

Profilaktyka raka piersi



Co roku na raka
piersi umiera
5000 kobiet...

CEL PREZENTACJI:

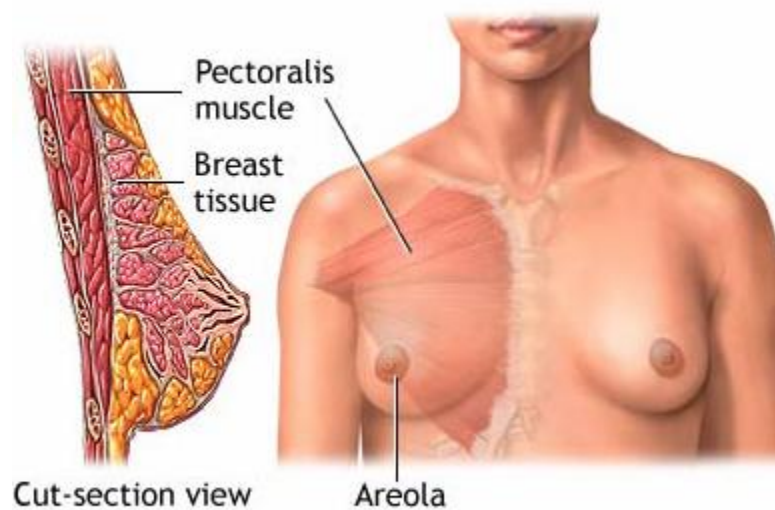
Zaprezentowanie technik
samobadania piersi



A pink ribbon, a symbol for breast cancer awareness, is shown in a looped, three-dimensional style. It is positioned diagonally across the left side of the slide, behind the title text.

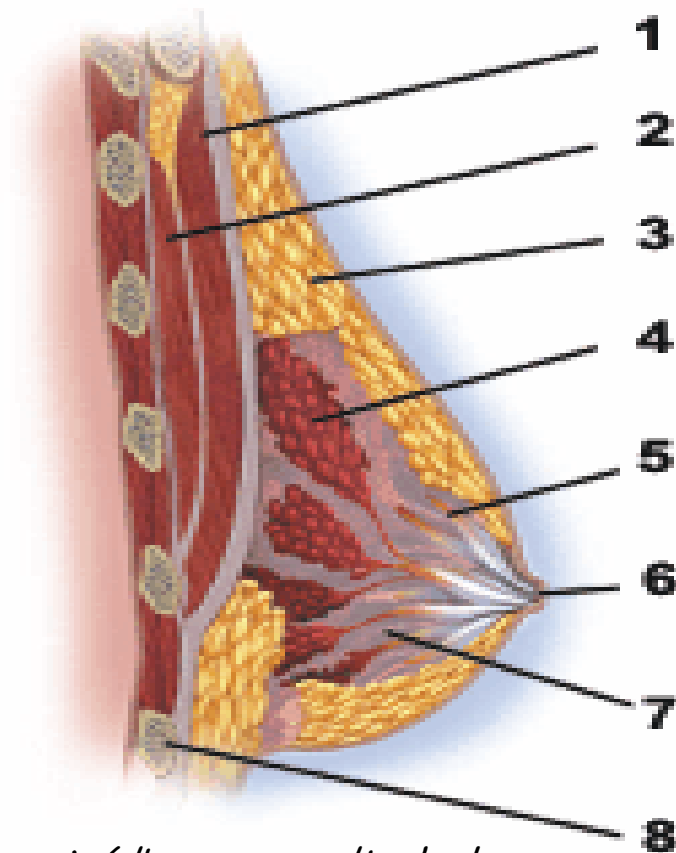
Anatomia i fizjologia gruczołu piersiowego

Położenie gruczołu sutkowego na ścianie klatki piersiowej



źródło : www.padtech.pl

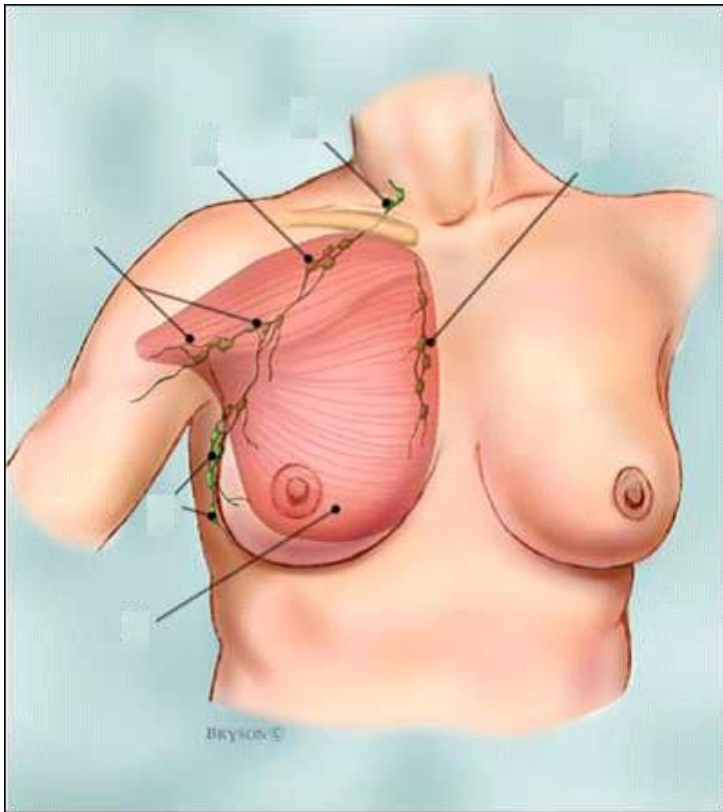
Przekrój przez gruczoł piersiowy



1. mięsień piersiowy większy
2. mięsień piersiowym
mniejszy
3. tkanka tłuszczowa
4. tkanka gruczołowa
5. przewody mleczne
6. brodawka i otoczka
7. tkanka miękka włóknista
8. żebra

