



ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ

ΓΕΝΙΚΟ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ
ΑΜΦΙΣΣΑΣ

< Ιανουάριος – Απρίλιος , 2019 >



19/4/2019: «Καρκίνος Μαστού»

Μάνιου Παναγιώτα / ΤΕ Νοσηλεύτρια,

Τσάμη Ευανθία / ΤΕ Νοσηλεύτρια

Μήτηλη Ελένη / ΔΕ Βοηθός Νοσηλευτών,

ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ : Χειρουργική Νοσηλευτική

ΚΑΡΚΙΝΟΣ ΤΟΥ ΜΑΣΤΟΥ: ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΕΣ ΠΡΟΛΗΨΗΣ



- ◉ Μάνιου Παναγιωτα ΤΕ Νοσηλεύτρια Γ.Ν. Άμφισσας
- ◉ Τσάμη Ευανθία ΤΕ Νοσηλεύτρια Γ.Ν. Άμφισσας
- ◉ Μήτηλη Ελένη ΔΕ Βοηθός Νοσηλευτών Γ.Ν. Άμφισσας

ΣΕ ΤΙ ΘΑ ΑΝΑΦΕΡΘΟΥΜΕ???

- ⊙ Πόσο συχνός είναι ο καρκίνος του μαστού?
- ⊙ Ποια αίτια τον προκαλούν?
- ⊙ Υπάρχουν παράγοντες κινδύνου?
- ⊙ Υπάρχει δυνατότητα πρόληψης?

ΚΑΚΟΗΘΗ ΝΕΟΠΛΑΣΜΑΤΑ ΓΥΝΑΙΚΕΙΟΥ ΠΛΗΘΥΣΜΟΥ

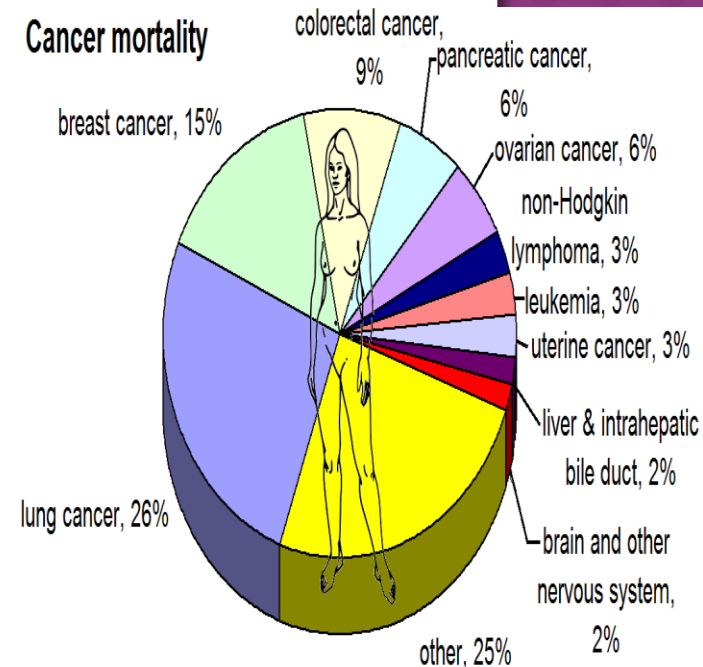
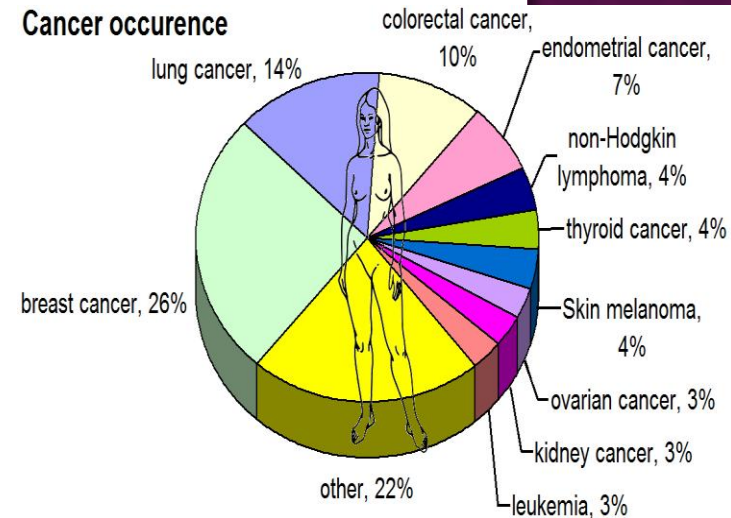
Μαστός = 27,4%

Ο Καρκίνος του Μαστού
είναι **το συχνότερο**
κακόηθες νεόπλασμα που
προσβάλλει τις γυναίκες



ΕΠΙΔΗΜΙΟΛΟΓΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ- ΣΥΧΝΟΤΗΤΑ

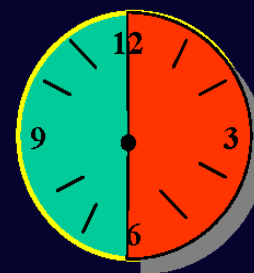
- Ο συχνότερος καρκίνος στο γυναικείο φύλο
- 1/8 κορίτσια θα πάθει καρκίνο μαστού
- Ο 2ος πιο θανατηφόρος
- Η συχνότητα των θανάτων βρίσκεται σε ύφεση!
- Σε κάθε 200 γυναίκες με καρκίνο του μαστού αντιστοιχεί 1 άνδρας δηλαδή ποσοστό 0,5%.



