



DEPISTAREA PRECOCE A CANCERULUI MAMAR (SCREENING)

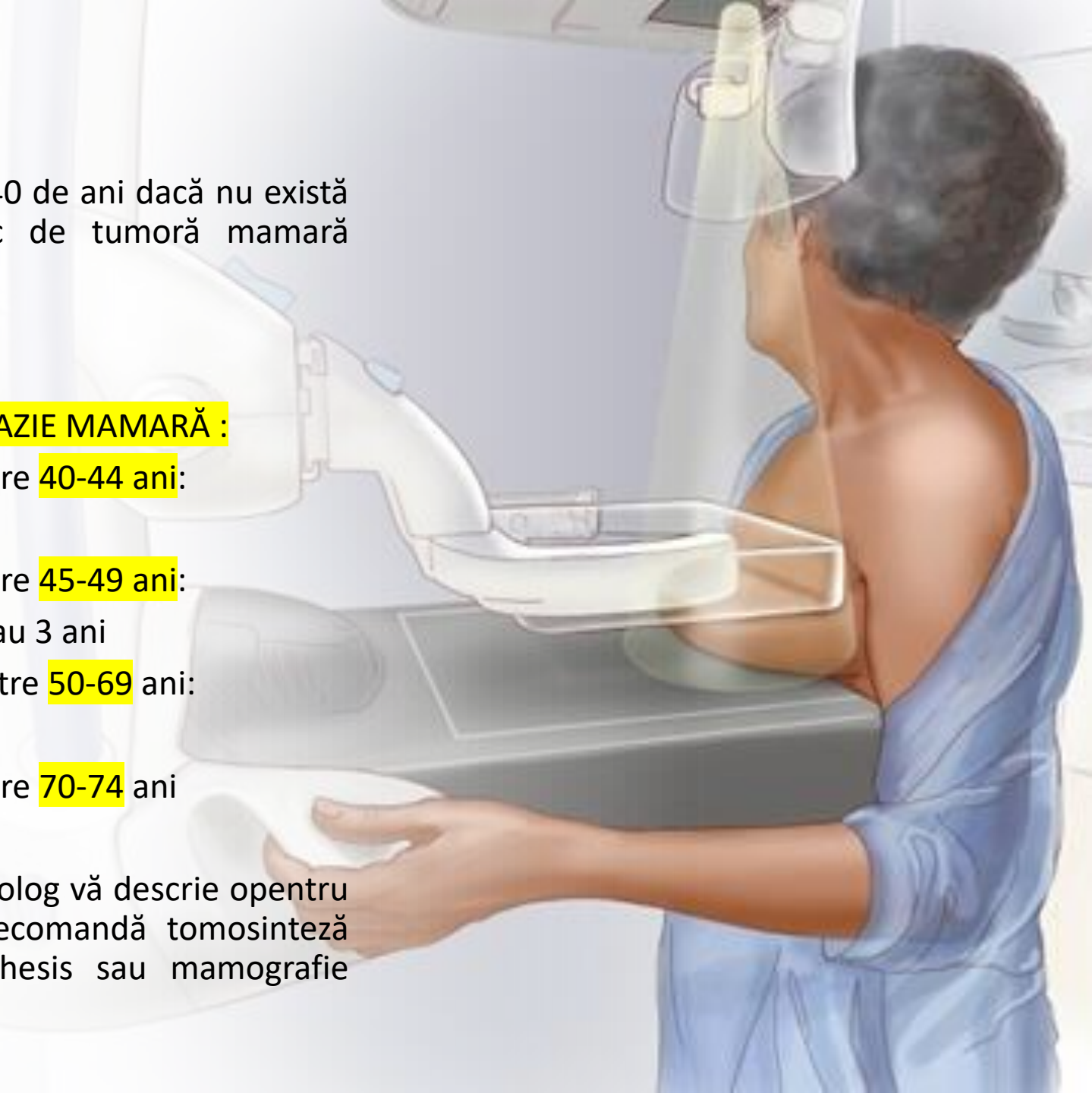
Dr. Ramona Maria Coca
după recomandările Europene

- Prima mamografie este indicată după vârsta de 40 de ani dacă nu există leziuni suspecte prezente clinic sau ecografic de tumoră mamară malignă.