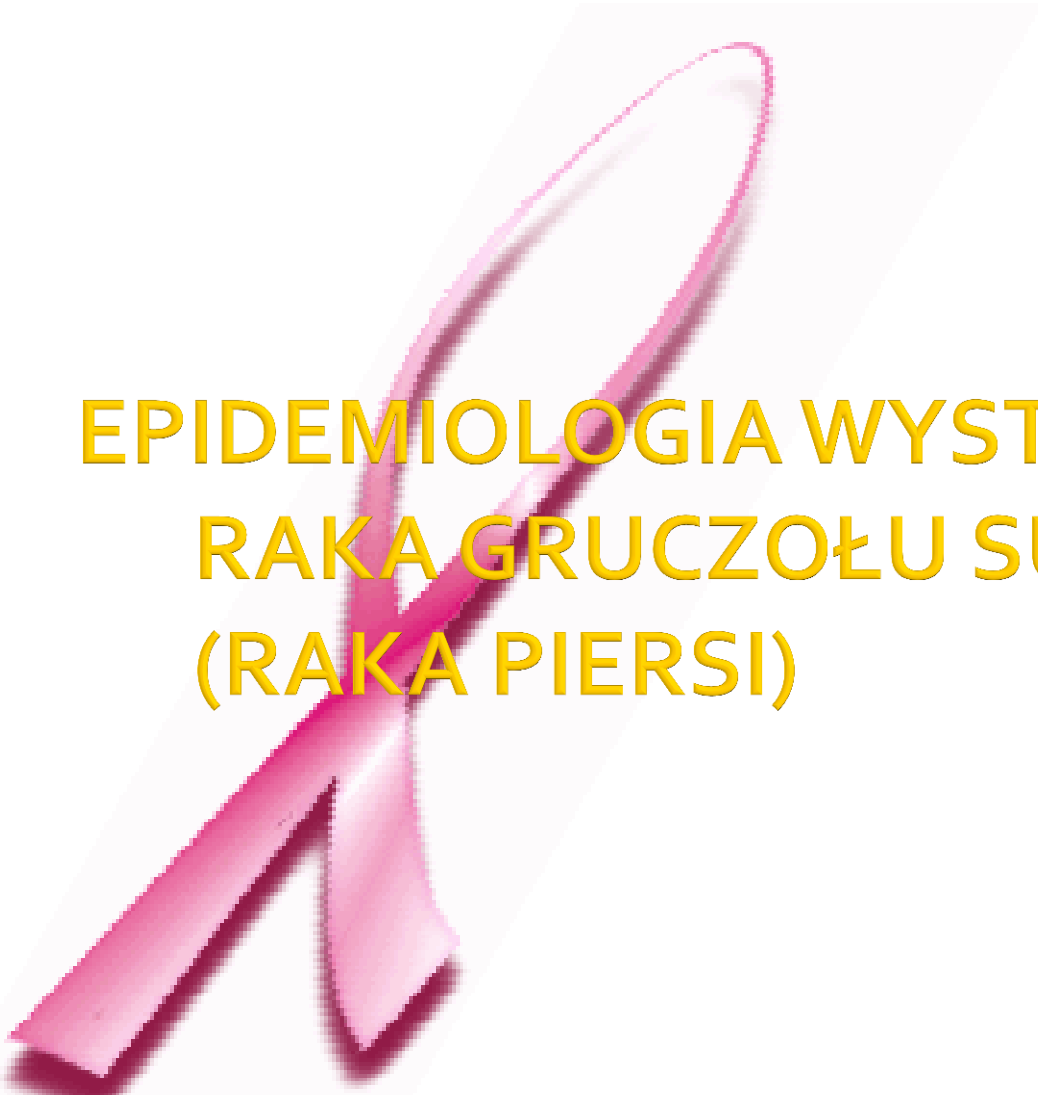
źródło : www.padttech.pl

Położenie węzłów chłonnych



- **Obszar węzłów chłonnych graniczących z gruczołem piersiowym.**
- **A** mięsień piersiowy większy
- **B** węzły chłonne pachowe: poziom I
- **C** węzły chłonne pachowe: poziom II
- **D** węzły chłonne pachowe: poziom III
- **E** nadobojczykowe węzły chłonne
- **F** wewnątrz sutkowe węzły chłonne

źródło : www.padtech.pl

A pink ribbon, a symbol for breast cancer awareness, is shown in a looped shape on the left side of the slide. It has a 3D effect with a shadow.

EPIDEMIOLOGIA WYSTĘPOWANIA RAKA GRUCZOŁU SUTKOWEGO (RAKA PIERSI)

Rak gruczołu piersiowego

NAJCZĘSTSZY nowotwór złośliwy na świecie (ok. 16% spośród wszystkich nowotworów)

1 000 000 nowych przypadków zachorowań

NAJCZĘSTSZA nowotworowa przyczyna zgonów kobiet na świecie

413 000 spośród tego miliona umiera



Wykrywalność raka piersi w Polsce

Tylko w 20% przypadków chorobę
wykrywa się we
wczesnym stadium rozwoju



Fakty są przerażające...

W Polsce w ciągu życia kobiety ryzyko zachorowania wynosi 10-12% , tzn. że
1 / 10 kobiet może zachorować na
raka piersi

... i liczba zgonów nadal wzrasta...



