



Ο.Α.Τ.Υ.Ε.

ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ: ΕΠΙΣΗΜΟΣ ΜΗΝΑΣ ΕΥΑΙΣΘΗΤΟΠΟΙΗΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ ΤΟΥ ΜΑΣΤΟΥ

Η Πρόληψη σώζει ζωές όλο το χρόνο!

Ο **Οκτώβρης** έχει καθιερωθεί διεθνώς ως **Μήνας Πρόληψης και Φροντίδας ενάντια στον Καρκίνο του Μαστού**.

- ☞ Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας περισσότερες από **1.600.000** γυναίκες το χρόνο **παγκοσμίως** διαγιγνώσκονται με Καρκίνο του Μαστού, εκ των οποίων περισσότερες από **450.000** γυναίκες στην **Ευρώπη**.
- ☞ Υπολογίζεται ότι **1 στις 8 γυναίκες παγκοσμίως** και **1 στις 11 γυναίκες στην Ευρώπη** αναμένεται να παρουσιάσει Καρκίνο του Μαστού σε κάποια φάση της ζωής της.
- ☞ Στην Ελλάδα, η συχνότητα του Καρκίνου του Μαστού υπολογίζεται σε **6.000 νέες περιπτώσεις ετησίως**.
- ☞ Η πιθανότητα σήμερα μία γυναίκα να χάσει τη μάχη για τη ζωή από Καρκίνο του Μαστού βρίσκεται στο **3%** (1 στις 36), ποσοστό που μειώνεται συνεχώς από το 1989, με τη μεγαλύτερη μείωση να σημειώνεται σε γυναίκες κάτω των 50 ετών.
- ☞ Η σημαντική **μείωση** της θνητότητας των γυναικών με Καρκίνο του Μαστού οφείλεται:
 - στην **έγκαιρη και έγκυρη διάγνωση** της νόσου μέσα από την **ενημέρωση** των γυναικών που τις προτρέπει σε προληπτικό και προσυμπτωματικό έλεγχο,
 - στις **σύγχρονες απεικονιστικές μεθόδους**, που επιτρέπουν τη διάγνωση ογκιδίων λίγων μόλις χιλιοστών και στις **βελτιωμένες θεραπευτικές μεθόδους**.
- ☞ Όταν η νόσος διαπιστώνεται σε προσυμπτωματικό ή σε πολύ πρώιμο στάδιο, τότε επιτυγχάνεται πλήρης ίαση. Η βλάβη προσβάλλει αρχικά λίγα μόλις κύτταρα και εξελίσσεται σταδιακά. Η μεγάλη πρόοδος της Ιατρικής επιστήμης τα τελευταία χρόνια έχει συμβάλει πλέον ουσιαστικά στη μείωση της εξέλιξης στα επόμενα στάδια και στη σημαντική βελτίωση των θεραπευτικών αποτελεσμάτων.
- ☞ Η αυτοεξέταση των γυναικών (ψηλάφηση) παίζει οπωσδήποτε σημαντικό ρόλο. Είναι όμως απαραίτητος ο ιατρικός και κλινικός έλεγχος, τουλάχιστον κάθε τρία χρόνια μετά την ηλικία των 20 και κάθε χρόνο μετά τα 40 (μαστογραφία).

ΤΡΟΠΟΙ ΠΡΟΛΗΨΗΣ:

➤ Με αυτοεξέταση μαστού

Η αυτοεξέταση μαστών είναι ο πιο εύκολος και ανώδυνος τρόπος να εξετάζουν οι γυναίκες το στήθος τους και μπορεί να συμβάλει σημαντικά στην έγκαιρη διάγνωση του καρκίνου

➤ Με κλινική εξέταση από ιατρό (ψηλάφηση μαστών)

Ο γυναικολόγος πιέζει τον μαστό με τα δάχτυλα, προκειμένου να διαπιστώσει την ευαισθησία του και την ύπαρξη όγκων ή οζιδίων. Συνήθως, ο γυναικείος μαστός έχει οζίδια ποικίλων μεγεθών, με σαφή όμως όρια, τα οποία είναι ευκίνητα και δεν εμπνέουν καμία ανησυχία.

Σκοπός, τόσο της κλινικής εξέτασης, όσο και της αυτό-ψηλάφησης είναι ο εντοπισμός ασυνήθιστων καταστάσεων, όπως όγκων που δεν υπήρχαν, ασυνήθιστων ρυτιδώσεων στις θηλές, πρηξιμάτων και εκκρίσεων, που θα οδηγήσουν σε εργαστηριακές εξετάσεις για να εντοπιστεί το πρόβλημα. Κατά την κλινική εξέταση του μαστού, ελέγχονται επίσης, το χρώμα και το σχήμα των μαστών, βαθουλώματα και ογκίδια στη μασχάλη, αριστερά και δεξιά.

➤ Με υπερηχογράφημα μαστών και μαστογραφία (μετά τα 40)

Η αξία της μαστογραφίας έχει αποδειχτεί ανεκτίμητη, καθώς μπορεί να εντοπίσει αναπτυσσόμενους καρκινικούς όγκους που θα γίνονταν αντιληπτοί και ψηλαφητοί από την ασθενή ή τον γιατρό ίσως περίπου δύο χρόνια αργότερα.

Η **Ο.Α.Τ.Υ.Ε.**, σε επίπεδο **Πολυιατρείου Πάτρας**, δραστηριοποιείται ενεργά εδώ και πολλά χρόνια στον τομέα Πρόληψης ενάντια στον Καρκίνο του Μαστού. Διοργανώνει σε ετήσια βάση **Πρόγραμμα Προληπτικής Μαστού** για τις ασφαλισμένες των Ταμείων-μελών, με δυναμική προσέλευση κάθε φορά. Κρίνεται ιδιαίτερα ουσιώδες, **η ευαισθητοποίηση και κινητοποίηση** γύρω από το θέμα να γίνεται σε συνεχή και επαναλαμβανόμενη βάση καθ' όλη τη διάρκεια του έτους και όχι μόνο σε μεμονωμένες περιόδους που η παρότρυνση γίνεται από επίσημους φορείς ή τα μέσα μαζικής ενημέρωσης.

Ο Καρκίνος του Μαστού αποτελεί μάστιγα που μπορεί ανά πάσα στιγμή να κρούσει τον κώδωνα του κινδύνου σε κάθε σπίτι και επομένως αφορά όλους μας. Για τον λόγο αυτόν, **παρακαλούμε και καλούμε τις συναδέλφους να μην αμελούν τον τακτικό προληπτικό τους έλεγχο και να επισκέπτονται τους ιατρούς και τις δομές των Ταμείων και της Ομοσπονδίας μας.** Η πρόληψη και η έγκαιρη διάγνωση μπορούν πραγματικά να σώσουν ζωές!

Οκτώβριος 2018