- Există 3 categorii de risc pentru cancerul mamar:

- 1. **INDICAȚIILE PENTRU RISCUL MEDIU DE NEOPLAZIE MAMARĂ :**

- Femeile asimptomatice cu vârste cuprinse între **40-44 ani**:
 - Fără screening mamografic
- Femeile asimptomatice cu vârste cuprinse între **45-49 ani**:
 - Screening mamografic la fiecare 2 ani sau 3 ani
- Femeile asimptomatice cu vârste cuprinse între **50-69 ani**:
 - Screening mamografic la fiecare 2 ani
- Femeile asimptomatice cu vârste cuprinse între **70-74 ani**:
 - Screening mamografic la fiecare 3 ani
- **Mențiune:** dacă medicul dumneavoastră radiolog vă descrie o pentru densitate mamară crescută la mamografie se recomandă tomosinteză mamară digitală (DBT/digital breast tomosynthesis sau mamografie digitală), aparat aflat în dotarea spitalului nostru

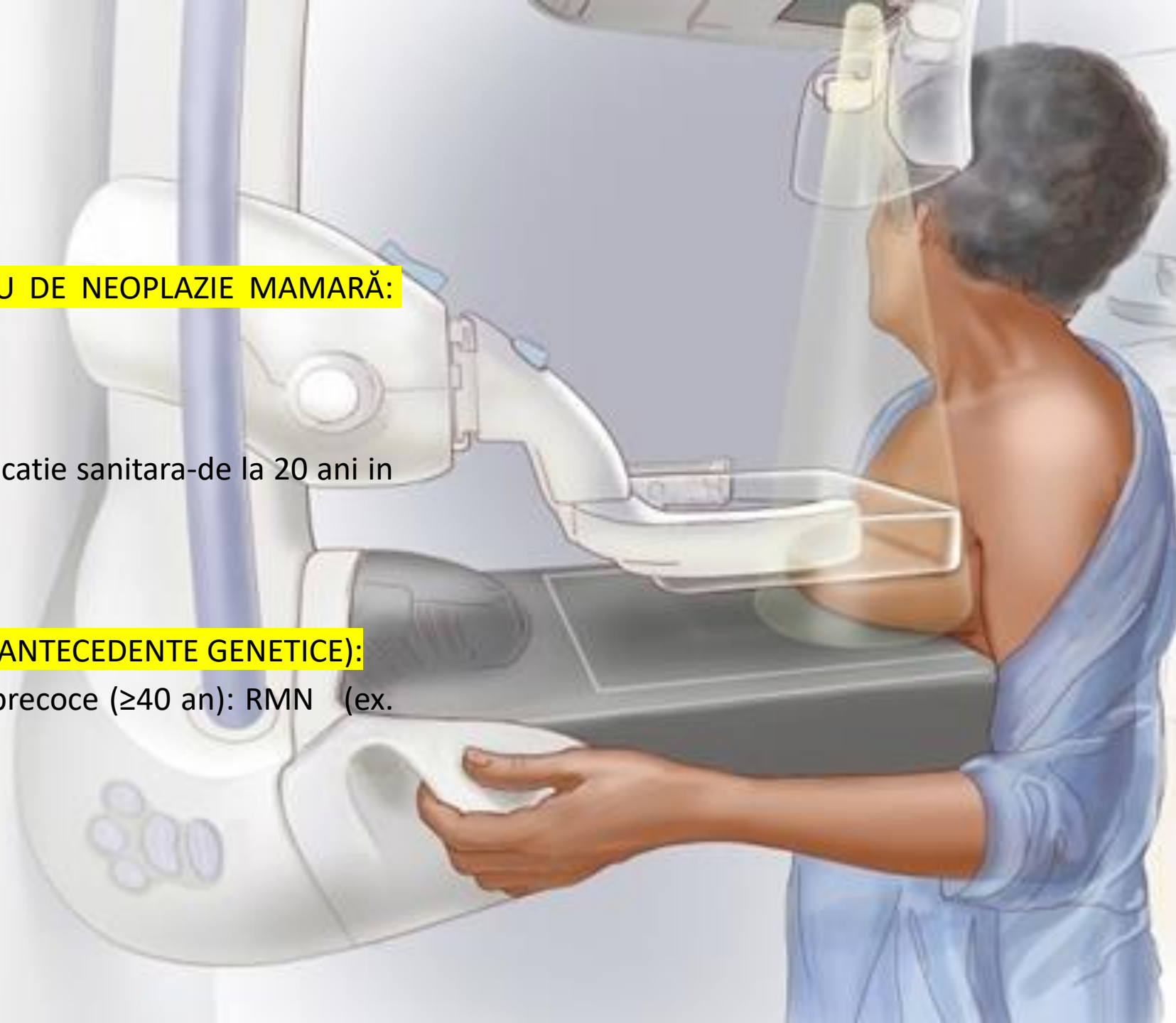


• 2. **INDICAȚIILE PENTRU RISCUL MEDIU DE NEOPLAZIE MAMARĂ:**
EXAMEN CLINIC:

- femeile între 20-30 ani-la 3 ani
- femeile > 40 ani> annual
- autexaminarea/autopalparea-educatie sanitara-de la 20 ani in sus

• 3. **INDICAȚIILE PENTRU RISCUL ÎNALT (ANTECEDENTE GENETICE):**

- examinări mai frecvente și mai precoce (≥ 40 an): RMN (ex. anual)

