

ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ – ΜΗΝΑΣ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ

ΓΙΑ ΤΟ ΚΑΡΚΙΝΟ ΤΟΥ ΜΑΣΤΟΥ

‘η σημασία της έγκαιρης διάγνωσης’

Τα νέα είναι ενθαρρυντικά: αντίθετα με την εντύπωση που υπάρχει, ένας μεγάλος αριθμός γυναικών με καρκίνο του μαστού θεραπεύεται με επιτυχία και συνεχίζει κανονικά τη ζωή του. Είναι πλέον γεγονός, ότι **ο μεγαλύτερος αριθμός γυναικών με καρκίνο του μαστού δεν θα πεθάνει από τη νόσο**. Οι μέθοδοι διάγνωσης και θεραπείας έχουν εξελιχθεί σε τέτοιο βαθμό που είμαστε σε θέση να διαγνώσουμε ένα καρκίνο σε πρώιμο στάδιο, τότε που μπορεί να θεραπευθεί με επιτυχία. Για παράδειγμα, η ευρεία χρήση της μαστογραφίας οδηγεί στην ανίχνευση μικρού μεγέθους καρκίνων που δεν έχουν προλάβει να εξαπλωθούν, ενώ συγχρόνως έχουμε στη διάθεσή μας μοντέρνα και πιο αποτελεσματικά φάρμακα από τη προηγούμενη δεκαετία. Αυτός είναι και ο λόγος για τον οποίο, ενώ η συχνότητα του καρκίνου του μαστού αυξάνει, οι θάνατοι από τη νόσο έχουν ελαττωθεί. Η ενεργός συμμετοχή της γυναίκας στο προληπτικό έλεγχο, μπορεί να οδηγήσει στη κατάργηση του φόβου και των επιπτώσεων μιας νόσου που αποτελούσε ‘ταμπού’ στο παρελθόν.

Τα **στοιχεία για τη χώρα μας** είναι ότι περίπου μία στις δέκα γυναίκες θα αναπτύξει ένα καρκίνο στο μαστό της κατά τη διάρκεια της ζωής της, ή σε απόλυτους αριθμούς, έχουμε περίπου 4.000 νέες περιπτώσεις καρκίνου του μαστού κάθε χρόνο.

Από τους **παράγοντες** που έχουν σχέση με την εμφάνιση καρκίνου του μαστού, ο πιο σημαντικός είναι η ηλικία της γυναίκας. Όσο μεγαλώνει μία γυναίκα, τόσο αυξάνεται και η πιθανότητα να πάθει καρκίνο. Ενδεικτικά, μία γυναίκα 75-80 ετών, έχει σχεδόν τριπλάσια πιθανότητα από μία γυναίκα 55 ετών. Σημαντικός επίσης παράγοντας είναι η διάρκεια κατά την οποία ο μαστός της γυναίκας δέχεται την επίδραση των οιστρογόνων, με άλλα λόγια, όσο πιο νωρίς αρχίζει στη ζωή της η περίοδος (8-9 ετών) και όσο πιο αργά έρχεται η εμμηνόπαυση (άνω των 55 ετών) αυξάνεται η πιθανότητα εμφάνισης της νόσου. Άλλοι παράγοντες είναι οι κυήσεις σε μεγάλη ηλικία (πρώτη κύηση σε ηλικία άνω των 35 ετών), η μακροχρόνια χρήση οιστρογόνων μετά την εμμηνόπαυση, η έλλειψη σωματικής άσκησης και η παχυσαρκία. Ιδιαίτερα σημαντικός παράγοντας είναι αυτό που λέμε θετικό οικογενειακό ιστορικό, το να έχει δηλαδή μία γυναίκα συγγενή πρώτου βαθμού, όπως μητέρα ή αδελφή, η οποία είχε καρκίνο του μαστού, κάτι που τριπλασιάζει περίπου

τον δικό της κίνδυνο για ανάπτυξη καρκίνου. Όσον αφορά το **κληρονομικό καρκίνο** όπου υπάρχει μία αλλοίωση (μετάλλαξη) σε ένα γονίδιο που ευθύνεται για την ανάπτυξη καρκίνου στο μαστό, εκεί η πιθανότητα εμφάνισης της νόσου αυξάνει πάρα πολύ, περίπου 80% κατά τη διάρκεια της ζωής της γυναίκας, ενώ συγχρόνως συνοδεύεται από υψηλή πιθανότητα, περίπου 60%, εμφάνισης καρκίνου των ωοθηκών. Θα πρέπει όμως να τονισθεί ότι ο κληρονομικός καρκίνος αποτελεί μικρό ποσοστό (5-7%) των περιπτώσεων καρκίνου του μαστού.

Το σπουδαιότερο μέσο **πρόληψης** των επιπτώσεων ενός καρκίνου στο μαστό είναι η **έγκαιρη διάγνωση**. Να βρούμε δηλαδή ένα **πρώιμο καρκίνο**, σε μικρό μέγεθος, που να μπορούμε να τον αντιμετωπίσουμε αποτελεσματικά. Η έγκαιρη διάγνωση επιτυγχάνεται με **την αυτοεξέταση, τη μαστογραφία και τη κλινική εξέταση** από ειδικό γιατρό.

