاده می‌شود و توده‌ها با کشیدن منحنی تشخیص داده می‌شوند که خوش خیم هستند یا بدخیم ولی تاکنون هیچ روشی نتوانسته است جایگزین ماموگرافی شود. مشاهده در آینه یکی از مهم‌ترین بخش‌های معاینه است، چرا که فرد می‌تواند با مشاهده در آینه غیرقرینگی، تفاوت نسبت به ماه‌های گذشته، قرمزی و احساس توده را تشخیص دهد و در صورتی که توسط پزشک مشکوک به نظر آید به وسیله سرنگ (در صورت مایع بودن محتویات) کشیده و به پاتولوژی فرستاده می‌شود ولی اگر توده‌ای باشد، با سوزن‌های ضخیم نمونه‌گیری انجام می‌شود.

تومورهای سینه از نوع بدخیم آن درد ندارند، مگر در مواقعی که چسبندگی پیدا کنند و اعصاب آن ناحیه را تحت کنترل قرار دهند خوشبختانه بیشتر زنانی که از درد سینه رنج می‌برند دچار مشکلات خوش خیم هستند که شایع‌ترین آن فیبروسیتیک است که در نژاد ایرانیان بسیار زیاد به چشم می‌خورد که پس از کشیده شدن این مایع از نسج، اگر غذاهای کم چرب، کم ادویه و مواد کافئینی کمتر مصرف شود، از شدت درد کاسته می‌شود که البته مصرف ویتامین‌های E و B کمپلکس نیز تاثیر بسزایی در این خصوص دارد ولی نباید کاهش وزن به منظور بهبود را فراموش کرد.

چه کسانی در معرض بیماری قرار دارند :

سرطان سینه در کشور ما 2ویژگی مهم دارد: اول اینکه متأسفانه سن بروز سرطان سینه در کشور ما نسبت به کشورهای غربی پایین تر است و دوم اینکه بیماری زمانی تشخیص داده می شود که سرطان منتشر شده و از نظر درمانی کار زیادی نمی توان برای بیمار انجام داد. بیشتر از همه، کسانی که سابقه فامیلی ابتلا به سرطان سینه دارند در معرض ابتلا به این بیماری هستند. البته عوامل دیگری هم دست اندرکارند. مثلاً قاعدگی زودرس و یائسگی دیررس خطر ابتلا به سرطان سینه را افزایش می دهد.

در صورتی که سن شخص در نخستین بارداری بالاتر از 30سال باشد، خطر ابتلا به سرطان سینه بیشتر است. نازایی هم خطر ابتلا به سرطان سینه را افزایش می دهد. استعمال دخانیات و چاقی پس از یائسگی و مصرف چربی زیاد هم از دیگر عوامل خطرند.