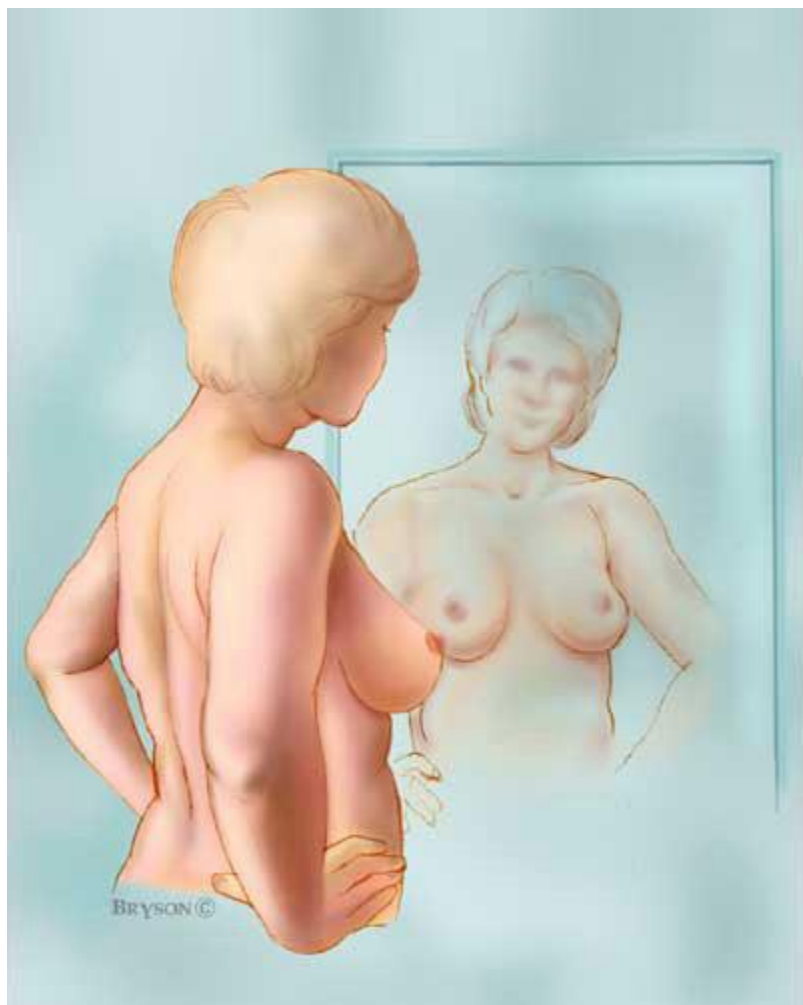


AUTOEXAMINAREA SÂNILOR

- Autoexaminarea sânilor poate fi o modalitate importantă de a găsi o tumoră mamară din timp, atunci când poate fi tratată cu succes.
- În timp ce niciun test nu poate detecta precoce toate cancererele de sân, efectuarea autoexaminării