Καρκίνος του Μαστού στην Ελλάδα



Κάθε 1 εργάσιμη ώρα γίνεται η διάγνωση
μίας ακόμη γυναίκας με Καρκίνο του Μαστού

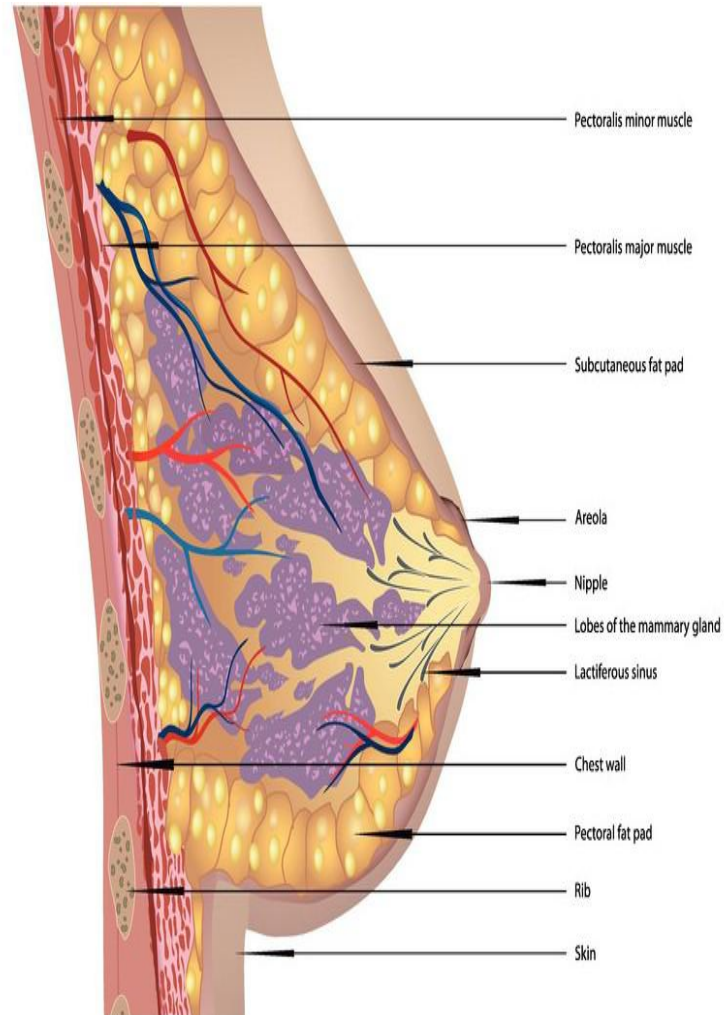


Κάθε 6 ώρες μία γυναίκα χάνει τη ζωή της
από Καρκίνο του Μαστού

ΤΙ ΕΙΝΑΙ Ο ΚΑΡΚΙΝΟΣ ΤΟΥ ΜΑΣΤΟΥ??

Ο μαστός αποτελείται από □

- Λοβία (γαλακτοφόροι αδένες)
- Πόρους (μεταφέρουν το γάλα που παράγεται στην θηλή)
- Στρώμα (λιπώδης και συνδετικός ιστός που περιβάλλει τα ανατομικά στοιχεία του μαστού)



ΤΙ ΕΙΝΑΙ Ο ΚΑΡΚΙΝΟΣ ΤΟΥ ΜΑΣΤΟΥ??

Καρκίνος είναι η ανάπτυξη μη φυσιολογικών κυττάρων.

Τα κύτταρα αυτά μπορούν να διηθήσουν και να καταστρέψουν τους γύρω υγιείς ιστούς. Μπορεί να αρχίσει σε οποιοδήποτε σημείο του μαστού (κυρίως όμως σε πόρους και λόβια: πορογενές-λοβιακό)

ΑΙΤΙΑ ΚΑΡΚΙΝΟΥ ΤΟΥ ΜΑΣΤΟΥ

- ◉ Στην πλειοψηφία των περιπτώσεων ΑΓΝΩΣΤΑ!!
- ◉ Η πιθανότερη αιτία είναι μεταλλάξεις του DNA
- ◉ Οι μεταλλάξεις μπορεί να σχετίζονται με τρόπο ζωής και ηλικία ή να είναι κληρονομικές

