



### آنچه باید در مورد سرطان سینه بدانید

سرطان سینه نوعی از سرطان است که از بافت پستان آغاز شده و به دلیل رشد خارج از قاعده سلول‌های غیرطبیعی در پستان رخ می‌دهد. هر اندازه این بیماری زودتر تشخیص داده شده و اقدام به درمان شود، قاعدتا درمان آن آسان‌تر و میزان موفقیت آن بیشتر خواهد بود.

به جرأت می‌توان گفت امروزه، سرطان سینه **رایج‌ترین و دومین عامل مرگ‌ومیر** در میان خانم‌ها می‌باشد. اگرچه در آقایان نیز احتمال ابتلاء به سرطان وجود دارد اما احتمال آن در خانم‌ها بیش از صد برابر است.

تومور سینه به دو صورت تومورهای خوش خیم و تومورهای بدخیم وجود دارد. در هر دو نوع، رشد سلول‌ها سریع و زیاد می‌باشد. البته تومورهای دیگری نیز تحت عنوان تومورهای بینابین وجود دارند که در ابتدا خوش خیم بوده و سپس تبدیل به تومورهای بدخیم می‌شوند.

در تومورهای خوش خیم، روند ازدیاد سلول‌ها در مرحله مشخصی متوقف می‌شود، اما در تومورهای بدخیم روند ازدیاد بدون وقفه ادامه یافته، قابل‌مهار نبوده و در واقع تبدیل به سرطان سینه می‌شود که در صورت عدم درمان به سایر قسمت‌های بدن گسترش یافته (متاستاز)، در کار آن‌ها اختلال ایجاد کرده و در نهایت با درگیر ساختن اعضای حیاتی بدن می‌تواند منجر به مرگ فرد شود.

حدوداً نیمی از سرطان‌های سینه در یک‌چهارم بخش بالایی و خارجی سینه اتفاق می‌افتد. سرطان از منشأ مجاری شیری، شایع‌ترین نوع سرطان سینه می‌باشد.

### راه‌های تشخیص زودرس سرطان سینه

- معاینه سینه توسط خود فرد بصورت ماهیانه بعد از ۲۰ سالگی

- معاینه سینه توسط ماما یا پزشک هر دو سال یک بار از ۳۰ سالگی به بعد

- انجام ماموگرافی

**تشخیص قطعی سرطان سینه پس از نمونه برداری از بافت مشکوک و دریافت جواب پاتولوژی انجام خواهد شد.**

از مهم‌ترین عوامل خطر بروز سرطان سینه می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

- سابقه سرطان سینه در خود فرد

- سابقه خانوادگی سرطان سینه

- بلوغ زودرس

- قاعدگی زود هنگام

- سن بالای مادر در زمان اولین تولد

- نازایی

-چاقی

-رژیم غذایی با مصرف چربی زیاد

-مصرف الکل و دخانیات

-تابش اشعه یونیزان

-یائسگی در سنین بالای ۵۵ سال

-مصرف داروهای هورمونی در دوران یائسگی

-بیماری‌های خوش خیم پستان

- البته لازم به ذکر است که دلایل فوق هرگز به معنای ابتلای قطعی به سرطان سینه نمی‌باشند، اما می‌توانند احتمال ابتلاء به این بیماری را افزایش دهند.

### علائم سرطان سینه

**بروز توده در سینه (تومور سینه):** توده‌های سینه که ممکن است مشکوک به سرطان باشند، حالتی سفت و گاهاً به صورت غیرمتحرک همراه با چسبندگی به اطراف در هنگام لمس دارند و غالباً بدون درد می‌باشند. تشخیص خوش خیم یا بدخیم بودن توده به عهده پزشک متخصص می‌باشد.

**ترشح یا خونریزی از نوک سینه:** ترشح نوک سینه که ناشی از سرطان سینه باشد عموماً به صورت خون یا خونابه و در برخی موارد بی‌رنگ می‌باشد. چنانچه ترشح خونی یا آبکی از یکی از یک سینه و از یک مجرا خارج شود یا توأم با غده در سینه باشد، احتمال ابتلاء به سرطان سینه افزایش می‌یابد.

**تغییرات پوست سینه:** در صورت ابتلاء به سرطان سینه ممکن است تغییراتی از قبیل تغییرات اگزمایی پوست، زخم‌های سفت، نامنظم و ثابت، پوست پرتغالی، فرورفتگی یا کشیدگی پوست سینه بروز کند. علیرغم این‌که فرورفتگی پوست سینه علامت مهمی است، اما دلیل قطعی بر ابتلاء به سرطان سینه نمی‌باشد؛ زیرا ممکن است در اثر بیماری‌های خوش خیم سینه ایجاد شده باشد.

**تغییرات نوک سینه:** در صورت ابتلاء به سرطان سینه، فرورفتگی نوک سینه بروز کرده و این فرورفتگی حالتی ثابت دارد و با معاینه دقیق سینه امکان دارد وجود غده‌ای در زیر نوک و هاله سینه ملموس باشد. البته در برخی موارد فرورفتگی نوک سینه ممکن است بعد از شیردهی یا بعد از بلوغ ایجاد شده باشد که در این صورت به خودی خود یا با دست‌کاری ساده به حالت اولیه برمی‌گردد.

**تغییر سایز سینه:** در حالت طبیعی معمولاً سایز دو سینه کامل یکسان نیست، اما چنانچه اختلاف سایز دو سینه اخیراً ایجاد شده باشد باید سینه‌ها از جهت وجود توده و سلامت مورد معاینه قرار گیرند.

**بزرگ شدن غدد لنفاوی زیر بغل:** بزرگی غدد لنفاوی زیر بغل نگران‌کننده نیست، زیرا ممکن است به دلیل بروز التهاب، ضربه به دست یا پستان یا ضایعات خوش خیم باشد که باید توسط پزشک متخصص معاینه و بررسی شود.