sânilor în combinație cu alte metode de screening poate crește șansele de depistare precoce.
- Metoda este simplă și nu ne ocupă mult timp

AUTOEXAMINAREA SÂNILOR

PASUL 1



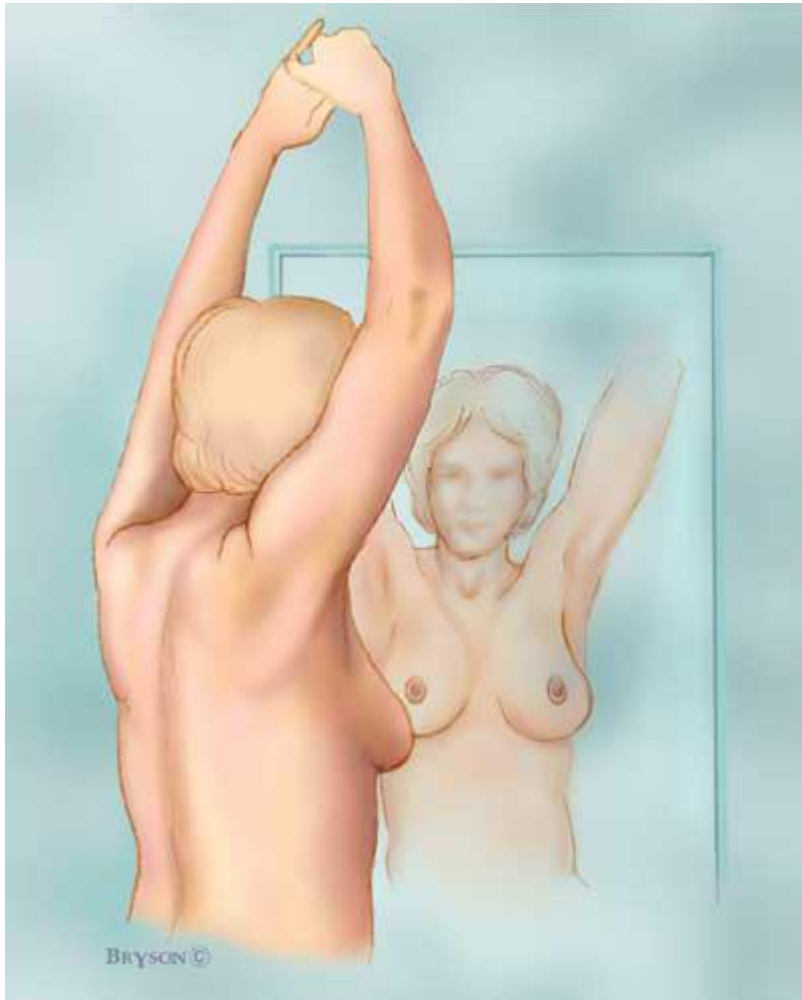
Începeți prin a vă privi sânii în oglindă cu umerii dreupți și brațele pe șolduri.