Η **αυτοεξέταση** γίνεται από την ίδια τη γυναίκα μία φορά το μήνα, μετά το τέλος της περιόδου της εφ' όσον εξακολουθεί να έχει έμμηνο ρύση και έχει σαν σκοπό να εντοπίσει 'αλλαγές' ή ογκίδια στο μαστό της που δεν υπήρχαν στο παρελθόν, ώστε εάν επιμένουν να απευθυνθεί στο γιατρό της. Το σημαντικότερο όμως μέσον έγκαιρης διάγνωσης στην εποχή μας είναι η **μαστογραφία**, η οποία μπορεί να ανιχνεύσει όγκους πολύ μικρού μεγέθους πριν γίνουν αντιληπτοί με την ψηλάφηση ή ακόμη να αναδείξει αρχόμενους, μη διηθητικούς καρκίνους με μορφή ασβεστώσεων που μπορούμε να τους θεραπεύσουμε πλήρως. Με τα σημερινά χαμηλής δόσεως, μηχανήματα πρακτικός **κίνδυνος από την ακτινοβολία δεν υπάρχει**, ενώ το όφελος είναι πολύ σημαντικό, αφού ξέρουμε ότι η μαστογραφία από μόνη της μείωσε τους θανάτους από καρκίνο του μαστού κατά 30%, ανιχνεύοντας καρκίνους σε πρώιμο στάδιο.

Ο γενικός κανόνας **προληπτικού ελέγχου** είναι να κάνουμε την πρώτη μαστογραφία μεταξύ 35 και 40 ετών και στη συνέχεια μια μαστογραφία κάθε χρόνο. Θα πρέπει όμως να τονισθεί ότι η μαστογραφία πρέπει πάντοτε να συνδυάζεται με την **κλινική εξέταση** από ειδικό γιατρό, διότι υπάρχει ένα 8-10% των περιπτώσεων καρκίνου του μαστού, που για διάφορους λόγους, δεν απεικονίζονται στη μαστογραφία, αλλά μπορεί να εντοπισθούν από τα χέρια ενός έμπειρου στον τομέα γιατρού.

Το **υπερηχογράφημα** των μαστών χρησιμοποιείται επίσης σε συγκεκριμένες περιπτώσεις, όπως πχ. σε νέες γυναίκες με πυκνούς μαστούς ή στη διάκριση μίας

κύστεως, αλλά δεν αντικαθιστά τη μαστογραφία στο προληπτικό έλεγχο του μαστού με σκοπό την έγκαιρη διάγνωση του καρκίνου.

Τα τελευταία χρόνια χρησιμοποιείται επίσης με επιτυχία η **μαγνητική μαστογραφία**, η οποία σε ειδικές περιπτώσεις όπως των γυναικών που έχουν κάνει πλαστικές επεμβάσεις του στήθους με σιλικόνη ή που ήδη έχουν υποβληθεί σε εγχείρηση μαστού στο παρελθόν, μπορεί να αναδείξει μικρές βλάβες και να διευκρινίσει σε μεγάλο ποσοστό εάν πρόκειται για στοιχεία που οφείλονται στη παλιά επέμβαση ή για νέα βλάβη. Επίσης είναι πολύ ενθαρρυντικά τα αποτελέσματά της στον έλεγχο γυναικών πολύ αυξημένου κινδύνου, όπως αυτές που έχει βρεθεί να έχουν μεταλλάξεις στα γονίδια BRCA1-2 (κληρονομικός καρκίνος του μαστού).

Με το συστηματικό έλεγχο των γυναικών με τους παραπάνω τρόπους μπορούμε να έχουμε σημαντικά οφέλη. Κατ' αρχάς η ανίχνευση ενός μικρού σε μέγεθος καρκίνου μας επιτρέπει τις περισσότερες φορές να αφαιρέσουμε τοπικά τον όγκο και να έχουμε άριστο κοσμητικό αποτέλεσμα αποφεύγοντας τη μαστεκτομή. Οι όγκοι που ανιχνεύονται σε πρώιμο στάδιο συνήθως απαιτούν ελαφρά συμπληρωματική θεραπεία με λιγότερες παρενέργειες, ενώ συγχρόνως έχουν άριστη πρόγνωση, με πολύ μικρή πιθανότητα προβλημάτων για το μέλλον. Τέλος, στις περιπτώσεις που αντιμετωπισθεί έγκαιρα ένας μικρός (κάτω από 5 χιλ.) καρκίνος ή ένας μη διηθητικός καρκίνος (in situ) που εντοπίστηκε από τη μαστογραφία με τη μορφή μικρο-ασβεστώσεων, τότε στη μεγάλη πλειονότητα των ασθενών μπορούμε να επιτύχουμε πλήρη ίαση από τη νόσο.

Τα ανωτέρω αποτελούν και την εξήγηση για την ελάττωση των θανάτων από καρκίνο του μαστού, παρά την αύξηση της συχνότητάς του. Η κάθε γυναίκα και ιδιαίτερα μετά την ηλικία των 40-45 ετών, οφείλει να προσέχει τους μαστούς της. **Η πρόληψη είναι η καλύτερη άμυνα για το καρκίνο.**

Χρήστος Μαρκόπουλος, MD, MPhil

*Αν. Καθηγητής Χειρουργικής Ιατρικής Σχολής Αθηνών
Υπεύθυνος της Κλινικής Μαστού του Ιατρικού Κέντρου Αθηνών*