

A mellrákszűrés alapvető tudnivalói

Mi az a mellrák?

Mellráknak az emlőben felfedezett rákot nevezik. Az elváltozás a tejutak (tejet szállító csatornák) sejtjeiből vagy a (tejet előállító) mirigyszövetekből indul ki, és Ontarióban ez a leggyakrabban diagnosztizált ráktípus.

Mi az a rákszűrés?

A rákszűrést (rákot kereső vizsgálatot) olyan személyeken végzik, akiknél esély lehet a rák kialakulására, de nincsenek tüneteik és jó az általános közérzetük. Az Ontario Breast Screening (emlőszűrési) Program (OBSP) az egész tartományra kiterjedő szűrőprogram, amelynek célja rendszeres szűrés biztosításával csökkenteni a mellrákból eredő halálozást.

A mellrákszűrés lehetséges előnyei

Rendszeres mammográfiás (egyfajta röntgenfelvételes) mellrákszűréssel idejekorán felfedezhető a rák, amikor a kezelés sikerességének esélye még nagyobb, és a kezelés kevésbé drasztikus, illetve invazív (jobban tolerálható). A rendszeres szűrés emellett csökkenti a mellrák okozta halál esélyét.

Ki vegyen részt a szűrésben?

A 40–74 éves nők, nemváltók, transznemű és nem bináris személyek OBSP-részvételi feltételei:

- Mellrák tüneteinek hiánya
- Nem volt korábban mellrákja
- Nem végeztek rajta kétoldali masztektómiát (sebészi emlőeltávolítást)
- Nem vett részt az elmúlt 11 hónapban mammográfiás szűrésen
- Olyan transzfeminin, aki legalább 5 éve folyamatosan részesül feminizáló hormonkezelésben

Átlagos kockázat 40–74 évesen

A korcsoportban az OBSP-feltételeknek megfelelők többsége 2 évente készíttethet mammogramot.

Ha Ön 40–49 éves, akkor érdemes tájékozódnia, és eldöntenie, hogy kíván-e részt venni mellrákszűrésen. Az Ön korcsoportjában általában kisebb a mellrák esélye, mint 50–74 évesek esetén. Beszéljen háziorvosával, ápolójával, vagy hívja a Health811 vonalat, akik segítenek eldönteni, hogy részt vegyen-e szűrésen.

Teljesíti a nagy kockázatú OBSP feltételeit?

Lehet, hogy teljesíti a nagy kockázatú OBSP feltételeit, ha 30–69 éves, és rendelkezik bizonyos (pl. BRCA1, BRCA2) génváltozásokkal, családi vagy kórtörténeti alapon nagyobb az esélye mellrákra, vagy végeztek Önön mellkasi sugárterápiát. További tájékoztatásért forduljon háziorvosához, ápolójához, vagy keresse fel [Ontario Health \(Cancer Care Ontario\)](#) webhelyünket.

Ne feledje: Beszéljen háziorvosával, ápolójával, ha mellében bármely változást, például nem múló csomót vagy kipirosodást észlelne, illetve ha mellbimbója változik. A terhesség és szoptatás hatásai szintén elfedhetik a mellrák tüneteit, illetve akadályozhatják azok felismerését, ezért fontos tisztában lenni a tünetekkel. A mell változásait nem minden esetben okozza mellrák, de ezeket azonnal meg kell vizsgáltatni.



Hogyan készíttethetek mammogramot?

Forduljon egy OBSP-helyszínhez, ha mammogramot kíván készíttetni. A helyszín megtalálásához hívja az 1.800.668.9304 számot, vagy keresse fel

ontariohealth.ca/breastscreeninglocations webhelyünket.

A mammográfia biztonságos, ingyenes, és elvégezethető a házi orvos vagy ápoló beutalója nélkül is.

Hogyan történik a mammográfiai vizsgálat?

Mammográfia során röntgenkézzel képet (mammogramot) alkotnak a mellszövetekről.

- Egy radiológus (mammográfia elvégzésére kiképzett szakember) egyenként a mammográfiai készülékbe helyezi a két mellet.
- Egy lassan leereszkedő műanyag lap összenyomja és a helyén így megtartja a mellszöveteket. Néhány másodpercen keresztül egy nyomást érez, amely a szövetekre nem ártalmas.
- Egy mammográfiai vizsgálat rendszerint 15 percet vesz igénybe.

Mi követi a mammográfiai vizsgálatot?

Normál eredmény esetén postai úton, levélben értesítjük. Ebben a soron következő vizsgálat időpontjáról is értesítjük.

A rendellenes eredmény sem jelent szükségszerűen mellrákot, de ilyen esetben további vizsgálatokra lesz szükség. Az adott OBSP-helyszín beszél házi orvosával, illetve ápolójával, és segíthet, hogy a további vizsgálatokra időpontot kapjon. Ha nincs sem házi orvos, sem ápolója, akkor találunk Önnek valakit, aki a következő lépésekben segítségére lesz.

Igényli ezt a tájékoztatást akadálymentes formában?
1-877-280-8538, TTY 1-800-855-0511, info@ontariohealth.ca.

A mammográfia nem tévedhetetlen módszer

A vizsgálat rák hiányában is mutathat ki rendellenességet, amit álpozitív eredménynek neveznek. Az álpozitív eredmény szükségtelen vizsgálat, pl. biopszia (kis szövetmintavétel) elvégzéséhez vezethet.

Előfordulhat, hogy a mammográfia nem mutat ki egy rákot; ezt nevezik hamis negatív eredménynek. Egy hamis negatív eredmény késleltetheti a kezelést.

A mammográfia olyan rákot is megtalálhat, amely sosem okozott volna egészségi problémát; ezt nevezik túldiagnosztizálásnak. A túldiagnosztizálás szükségtelen műtétet vagy kezeléshez vezethet.

Hogyan csökkenthető a mellrák kialakulásának kockázata?

Egyes kockázati (betegség kialakulási esélyét fokozó) tényezők nem változtathatók meg, például életkor, testmagasság, genetika, tömör mell, és az élet során bekövetkező hormonváltozások (például menstruáció korábbi megkezdődése, illetve későbbi elmaradása). Felsorolunk viszont 4 dolgot, amellyel csökkentheti mellrákjának kialakulási esélyeit:

- Kerülje az alkoholt, vagy kevesebbet igyon
- Szokjon le a dohányzásról; legyen füstmentes
- Mindennapi életében legyen fizikailag aktív
- Kerülje a felnőttkori súlygyarapodást

Weblapunkon részletesebben is tájékozódhat a mellrákszűrésről: ontariohealth.ca/breast



Ontario Health
Cancer Care Ontario