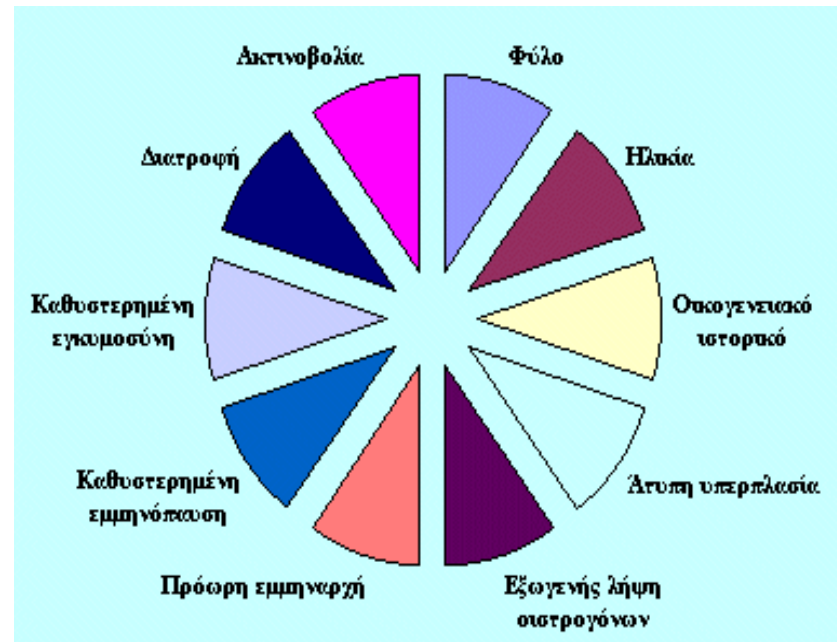


ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΚΙΝΔΥΝΟΥ ???

- ⊙ Οτιδήποτε αυξάνει την πιθανότητα ενός ατόμου να αποκτήσει μια συγκεκριμένη ασθένεια
- ⊙ Κάποιοι από αυτούς τους παράγοντες δεν γίνεται να τροποποιηθούν, κάποιοι άλλοι όμως τροποποιούνται...

ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΚΙΝΔΥΝΟΥ ΚΑΡΚΙΝΟΥ ΤΟΥ ΜΑΣΤΟΥ

- ◉ Φύλο
- ◉ Ηλικία
- ◉ Γενετικό υπόβαθρο
- ◉ Κληρονομικότητα – Οικογενειακό ιστορικό
- ◉ Ατομικό ιστορικό
- ◉ Ακτινοβολία
- ◉ Φυλή
- ◉ Γεωγραφική κατανομή
- ◉ Μορφωτικό επίπεδο
- ◉ Ψυχική ένταση



ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΚΙΝΔΥΝΟΥ ΚΑΡΚΙΝΟΥ ΤΟΥ ΜΑΣΤΟΥ

- ◉ Φάρμακα- ορμόνες-
- ◉ αλκοόλ
- ◉ Πυκνότητα μαστών
- ◉ Ατεκνία
- ◉ 1ο τέκνο >30 ετών
- ◉ Πρόωρη
εμμηναρχή-
όψιμη εμμηνόπαυση
- ◉ Παχυσαρκία
- ◉ Κάπνισμα



ΠΡΟΛΑΒΕ!!!

➤ ΠΡΩΤΟΓΕΝΗΣ ΠΡΟΛΗΨΗ

Ενέργειες παρεμπόδισης ανάπτυξης καρκίνου μαστού

➤ ΔΕΥΤΕΡΟΓΕΝΗΣ ΠΡΟΛΗΨΗ

Έγκαιρη διάγνωση καρκίνου του μαστού

ΤΙ ΜΠΟΡΟΥΝ ΝΑ ΚΑΝΟΥΝ ΟΛΕΣ ΟΙ ΓΥΝΑΙΚΕΣ ΩΣΤΕ ΝΑ ΜΕΙΩΣΟΥΝ ΤΟΝ ΚΙΝΔΥΝΟ???

- ◉ Να διατηρούνται σε φυσιολογικό βάρος
- ◉ Να αυξήσουν τη φυσική τους δραστηριότητα
- ◉ Να ελαττώσουν το αλκοόλ και να κάνουν δίαιτα φτωχή σε λιπαρά
- ◉ Να θηλάζουν
- ◉ Να αποφεύγουνε στρεσογόνες καταστάσεις και να αντιμετωπίζουνε την στενοχώρια με εξωστρέφεια
- ◉ Να αποφεύγουν την ορμονοθεραπεία
- ◉ ΝΑ ΑΥΤΟΕΞΕΤΑΖΟΝΤΑΙ!!

ΠΟΤΕ ΕΝΔΕΙΚΝΥΤΑΙ Η ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΗ ΧΕΙΡΟΥΡΓΙΚΗ???

- Προσωπικό ή οικογενειακό ιστορικό καρκίνου μαστού ή ωοθηκών πρέπει να ελέγχεται για γονιδιακές μεταλλάξεις (BRCA 1,2)
- **ΜΟΝΟ** σε περίπτωση ανεύρεσης μεταλλάξεων προληπτική χειρουργική



ΥΠΑΡΧΕΙ ΣΙΓΟΥΡΟΣ ΤΡΟΠΟΣ
ΠΡΟΛΗΨΗΣ???

