

# Что следует знать о скрининге на рак молочной железы

## Что такое рак молочной железы?

Рак молочной железы — это рак, который развивается в груди. Он начинается в клетках, выстилающих протоки (каналы, по которым проходит молоко) или дольки (железистые структуры, вырабатывающие молоко), и является одним из наиболее часто диагностируемых видов рака в Онтарио.

## Что такое скрининг на рак молочной железы?

Скрининг на рак — это обследование для людей, подверженных риску заболевания раком, которые не имеют симптомов и в целом чувствуют себя хорошо. Программа скрининга на рак молочной железы в Онтарио (OBSP) — это общепровинциальная программа скрининга, направленная на снижение смертности от рака молочной железы путем проведения регулярных скринингов.

- у них нет симптомов рака молочной железы;
- они не болели раком молочной железы;
- у них не было двусторонней мастэктомии (операции по удалению обеих молочных желез);
- они не проходили скрининговую маммографию в течение последних 11 месяцев;
- они являются трансженщинами и принимали феминизирующие гормоны не менее 5 лет подряд.

## Потенциальные преимущества скрининга на рак молочной железы

Регулярный скрининг на рак молочной железы с помощью маммографии (разновидности рентгеновского исследования) позволяет обнаружить рак на ранней стадии, когда лечение может быть более эффективным и менее интенсивным или инвазивным (его легче переносить). Регулярный скрининг также снижает вероятность смерти от рака молочной железы.

## Кому следует проходить скрининг?

Женщины, бердаши, трансгендеры и небинарные люди в возрасте от 40 до 74 лет имеют право на участие в программе OBSP, если:

### Средний уровень риска в возрасте от 40 до 74 лет

Большинство людей этой возрастной группы, имеющих право на участие в программе OBSP, могут проходить маммографию каждые 2 года.

Если вам от 40 до 49 лет, вам рекомендуется принять информированное решение о том, подходит ли вам скрининг на рак молочной железы. Как правило, у людей вашей возрастной группы риск заболеть раком молочной железы ниже, чем у людей в возрасте от 50 до 74 лет. Обратитесь к своему семейному врачу, практикующей медсестре или позвоните в службу Health811, чтобы принять решение относительно прохождения скрининга.



## Имеете ли вы право на участие в программе OBSP для людей с высоким уровнем риска?

Вы можете иметь право на участие в программе OBSP для людей с высоким уровнем риска, если вам от 30 до 69 лет и у вас есть определенные изменения в генах (например, BRCA1, BRCA2), более высокий риск заболеть раком молочной железы на основании вашего семейного или личного анамнеза или если вы проходили лучевую терапию грудной клетки. Чтобы получить дополнительную информацию, обратитесь к своему семейному врачу или практикующей медсестре или посетите веб-сайт [Ontario Health \(Cancer Care Ontario\)](https://ontariohealth.ca/cancer-care-ontario).

**Внимание!** Обратитесь к своему семейному врачу или практикующей медсестре, если вы заметили какие-либо изменения в груди (например, уплотнение или покраснение, которые не проходят) или изменения в сосках. Кроме того, во время беременности и грудного вскармливания симптомы рака молочной железы могут оставаться незамеченными или казаться незначительными, поэтому важно не игнорировать их. Изменения в груди не всегда вызваны раком, но в случае их возникновения вам следует немедленно обратиться к врачу.

## Как пройти маммографию?

Обратитесь в отделение OBSP, чтобы пройти маммографию. Чтобы найти отделение, позвоните по телефону 1-800-668-9304 или посетите веб-сайт

[ontariohealth.ca/breastscreeninglocations](https://ontariohealth.ca/breastscreeninglocations).

Маммография — это безопасная и бесплатная процедура, которую можно пройти без направления от семейного врача или практикующей медсестры.

## Что происходит во время маммографии?

Маммография — это обследование, при котором для получения изображений (маммограмм) ткани молочной железы используются рентгеновские лучи.

- Техник-радиолог (специалист, прошедший обучение по проведению маммографии) по очереди поместит груди в маммограф.
- Пластмассовая пластина медленно опустится, прижимая и удерживая ткань молочной железы на месте. В течение нескольких секунд будет ощущаться некоторое давление, которое не повредит ткани.
- Обычно маммография занимает около 15 минут.

## Что происходит после маммографии?

Если у вас нормальный результат, вы получите письмо по почте. В этом письме также будет указано, когда вам следует пройти повторное обследование.

Если у вас аномальный результат, это не обязательно означает, что у вас рак молочной железы, но это значит, что вам нужно пройти дополнительные обследования. Ваш семейный врач или практикующая медсестра получат информацию от вашего отделения OBSP и помогут вам записаться на дополнительные обследования. Если у вас нет семейного врача или практикующей медсестры, вас направят к специалисту, который поможет выполнить дальнейшие действия.

## Маммография не дает стопроцентных результатов

Вы можете получить аномальный результат, даже если у вас нет рака. Это называется ложноположительным результатом. Ложноположительные результаты могут привести к проведению ненужных обследований, таких как биопсия (взятие небольшого образца ткани).

Маммография может не обнаружить рак. Это называется ложноотрицательным результатом. Ложноотрицательные результаты могут привести к задержке лечения.



Маммография также может обнаружить рак, который в противном случае не вызвал бы проблем со здоровьем. Это называется гипердиагностикой. Гипердиагностика может привести к ненужной операции или лечению.

## **Как я могу снизить риск возникновения рака молочной железы?**

Некоторые факторы риска, которые могут повысить вероятность заболевания, изменить невозможно, включая возраст, рост, генетическую предрасположенность, плотную грудь и гормональные изменения на протяжении жизни (например, более раннее начало менструации или более позднее наступление менопаузы). Но вы можете следовать четырем рекомендациям, чтобы снизить риск возникновения рака молочной железы:

- избегайте употребления алкоголя или сократите его потребление;
- бросьте курить или не начинайте курить;
- будьте физически активны каждый день;
- избегайте увеличения веса во взрослом возрасте.

**Для получения дополнительной информации о скрининге на рак молочной железы посетите веб-сайт [ontariohealth.ca/breast](https://ontariohealth.ca/breast)**