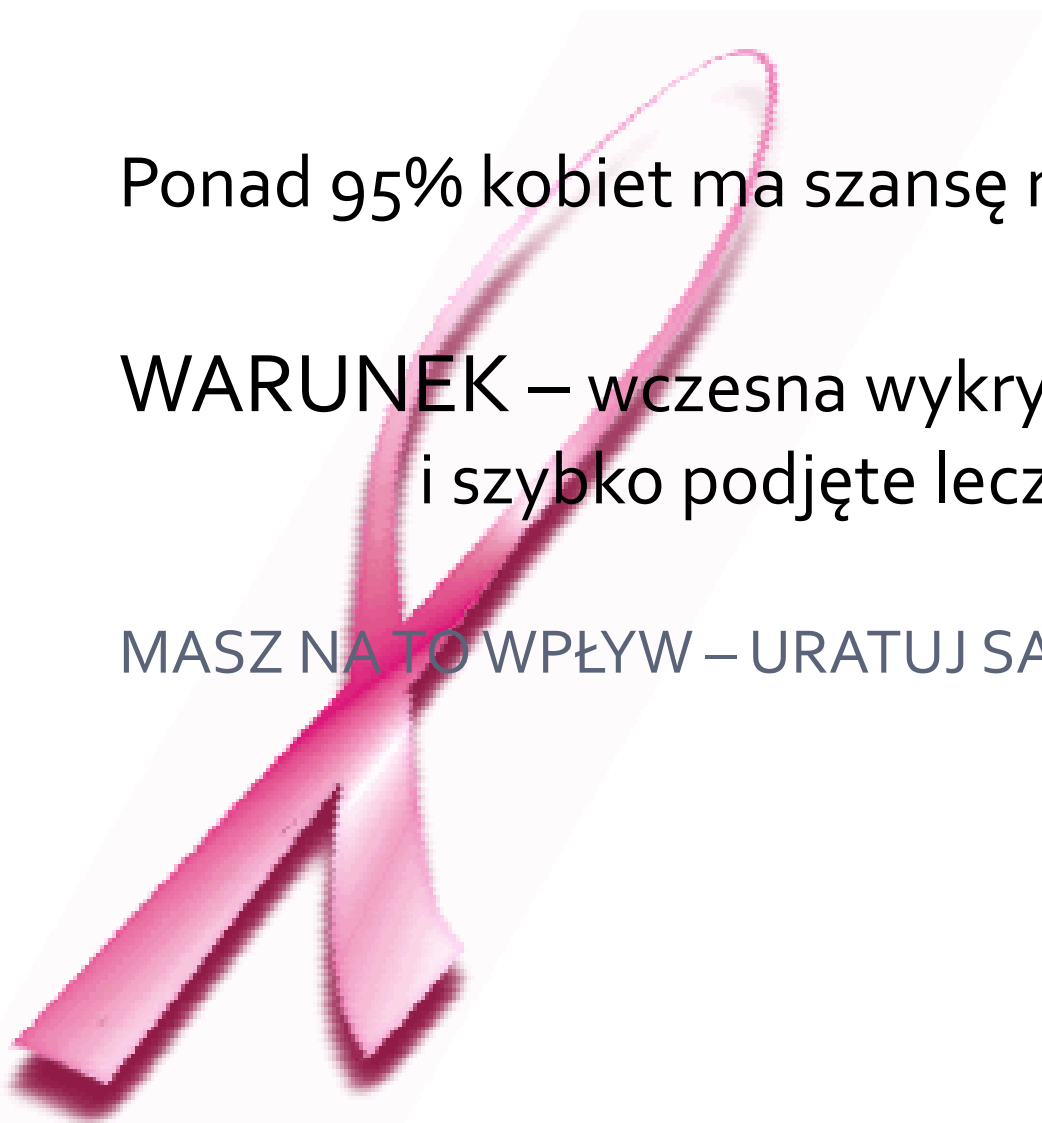


Coś optymistycznego...

Ponad 95% kobiet ma szansę na przeżycie.

WARUNEK – wczesna wykrywalność
i szybko podjęte leczenie

MASZ NA TO WPŁYW – URATUJ SAMA SIEBIE !!