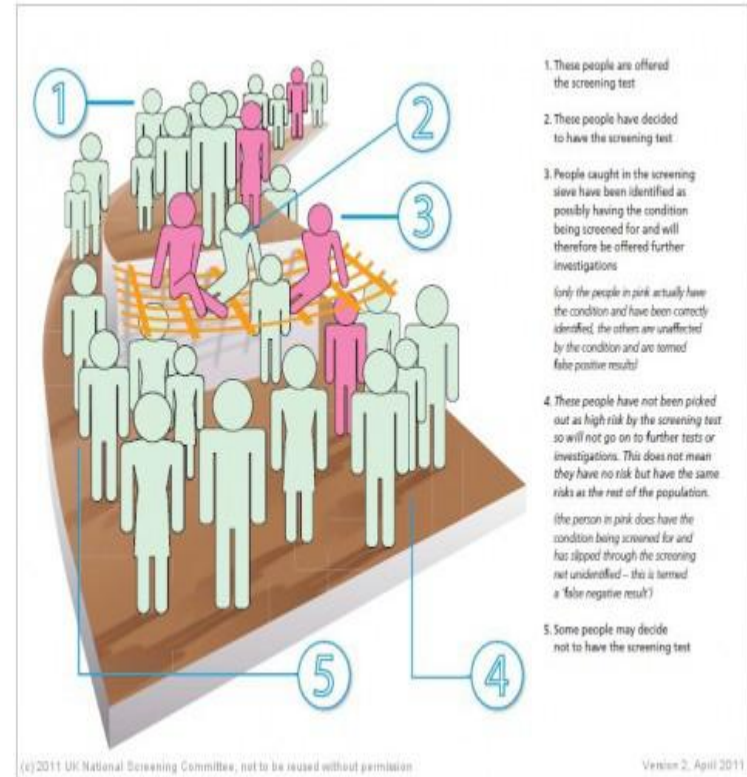
ΌΧΙ!!!

Όμως...

Υπάρχει τρόπος να μειωθεί ο
κίνδυνος και αν έχεις καρκίνο να
τον ανακαλύψεις σε πολύ
πρόωρο στάδιο

SCREENING

- Σύνολο μεθόδων για τη διάγνωση μιας ασθένειας σε ασυμπτωματικό πληθυσμό
- Διάγνωση καρκίνου σε πρόωρο στάδιο άρα καλύτερη αντιμετώπιση και μεγαλύτερη επιβίωση



SCREENING

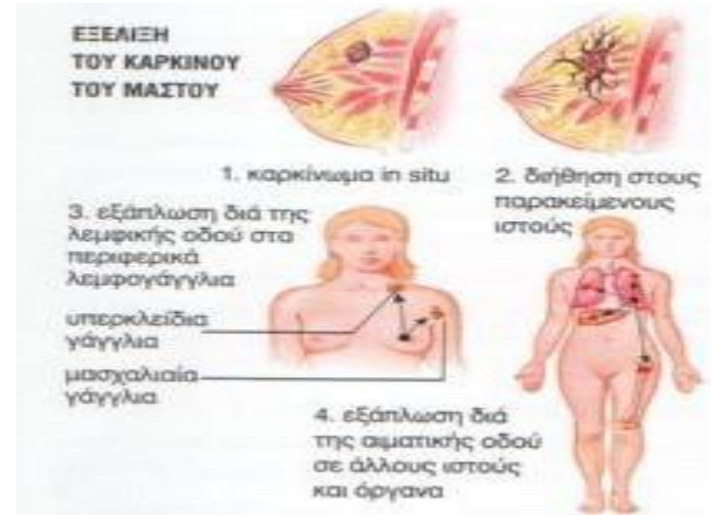
- ⊙ Αυτοεξέταση
- ⊙ Κλινική εξέταση
- ⊙ Μαστογραφία
- ⊙ U/S μαστών
- ⊙ MRI μαστών

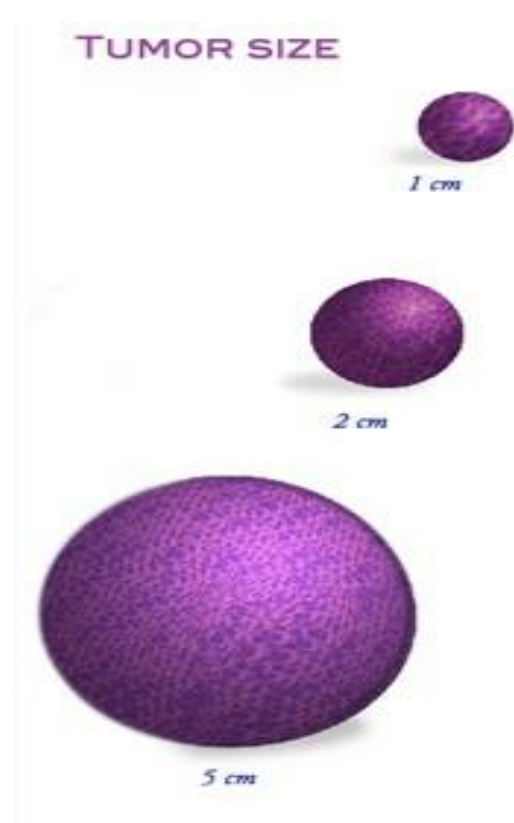
Η χρήση των μεθόδων αυτών σε συνδυασμό μεταξύ τους προσφέρει καλύτερα αποτελέσματα από τη χρήση της κάθε μεθόδου ξεχωριστά!!