Căutăm dacă:

- Sânii au dimensiunea, forma și culoarea obișnuită
- Sânii au o formă uniformă, fără distorsiuni vizibile sau umflături
- Dacă vedeți oricare dintre următoarele modificări, aduceți-le la atenția medicului dumneavoastră:
 - ✓ Îngroșarea, modificarea pielii sânelui cu aspect de coajă de potocală
 - ✓ Schimbarea aspectului mamelonului, înfundarea acestuia
 - ✓ Roșeață, durere, erupții cutanate sau umflături

AUTOEXAMINAREA SÂNILOR

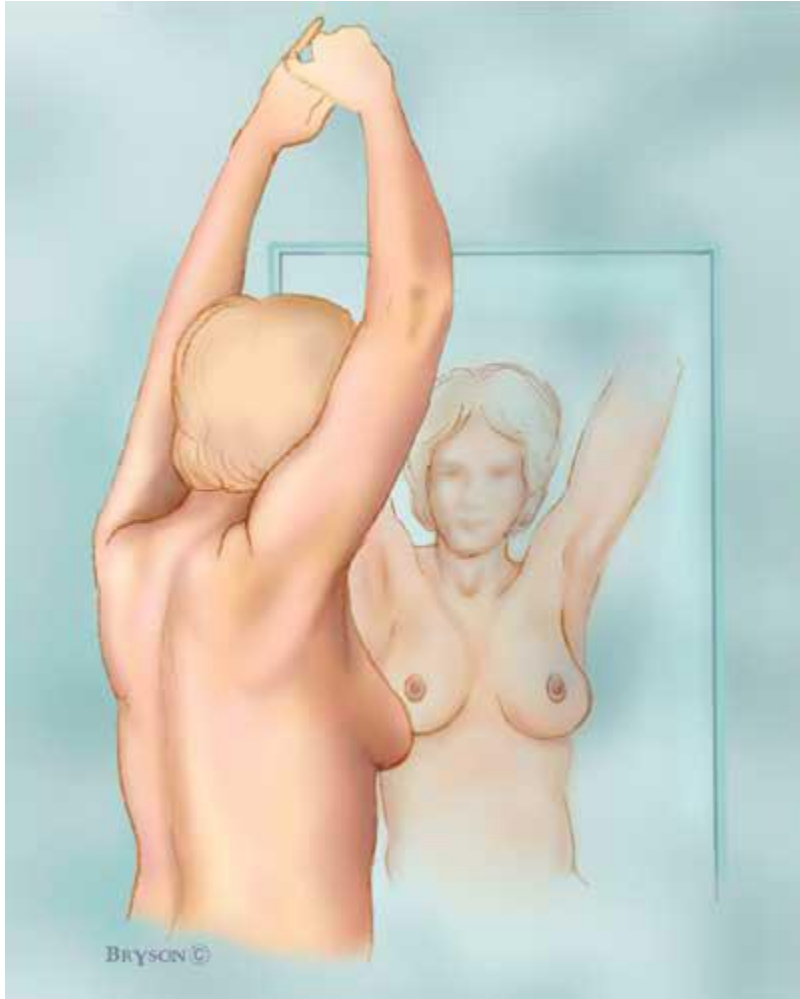
PASUL 2



- Acum, ridică brațele și caută aceleași schimbări

AUTOEXAMINAREA SÂNILOR

PASUL 3



- În timp ce vă aflați la oglindă, căutați orice semne de lichid care iese dintr-unul sau ambele mameloane (acesta ar putea fi un lichid transparent, apos, lăptos, gălbui, maroniu sau sânge).