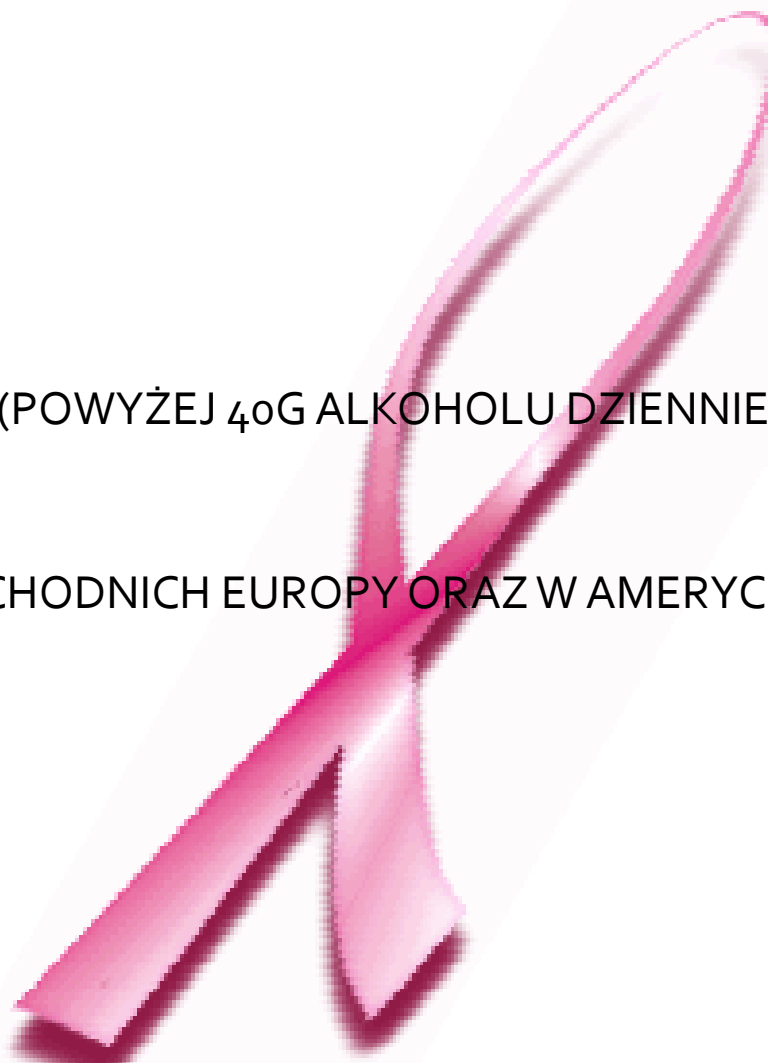




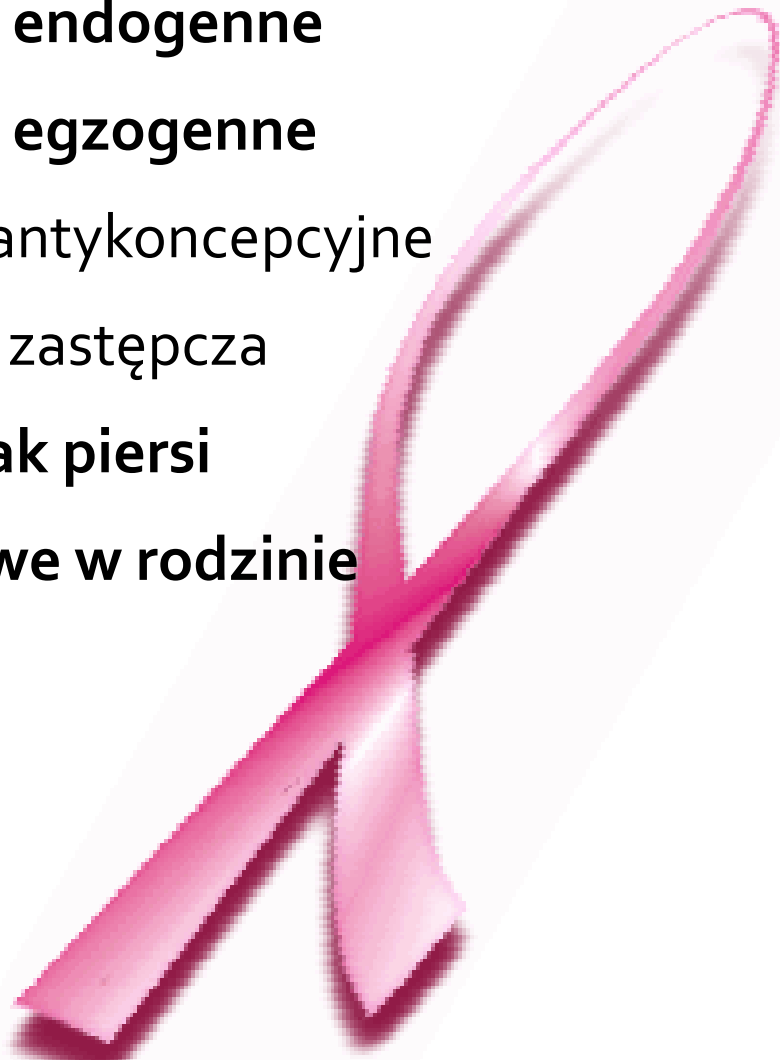
CZYNNIKI RYZYKA RAKA PIERSI



- **Płeć** (K > M)
- **Wiek** (WZROST RYZYKA POWYŻEJ 35 R.Ż.)
- **Aborcja i poronienia**
- **Palenie tytoniu**
- **Nadwaga / Otyłość**
- **Nadużywanie alkoholu** (POWYŻEJ 40G ALKOHOLU DZIENNIE)
- **Położenie geograficzne**
(NAJCZĘŚCIEJ W KRAJACH ZACHODNICH EUROPY ORAZ W AMERYCE PÓŁNOCNEJ)



- **Promieniowanie jonizujące (RTG)**
- **Czynniki hormonalne endogenne**
- **Czynniki hormonalne egzogenne**
 - a) hormonalne środki antykoncepcyjne
 - b) hormonalna terapia zastępcza
- **Wcześniej przebyty rak piersi**
- **Choroby nowotworowe w rodzinie**



OBJAWY RAKA PIERSI



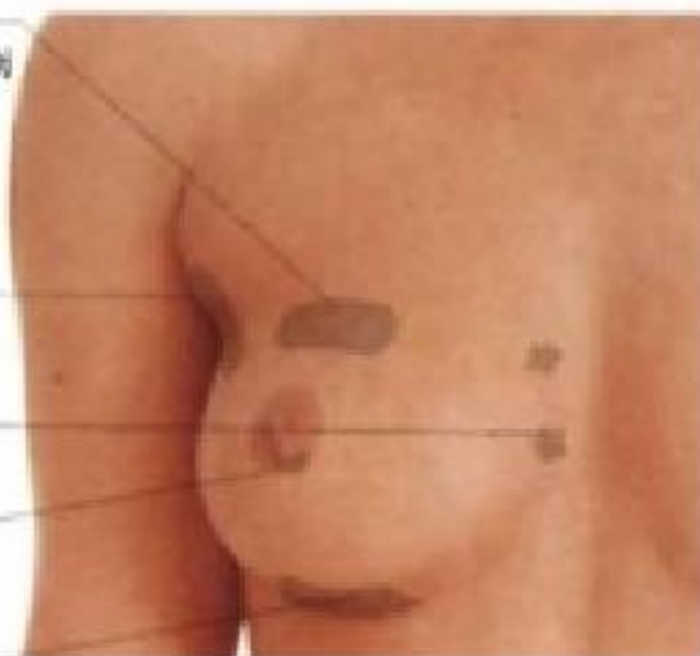
Fragment
nieco grubszej
tkanki

Wybrzuszenie
tłuszczyzny w ogo-
nie pachowym

Wypukłości w miej-
scach przyczepu
żebów do mostka

„Puste” miejsca
pod brodawką

Pas bardziej spoi-
stej tkanki w dolnej
części piersi



- wyciek z brodawki
- wyczuwalny guzek
- wciągnięcie brodawki



Źródło : www.rakpiersi.pl



- zmiana wielkości lub kształtu piersi



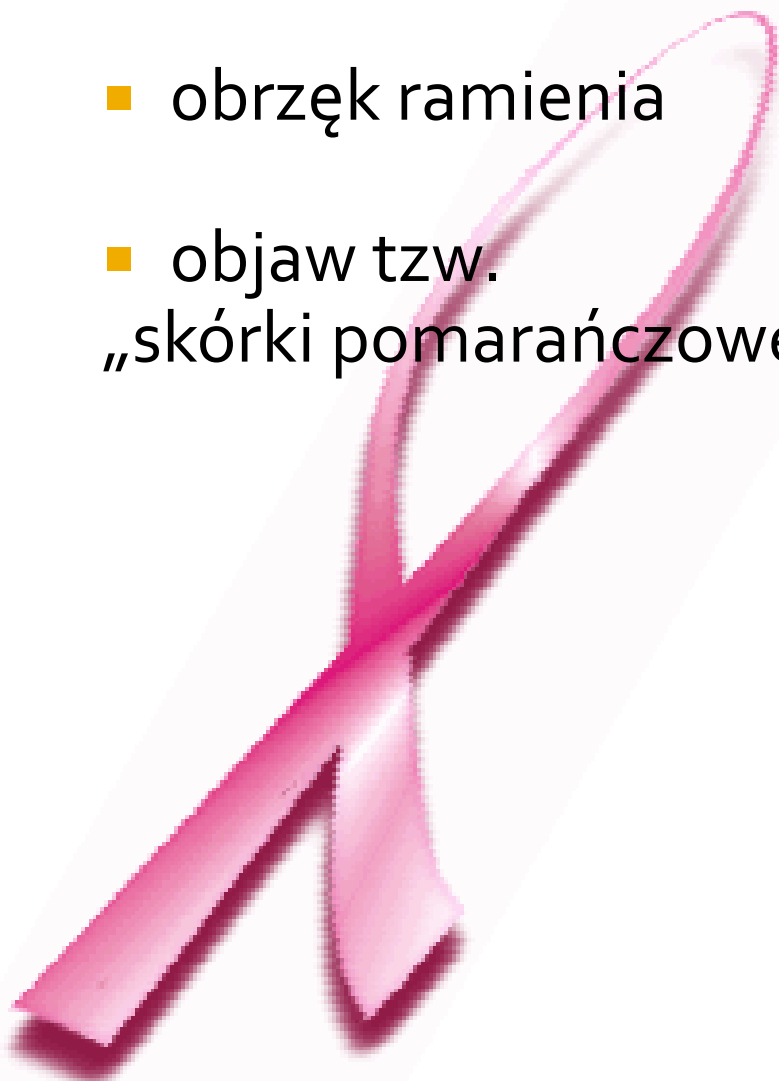
Źródło : www.rakpiersi.pl

- zmiany skórne wokół brodawki (zaczerwienienie, stwardnienie i zgrubienie skóry)
- powiększenie węzłów chłonnych w dole pachowym
- obrzęk piersi