ΓΙΑΤΙ ΝΑ ΜΠΩ ΣΕ ΈΝΑ ΤΑΚΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ SCREENING??

Οι καρκίνοι που ανακαλύπτονται απλά μέσω της ψηλάφησης έχουν την τάση να είναι:

- Μεγαλύτεροι
 - Έδη εκτεταμένοι, με διασπορά σε μεγάλο τμήμα του μαστού ή του σώματος
- ΑΡΑ ΣΥΝΗΘΩΣ ΕΧΟΥΝ ΚΑΚΗ ΠΡΟΓΝΩΣΗ
- ΌΜΩΣ...





ΟΙ ΚΑΡΚΙΝΟΙ ΠΟΥ ΑΝΑΚΑΛΥΠΤΟΝΤΑΙ
ΣΤΑ ΠΛΑΙΣΙΑ SCREENING ΣΥΝΗΘΩΣ
ΕΙΝΑΙ ΜΙΚΡΟΙ, ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΕΝΟΙ ΣΕ ΜΙΚΡΟ
ΤΜΗΜΑ ΤΟΥ ΜΑΣΤΟΥ ΚΑΙ ΚΑΛΥΤΕΡΗΣ
ΠΡΟΓΝΩΣΗΣ

ΕΠΑΓΡΥΠΝΙΣΗ ΚΑΙ ΑΥΤΟΕΞΕΤΑΣΗ

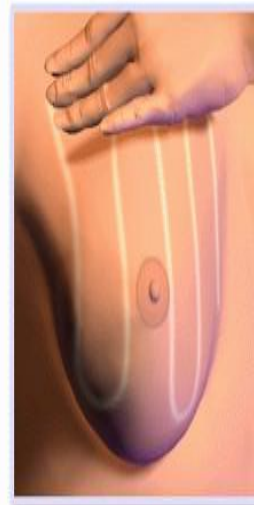
Ενημέρωση για τα οφέλη της
στην ηλικία των 20

Κάθε γυναίκα μπορεί να
ενημερώσει έναν ειδικό για
αλλαγές στους μαστούς της αν

- ✓ Γνωρίζει τη φυσιολογική
όψη

και αίσθηση των μαστών της
(επαγρύπνιση)

- ✓ Υιοθετίσει μια σταθερή
μέθοδο αυτοεξέτασης



ΠΩΣ ΝΑ ΕΞΕΤΑΣΕΤΕ ΤΟΥΣ ΜΑΣΤΟΥΣ ΣΑΣ

Η εξέταση των μαστών από την ίδια γυναίκα αποτελεί το συχνότερο τρόπο ανακάλυψης κάποιου προβλήματος.

Η εξέταση πρέπει να γίνεται 8-12 ημέρες μετά την έναρξη της εμμήνου ρύσεως ή την πρώτη ημέρα κάθε μήνα αν βρίσκεστε στην εμμηνόπαυση ή σε κατάσταση εγκυμοσύνης.



ΔΙΑΚΟΠΗ ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΟΥ ΕΛΕΓΧΟΥ

- ⦿ Δεν υπάρχει συγκεκριμένη ανώτερη ηλικία στην οποία ο έλεγχος πρέπει να διακοπεί.
- ⦿ Η απόφαση να σταματήσει ο έλεγχος με μαστογραφία πρέπει να εξατομικευθεί, συνυπολογίζοντας τα πιθανά οφέλη και τους κινδύνους, στο πλαίσιο της γενικής κατάστασης της υγείας και κατ' εκτίμηση της διάρκειας ζωής.



ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΠΡΟΛΗΨΗΣ

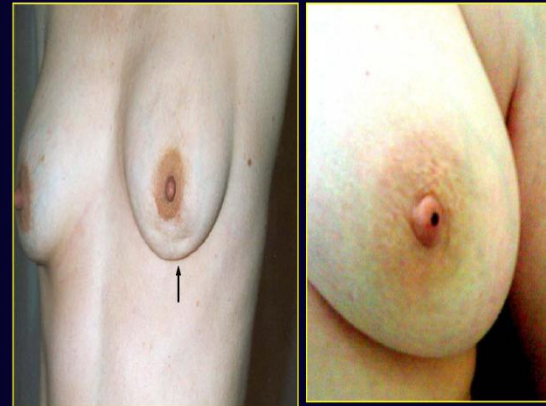
Η έγκαιρη διάγνωση ενός 'πρώιμου',
μικρού σε μέγεθος καρκίνου
που ανιχνεύεται κατά το προληπτικό
έλεγχο με μαστογραφία,
μπορεί να σώσει τη ζωή της γυναίκας,
αλλά και το μαστό της.