AUTOEXAMINAREA SÂNILOR

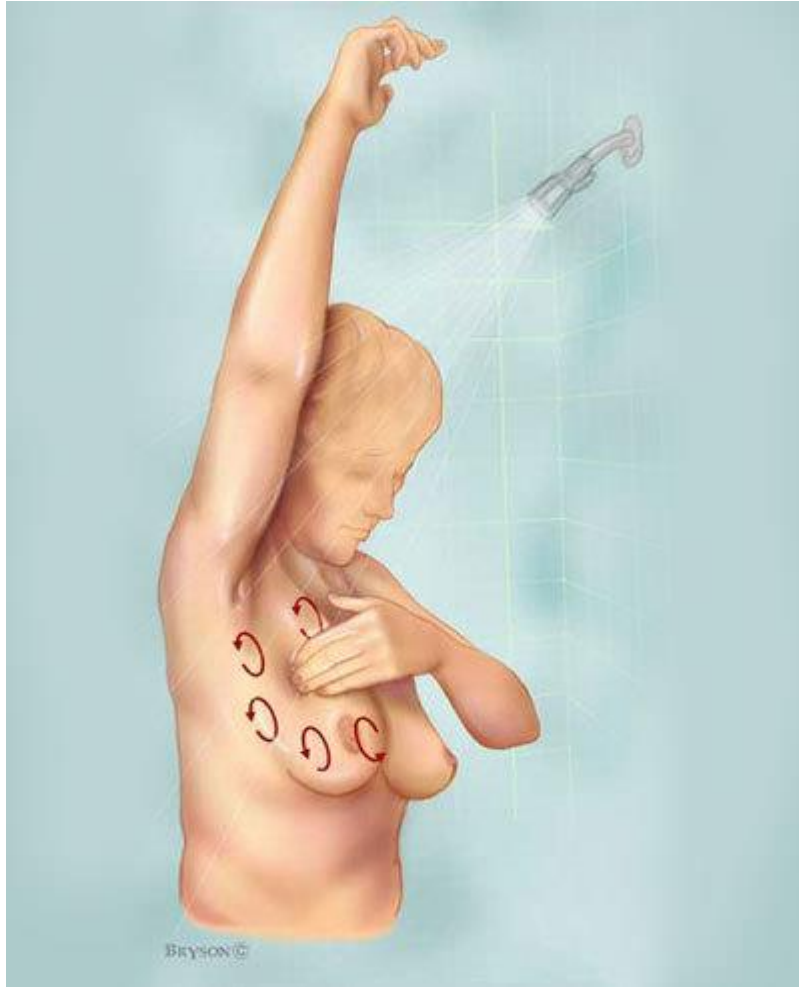
PASUL 4



- Apoi, palpați sânii în timp ce stați culcată, folosind mâna dreaptă pentru a simți sânul stâng și apoi mâna stângă pentru a simți sânul drept. Folosiți o atingere fermă și netedă cu primele degetele din mână, menținând degetele plane și unite. Folosiți o mișcare circulară, de dimensiunea unui sfert.
- Acoperiți întregul sân de sus în jos, de la o parte la alta - de la claviculă până la partea de sus a abdomenului și de la axilă până la decolteu.
- Urmați un model pentru a vă asigura că acoperiți întregul sân. Puteți începe de la mamelon, mișcându-vă în cercuri din ce în ce mai mari până când ajungeți la marginea exterioară a sânelui. De asemenea, puteți mișca degetele în sus și în jos pe verticală, în rânduri, ca și când ați tunde un gazon. Această abordare sus-jos pare să funcționeze cel mai bine pentru majoritatea femeilor. Asigurați-vă că simțiți tot țesutul din față în spatele sânilor: pentru piele și țesut chiar dedesubt, folosiți o presiune ușoară; folosiți o presiune medie pentru țesuturile din mijlocul sânilor; folosiți o presiune fermă pentru țesutul adânc din spate. Când ați ajuns la țesutul adânc, ar trebui să vă puteți simți până la cutia toracică.

AUTOEXAMINAREA SÂNILOR

PASUL 5



- În cele din urmă, simți-ți sânii în timp ce stați în picioare.
- Multe femei consideră că cel mai simplu mod de a-și simți sânii este atunci când pielea le este umedă și alunecoasă, așa că le place să facă acest pas la duș. Acoperiți-vă întregul sân, folosind aceleași mișcări ale mâinilor descrise la pasul 4.