Źródło : www.rakpiersi.pl

- poszerzenie żył skóry piersi
- owrzodzenie skóry piersi
- obrzęk ramienia
- objaw tzw. „skórki pomarańczowej”



Źródło : www.rakpiersi.pl



www.images.us



DIAGNOSTYKA RAKA PIERSI

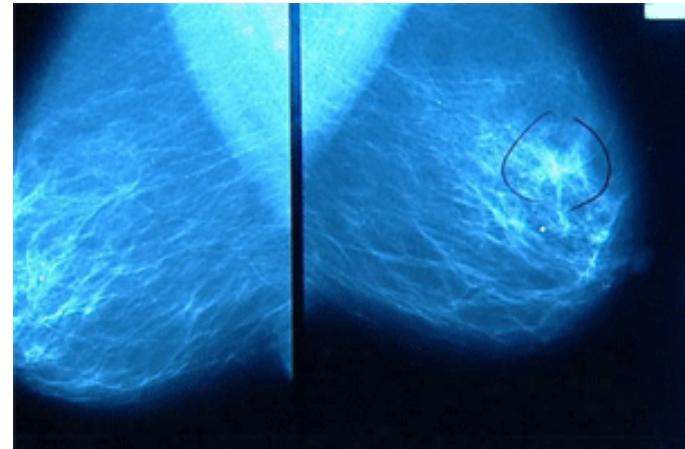


Mammografia

- Mammografia jest badaniem polegającym na prześwietleniu piersi promieniami X (Rentgena)



- Mammografy emitują mniejszą dawkę promieniowania niż te, które są wykorzystywane do badań organów wewnętrznych



Źródło: http://www.amazonki.com.pl/samo_kontrola_piersi.php
<http://rakpiersi.pl/php/galeria.html>

- W badaniu mammograficznym wykrywane są guzki, a także inne zmiany i nieprawidłowości w piersi w bardzo wczesnym etapie, kiedy jeszcze nie można tych zmian wykryć w procesie samobadania czy podczas badań palpacyjnych wykonywanych przez lekarza



Źródło : http://www.amazonki.com.pl/samo_kontrola_piersi.php
<http://rakpiersi.pl/php/galeria.html>



- Piersi w trakcie badania są ściskane pomiędzy dwiema płytkami



Źródło : http://www.amazonki.com.pl/samo_kontrola_piersi.php
<http://rakpiersi.pl/php/galeria.html>

Ultrasonografia (USG)

Przygotowanie do badania:

- badanie to nie wymaga specjalnych przygotowań, najlepiej je jednak wykonać w pierwszej fazie cyklu miesięcznego
- nie zaleca się stosowania dezodorantów, talku, balsamu ani kremów na okolice górnej połowy ciała przed badaniem
- konieczne jest dostarczenie poprzednich wyników badań dotyczących piersi (mammografii, USG, biopsji) wraz z dokumentacją zdjęciową

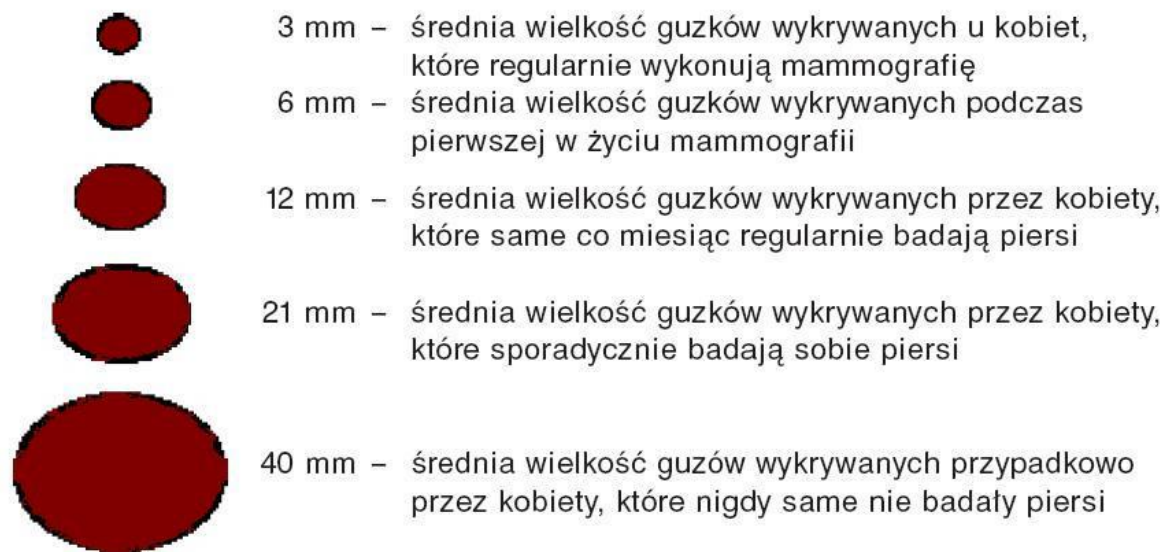


- Ta metoda badania jest szczególnie przydatna do oceny stanu piersi o gęstym utkaniu, a w szczególności u młodych kobiet
- W przypadku większych zmian pozwala na odróżnienie w sposób nieinwazyjny wypełnionych płynem torbieli od guzów litych



Źródło : http://www.amazonki.com.pl/samo_kontrola_piersi.php
<http://rakpiersi.pl/php/galeria.html>

Zobacz, jak wygląda wykrywanie guza w zależności od tego czy poddajesz się regularnym badaniom kontrolnym, czy pozostawiasz sprawę własnemu torowi...