ΚΛΙΝΙΚΗ ΕΞΕΤΑΣΗ

Ψάχνουμε για αλλαγές:

- ⊙ Στο σχήμα
- ⊙ Στο μέγεθος
- ⊙ Στο δέρμα
- ⊙ Στη θηλή και στο έκκριμά της

Μετά ψάχνουμε για
ψηλαφητά ογκίδια..

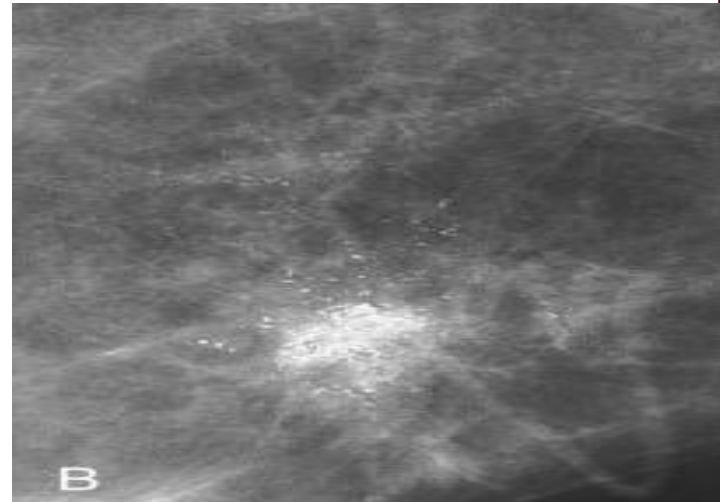


Εισολκή / λακκάκι
του δέρματος

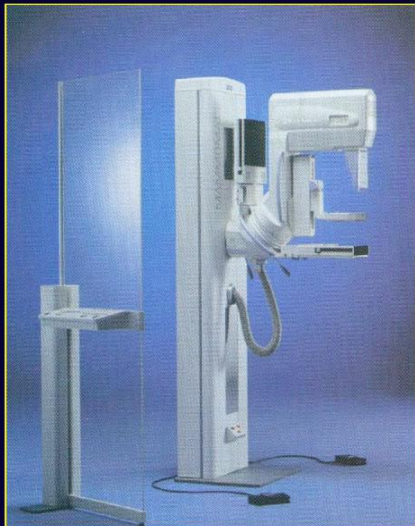
Έκκριμα της θηλής

ΜΑΣΤΟΓΡΑΦΙΑ

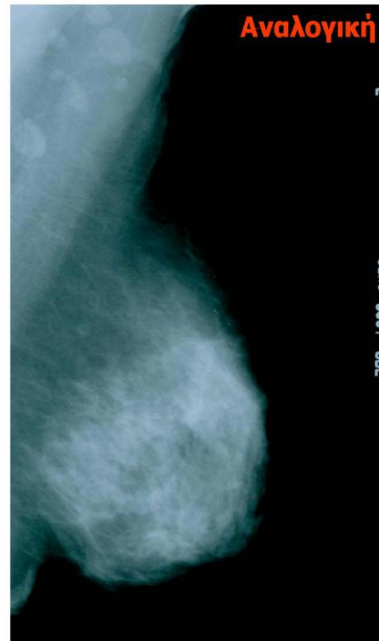
- ⊙ Μια ακτινογραφία του μαστού!
- ⊙ Ο μαστός πιέζεται ανάμεσα σε δυο πλάκες
- ⊙ Έτσι οι ιστοί του «απλώνονται» και παράγεται μια ευκρινής εικόνα του παρεγχύματος
- ⊙ Μικροαποτιτανώσεις ή ογκίδια



