



Zmiany w profilaktyce raka piersi

Na całym świecie październik uznawany jest za Miesiąc Świadomości Raka Piersi (ang. Breast Cancer Awareness Month) i pomimo, że jest organizowany od roku 1985, to jej poziom nadal jest niewystarczający.

Światowa Organizacja Zdrowia (ang. World Health Organization) potwierdziła, że rak piersi jest obecnie najczęściej diagnozowanym nowotworem na świecie. W Polsce rocznie ok. 20 tys. kobiet dowiaduje się, że choruje na raka piersi a z chorobą żyje obecnie ok. 140 tys. Polek. Rak piersi stanowi w naszym kraju od wielu lat jeden z najpoważniejszych problemów zdrowotnych. Pomimo prowadzonych od kilkunastu lat, powszechnie dostępnych badań profilaktycznych obserwuje się rosnący trend umieralności z powodu tego nowotworu.

Etiologia zachorowania na raka piersi jest złożona. Zidentyfikowano wiele czynników wpływających na ryzyko zachorowania. Do najważniejszych zaliczane są:

- płeć i wiek,
- czynniki dziedziczne (mutacje genów BRCA1 lub BRCA2),
- niektóre zmiany rozrostowe uważane za łagodne,
- przebyty nowotwór piersi,
- wiek w momencie wystąpienia pierwszej i ostatniej miesiączki (wczesny wiek pierwszej miesiączki, późny wiek menopauzy),
- późne macierzyństwo i bezdzietność (urodzenie dziecka w młodszy wiek zmniejsza ryzyko raka piersi),
- liczba urodzonych dzieci oraz karmienie piersią (ryzyko obniża się przy każdym kolejnym urodzonym dziecku oraz każdym roku karmienia piersią),
- antykoncepcja i hormonalna terapia zastępcza,
- brak aktywności fizycznej,
- spożywanie alkoholu,
- otyłość, zwłaszcza w wieku pomenopauzalnym,
- dieta bogata w tłuszcze nasycone,

- ekspozycja na czynniki rakotwórcze tj. promieniowanie jonizujące i pole magnetyczne.

We wczesnym stadium rak piersi przebiega bezobjawowo. Wraz z rozwojem choroby można zaobserwować:

- guz w piersi (najczęściej twardy) niekiedy powodujący asymetrię piersi,
- zaciągnięcie skóry nad guzem,
- obrzęk lub zaczerwienienie skóry,
- wyciek z brodawki sutkowej,
- wciągnięcie brodawki,
- powiększenie węzłów chłonnych w dole pachowym po stronie guza,
- ból (rzadko),
- zmiany o charakterze „skórki pomarańczy”,
- owrzodzenie skóry.

Pierwotna profilaktyka raka piersi opiera się przede wszystkim na podnoszeniu świadomości prozdrowotnej dotyczącej udowodnionych naukowo czynników ryzyka zachorowania na raka piersi. Propagowanie wczesnego macierzyństwa, karmienia piersią, nawyków żywieniowych eliminujących otyłość i nadwagę lub aktywności fizycznej, jako czynników chroniących przed nowotworem, szczególnie w grupach pacjentek obciążonych dziedzicznie, skutkuje spadkiem zachorowań na raka piersi.

Profilaktyka wtórna raka piersi to przede wszystkim wykrycie choroby we wczesnej fazie klinicznej (fazie przedinwazyjnej). Poszukiwanie zmiany nowotworowej u osób, u których nie wystąpiły jeszcze objawy choroby, prowadzone jest przez wykonanie badania przesiewowego (skriningu), w tym głównie mammografii (MMG) lub mammografii i badania fizykalnego.

Populacyjny Program Wczesnego Wykrywania Raka Piersi

W Polsce od 2007 roku prowadzony jest Populacyjny Program Wczesnego Wykrywania Raka Piersi. Standardowym badaniem jest mammografia a celem programu

- obniżenie wskaźnika umieralności w Polsce z powodu raka piersi do poziomu krajów Unii Europejskiej,
- podniesienie poziomu wiedzy na temat profilaktyki raka sutka i wczesna diagnostyka,
- wprowadzenie na terenie całego kraju ujednoczonych zasad postępowania diagnostycznego.

Mammografia to podstawowe badanie obrazowe piersi, które pozwala na ocenę budowy gruczołu pod kątem ewentualnych nieprawidłowości. W przypadku, kiedy obraz mammograficzny nie daje jednoznacznej odpowiedzi na to jaki jest charakter znalezionej zmiany podejmuje się decyzję o wdrożeniu pogłębionej diagnostyki.

Zmiany w programie profilaktycznym raka piersi

Decyzją Ministerstwa Zdrowia rozszerzono program profilaktyki raka piersi. Zmiany polegają na:

- rozszerzeniu kryterium wieku kobiet kwalifikujących się do nich,
- wprowadzeniu zmian organizacyjnych w programie profilaktyki raka piersi.

Przyjęte zmiany:

- **kobiety między 45 a 74 rokiem życia w Polsce będą mogły korzystać z bezpłatnych badań mammograficznych. Badania dla poszerzonej grupy będą dostępne od 1 listopada 2023 roku.**
- **od 1 stycznia 2024 r. do programu profilaktyki raka piersi będą włączone kobiety po pięciu latach od zakończenia leczenia raka piersi.**
- **od 2025 roku mają obowiązywać tylko mammografie cyfrowe.**

dr Renata Piotrkowska, mgr Grażyna Waleńska

Komisja ds. pielęgniarstwa onkologicznego, OIPIP w Gdańsku