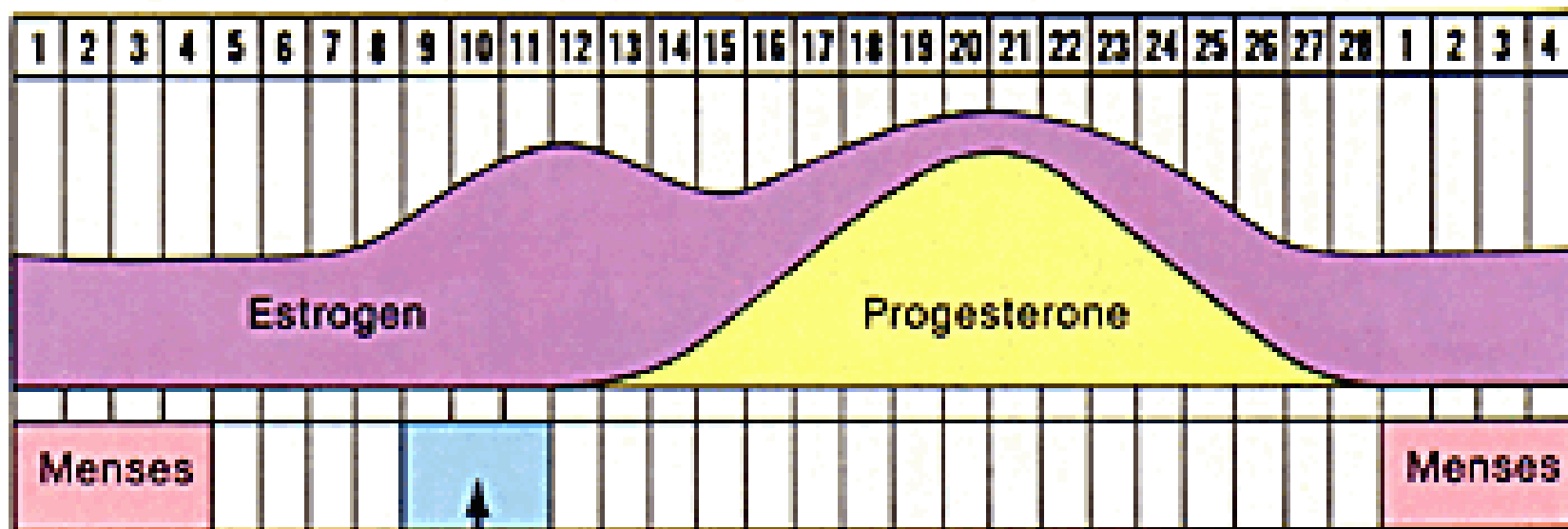
źródło: "Zarys Chirurgii Onkologicznej" pod red. Andrzeja Kopacza, Gdańsk 2000



A pink ribbon, a symbol for breast cancer awareness, is shown in a looped, three-dimensional style. It is positioned diagonally across the left side of the slide, behind the title text. The ribbon has a slight shadow and a highlight, giving it a 3D appearance.