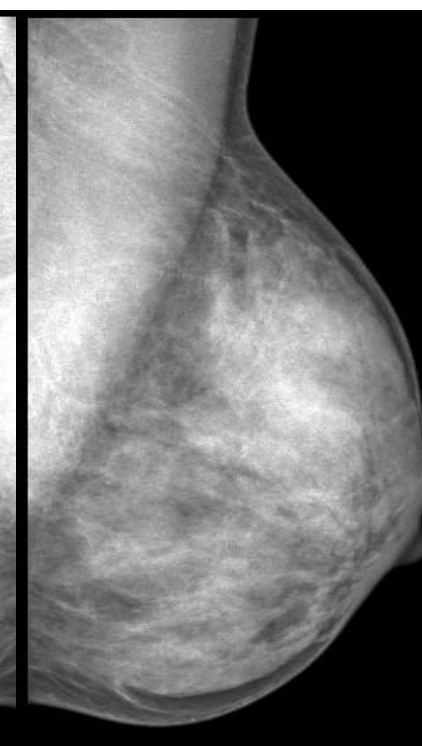
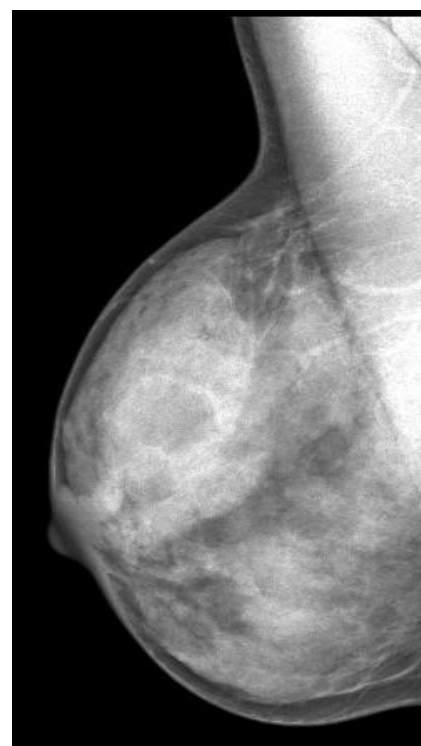
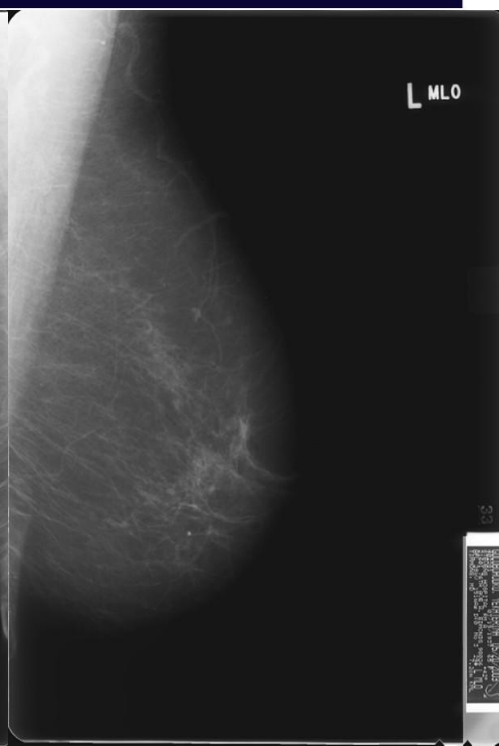
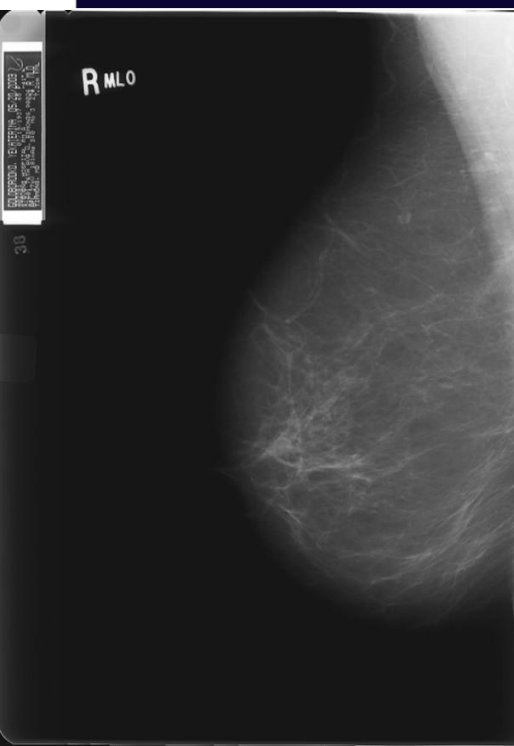
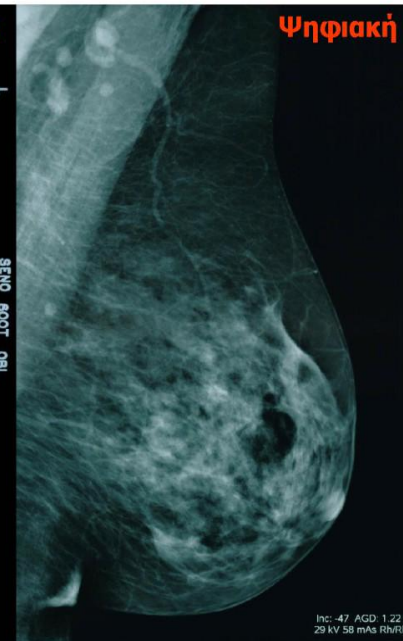
Μαστογραφία



Αναλογική

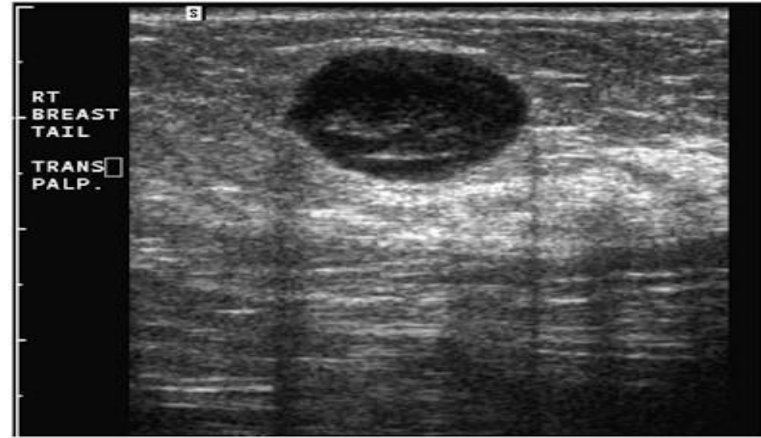


Ψηφιακή



ΥΠΕΡΗΧΟΣ ΜΑΣΤΩΝ

- ◉ Συμπληρώνει την μαστογραφία αλλά δε μπορεί να την αντικαταστήσει.
- ◉ Διακρίνει τις κύστεις από τους συμπαγείς όγκους.
- ◉ Είναι η καλύτερη μέθοδος για τη διάγνωση και την παρακολούθηση νέων γυναικών , ηλικίας < των 30ετών



MRI ΜΑΣΤΟΥ

- ◉ Έχει ένδειξη στις υψηλού κινδύνου γυναίκες
- ◉ Πρέπει να συνδυάζεται με απλή μαστογραφία
- ◉ Χρήση ραδιοπαλμών για την απεικόνιση





© MAYO FOUNDATION FOR MEDICAL EDUCATION AND RESEARCH. ALL RIGHTS RESERVED.

ΠΑΡΑΚΕΝΤΗΣΗ ΜΕ ΛΕΠΤΗ ΒΕΛΟΝΑ (FNA) Η ΒΙΟΨΙΑ ΜΕ ΧΟΝΤΡΗ ΒΕΛΟΝΑ (TRU-CUT)



**Στερεοτακτική βιοψία
με κόπτουσα βελόνη**



Κρεβάτι βιοψίας μαστού

ΑΡΑ, ΤΙ ΜΠΟΡΕΙΣ ΝΑ ΚΑΝΕΙΣ ΕΣΥ, ΓΙΑ ΝΑ ΜΕΙΩΣΕΙΣ ΤΟΝ ΚΙΝΔΥΝΟ???

ΑΛΛΑΞΕ ΤΟΥΣ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΚΙΝΔΥΝΟΥ ΠΟΥ ΕΛΕΓΧΕΙΣ!

- ⦿ Διατήρησε σταθερό βάρος
- ⦿ Μείωσε το αλκοόλ
- ⦿ Κόψε το κάπνισμα
- ⦿ Απόκτησε φυσική δραστηριότητα
- ⦿ Απευθύνσου σε έναν ειδικό και εντάξου σε ένα πρόγραμμα screening σύμφωνα με τις διεθνείς οδηγίες...



ΑΝΑΚΕΦΑΛΑΙΩΝΟΝΤΑΣ...

ΓΕΝΙΚΟΣ ΠΛΥΘΗΣΜΟΣ  HIGH RISK (γονίδια!!)

- ◉ 20-40 ετών: αυτοψηλάφηση /μήνα και κλινική εξέταση /3 χρόνια  Σκεφτόμαστε προληπτική χειρουργική
- ◉ >40 ετών: μαστογραφία/χρόνο, αυτοψηλάφηση/μήνα και κλινική εξέταση /6μηνες  Αν διατηρηθούν οι μαστοί:
>30 ετών μαστογραφία και MRI/χρόνο

ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ ΜΑΣΤΟΓΡΑΦΙΑ ΚΑΙ ΚΛΙΝΙΚΗ ΕΞΕΤΑΣΗ

ΗΛΙΚΙΑ	ΜΑΣΤΟΓΡΑΦΙΑ	ΚΛΙΝΙΚΗ ΕΞΕΤΑΣΗ
35 έως 39 ετών	Πρώτος έλεγχος	Κάθε 2-3 χρόνια
40 έως 49 ετών	Κάθε 1-2 χρόνια	Κάθε χρόνο
Άνω των 50 ετών	Κάθε χρόνο	Κάθε 6 μήνες



Θεμέλιος λίθος της επιτυχίας είναι η
ΕΓΚΑΙΡΗ ΔΙΑΓΝΩΣΗ ΣΤΑ ΠΡΩΤΑ ΣΤΑΔΙΑ ΤΗΣ
ΝΟΣΟΥ
ΓΙΑΤΙ ΟΣΟ ΠΙΟ ΓΡΗΓΟΡΑ ΓΝΩΡΙΣΕΤΕ ΤΟΝ
ΕΧΘΡΟ ΣΑΣ
τόσο καλύτερα μπορείτε να τον πολεμήσετε!!!!

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- ⊙ <https://macohealth.gr/proliptikos-elegxos-kliniki-eksetasi/>
- ⊙ www.breastsurgery.gr/faq.asp?fccatid=5
- ⊙ www.cancer-society.gr/.../απαντήσεις-στα-πιο-συχνά-ερωτήματα-για-τη-μαστογραφία

ΣΑΣ ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ ΠΟΛΥ!!!



μάθε, πρόλαβε, αντιμετώπισε
τον Καρκίνο του Μαστού