JAK PROWADZIĆ SAMOBADANIE PIERSI

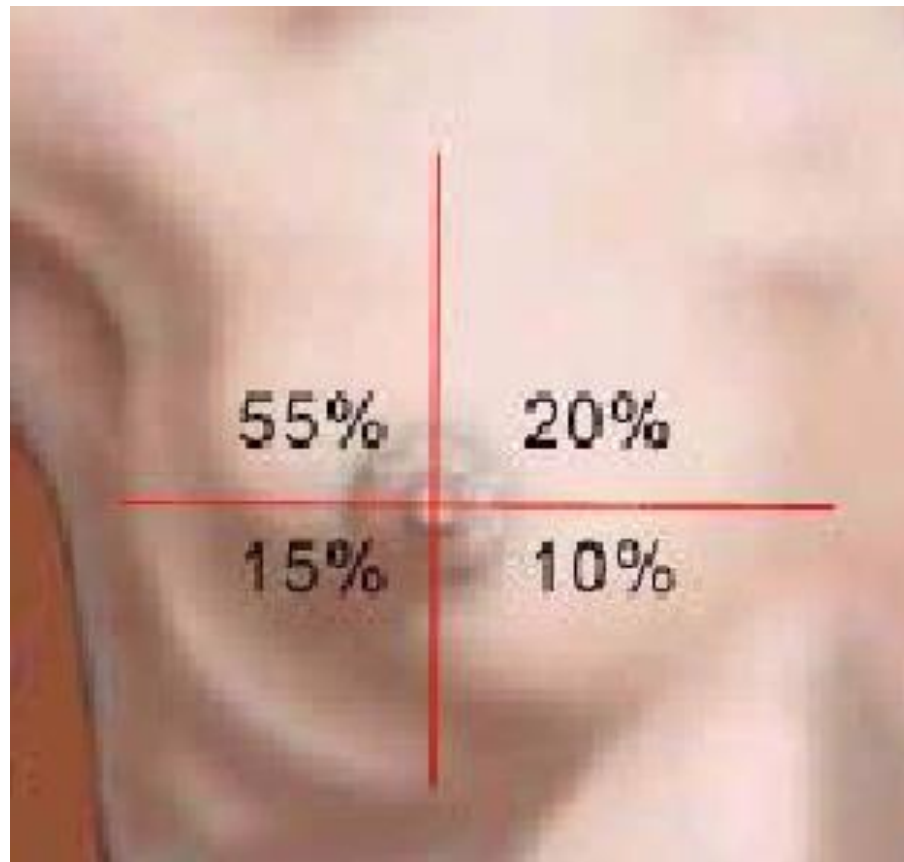
Timing of Examination



Best time for breast examination

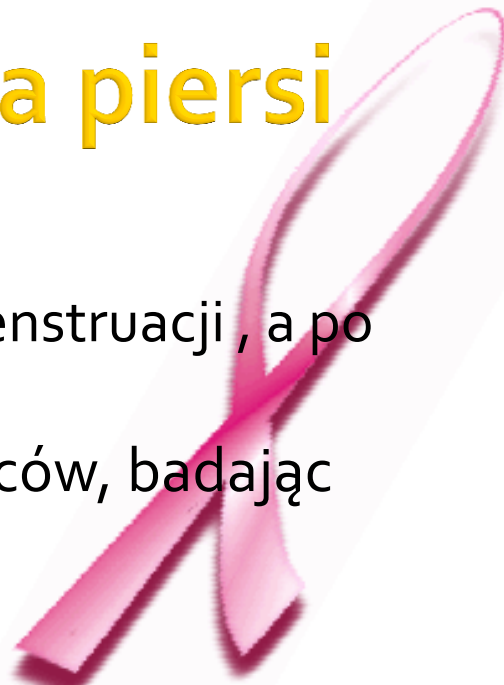
źródło : www.zdrowie.med.pl

*Częstość występowania raka
w czterech kwadrantach sutka
podana w procentach*

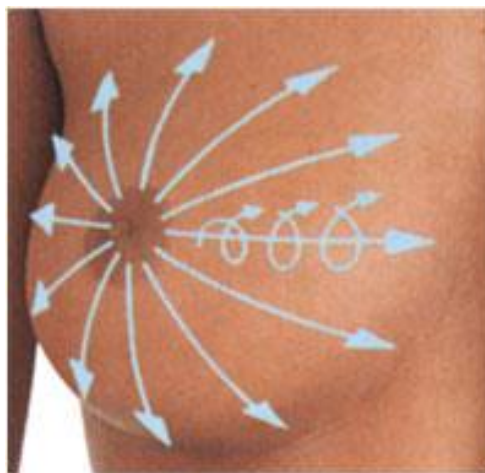


Zasady samobadania piersi

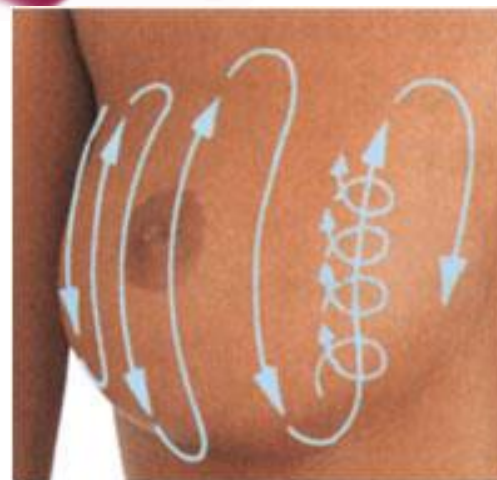
- najlepiej badaj się zawsze 3-4 dni po menstruacji , a po menopauzie raz w miesiącu
- skóry piersi dotykaj całą długością palców, badając opuszkami palców
- sposoby samobadania piersi



Ruchy w kształcie
okręgów



Ruchy promieniste



Ruchy góra - dół

- zawsze wykonuj pełne samobadanie, tj. badaj pierś, okolice nad- i podojojczykową oraz pachową
- badając piersi, oceń brodawkę, otoczkę brodawkową, skórę i mięsz piersi
- gdy zauważysz coś niepokojącego idź do lekarza, nie zwlekaj



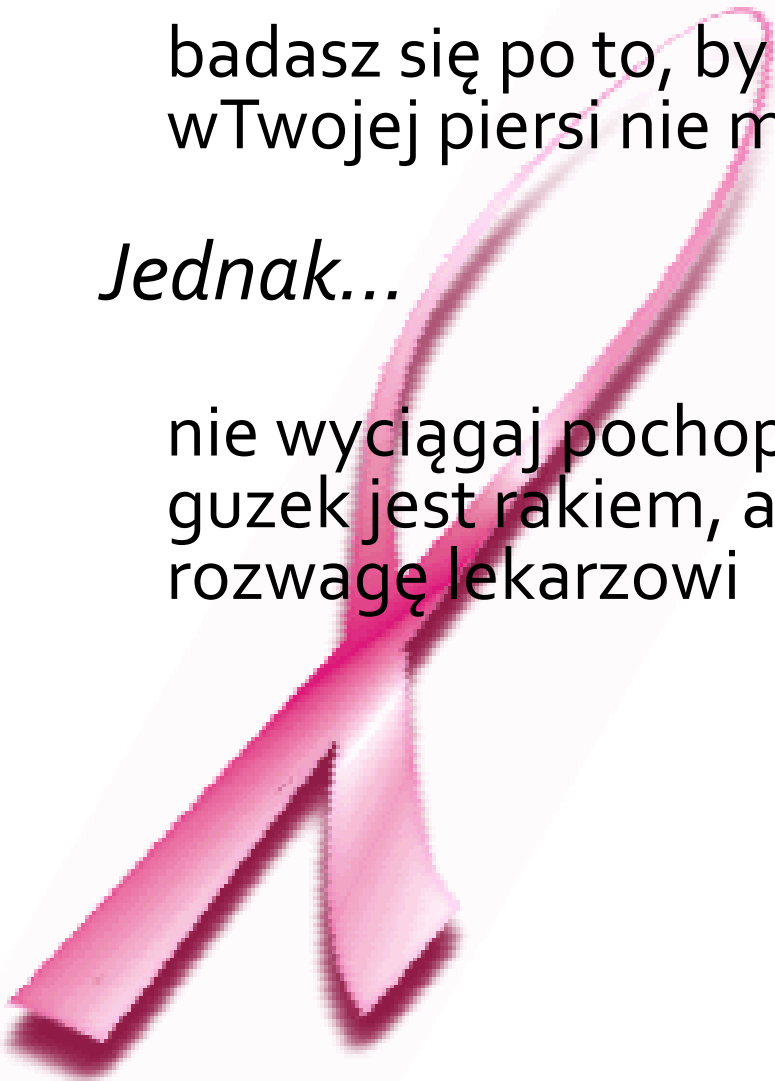
Źródło : www.wco.pl

Pamiętaj...

badasz się po to, by upewnić się, że
wTwojej piersi nie ma guza

Jednak...

nie wyciągaj pochopnych wniosków - nie każdy
guzek jest rakiem, ale każdy należy dać pod
rozwagę lekarzowi



KROK 1

Stań przed lustrem i przyjrzyj się czy :

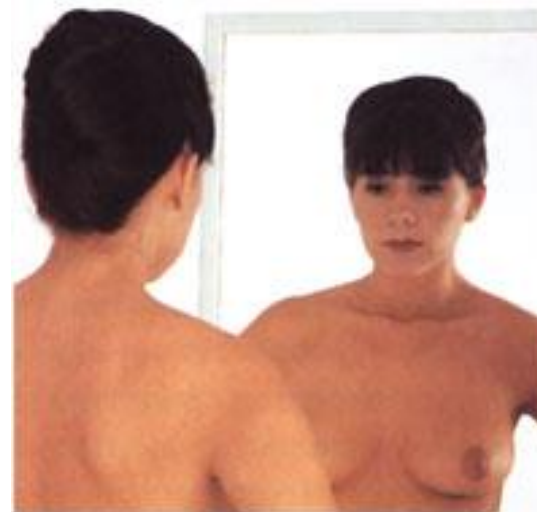
- nie widzisz zmian w kształcie piersi
- nie widzisz zmian w zabarwieniu piersi
- skóra piersi lub cała pierś nie marszczy się lub nie jest napięta



źródło: www.rakpiersi.pl

KROK 2

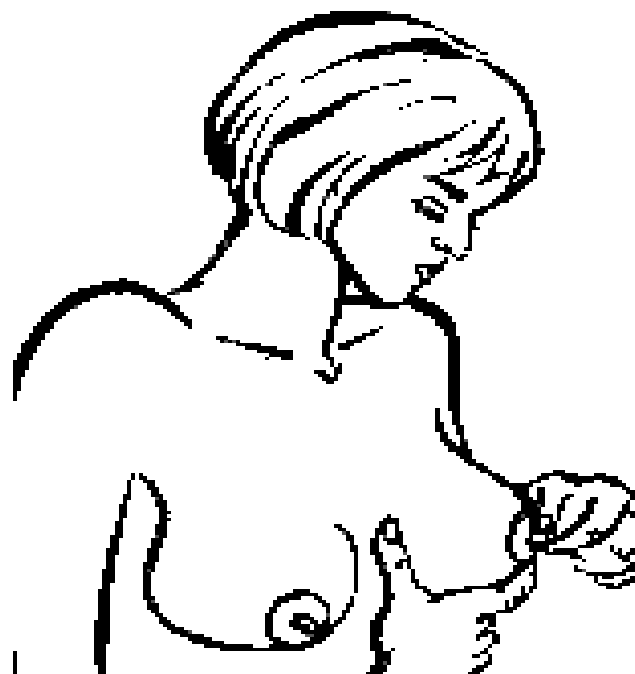
To samo skontroluj unosząc ręce
ku górze oraz opierając je na
biodrach



źródło: www.rakpiersi.pl

KROK 3

Delikatnie ściśnij brodawkę -
zobacz czy nie wydziela się
z niej płyn



źródło: www.rakpiersi.pl

KROK 4

Wsuń poduszkę, lub zwinięty ręcznik pod lewy bark, lewą rękę włóż pod głowę



źródło: www.rakpiersi.pl

KROK 5

Trzema środkowymi palcami
prawej ręki (tylko tę masz do
dyspozycji) zbadaj lewą pierś.

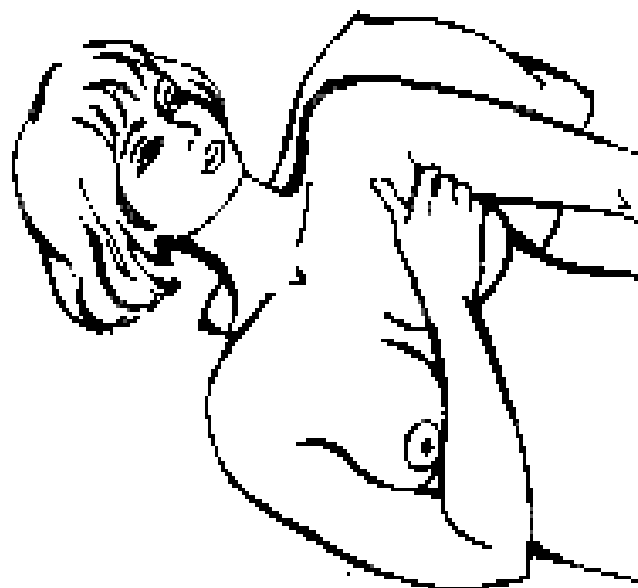
To samo powtórz z prawą
piersią



KROK 6

Wyjmij rękę spod głowy, połóż
wzdłuż tułowia i zbadaj pachy.

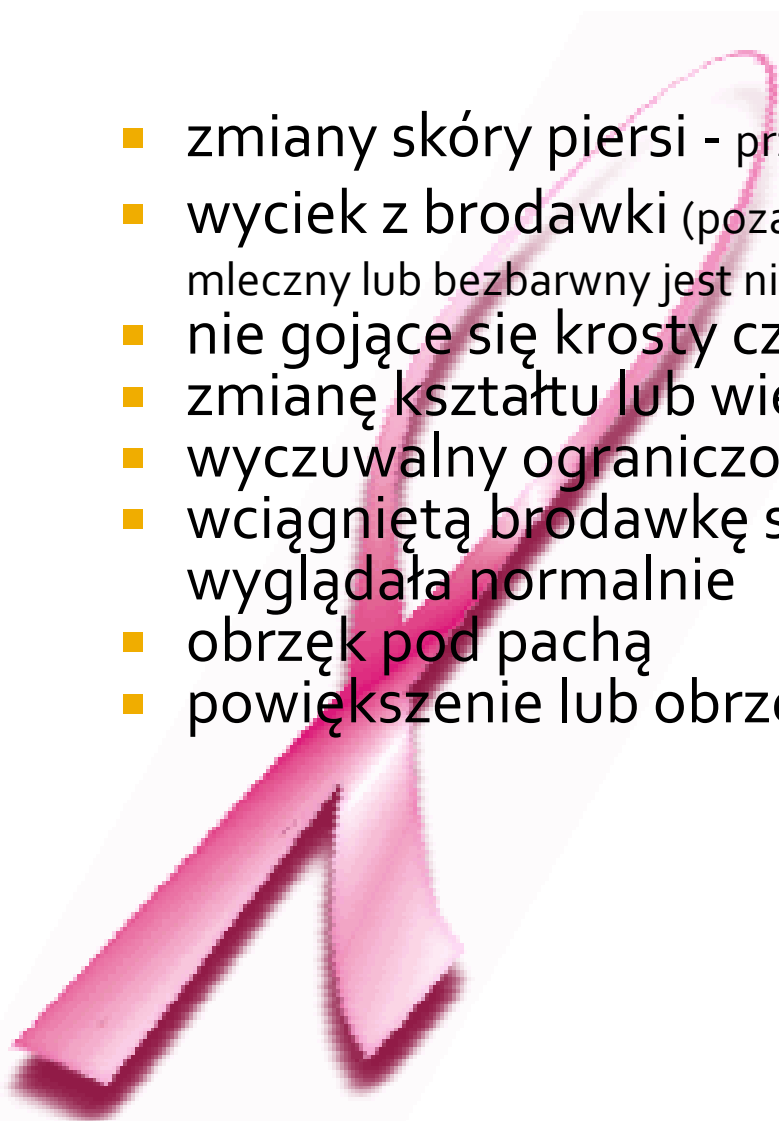
Sprawdź czy nie masz
powiększonych węzłów
chłonnych



źródło: www.rakpiersi.pl

Co może Cię zaniepokoić ?

- zmiany skóry piersi - przebarwienia, naczyniaki, pieprzyki , cellulit
- wyciek z brodawki (poza okresem karmienia wyciek krwisty, mleczny lub bezbarwny jest nieprawidłowy)
- nie gojące się krosty czy owrzodzenia
- zmianę kształtu lub wielkości piersi
- wyczuwalny ograniczony guzek piersi
- wciągniętą brodawkę sutkową , która dotychczas wyglądała normalnie
- obrzęk pod pachą
- powiększenie lub obrzęk węzłów chłonnych



Bibliografia :

Krzakowski M.: Onkologia kliniczna, tom 1, Warszawa, 2006

Pawlicki M.: Rak piersi - nowe nadzieje i możliwości leczenia, Bielsko Biała, 2002

*Materiały konferencyjne „Optymalizacja roli pielęgniarki i położnej w raku piersi”,
Warszawa, 2007*

Netografia :

www.amazonki.com.pl/samo_kontrola_piersi.php

www.onkomed.pl

www.padtech.pl

www.rakpiersi.pl

www.zdrowie.med.pl

www.wco.pl

