

# Шта треба да знате у вези са скринингом на рак дојке

## Шта је рак дојке?

Рак дојке је рак који се налази у дојкама. Ствара се у ћелијама које облажу канале (каналиће који преносе млеко) или лобулама (жлездама које производе млеко) и представља један од најчешће дијагностикованих облика рака у Онтарију.

## Шта је скрининг на рак?

Скрининг на рак (преглед на рак) представља тестирање које се врши на људима код којих постоји шанса да добију рак, али који немају никакве симптоме и генерално се добро осећају. Онтарио скрининг програм на рак дојке (*OBSP*) представља програм скрининга на нивоу целе покрајине који има за циљ смањење броја смртних случајева од рака дојке тако што нуди редован скрининг.

## Потенцијалне користи од скрининга на рак дојке

Редовним скринингом на рак дојке уз помоћ мамографа (врста рендгенског снимка) рак се може открити у раној фази, када лечење има веће шансе да буде успешно и може да буде мање интензивно или инвазивно (лакше се подноси). Редовним скринингом такође се смањују шансе од смрти од рака дојке.

## Ко треба да се прегледа?

Жене, двополне, трансродне и небинарне особе старости између 40 и 74 године квалификују се за *OBSP* под условом:

- Да немају симптоме рака дојке
- Да немају личну историју рака дојке
- Да нису имале двоструку мастектомију (оперативни захват уклањања обе дојке)
- Да се нису подвргле скринингу на мамографу у последњих 11 месеци
- Да су трансжене и да су користиле женске hormone најмање 5 година узастопно

## Просечан ризик за особе између 40 и 74 године

Већина особа у овој старосној групи које се квалификују за *OBSP* може се подвргнути мамографији сваке 2 године.

Ако имате између 40 и 49 година, подстичемо вас да донесете информисану одлуку о томе да ли је скрининг на рак дојке за вас. Опште узев, особе ваше животне доби имају мање шансе да добију рак дојке него особе између 50 и 74 године. Разговарајте са својим породичним лекаром, специјализованом медицинском сестром или позовите Health811 ако вам треба помоћ да одлучите да ли да се подвргнете скринингу.

## Да ли се квалификујете за високи ризик у оквиру *OBSP*-а?

Можете се квалификовати за високи ризик у оквиру *OBSP*-а ако имате између 30 и 69 година и одређене генетске промене (нпр. BRCA1, BRCA2), веће шансе да добијете рак дојке на основу породичне или личне анамнезе, или сте се подвргли зрачној терапији груди.

За више информација, разговарајте са својим породичним лекаром или медицинском сестром, или посетите веб сајт [Ontario Health \(Cancer Care Ontario\)](https://ontariohealth.ca/cancer-care-ontario).

**Запамтите:** Контакттирајте свог породичног лекара или специјализовану медицинску сестру ако приметите било какве промене на дојкама, као што је квржица или црвенило које не престаје, као и промене на брадавици. Такође, последице трудноће или дојења могу да прикрију симптоме рака дојке или да учине да се они превиде, па је важно имати то на



уму. Промене не дојкама нису увек узроковане раком, али их треба одмах проверити.

### Како да закажем маммографију?

Контактирајте *OBSP* локацију да бисте заказали маммографију. Да бисте пронашли локацију, позовите 1.800.668.9304 или посетите [ontariohealth.ca/breastscreeninglocations](https://ontariohealth.ca/breastscreeninglocations).

Маммографи су безбедни, бесплатни, а можете се подвргнути маммографији без упута породичног лекара или специјализоване медицинске сестре.

### Шта се дешава током маммографије?

Маммографија представља тестирање које користи рендгенске зраке да направи слике (маммограме) ткива дојке.

- Радиолошки техничар (лице које је обучено да користи маммограф) поставиће једну по једну дојку у маммограф.
- Пластична плоча ће се полако спуштати да притисне и задржи ткиво дојке. На неколико секунди ћете осетити притисак који не штети ткиву.
- Маммографски прегледи обично трају око 15 минута.

### Шта се дешава после маммографије?

Ако имате нормалан налаз, добићете писмо поштом. У том писму ће такође бити назначено када треба поново да се подвргнете скринингу.

Ако имате абнормалан налаз, то не значи нужно да имате рак дојке, већ да треба да обавите додатна тестирања. Ваш породични лекар или специјализована медицинска сестра добиће информацију са *OBSP* локације и помоћи ће вам да закажете додатна тестирања. Ако немате породичног лекара или медицинску сестру, повезаће вас са неким од њих ко ће вам помоћи да предузмете наредне кораке.

### Маммографија није савршено тестирање

Можете добити абнормалан налаз и ако немате рак дојке, што се назива лажно позитивним налазом. Лажно позитивни налази могу резултирати непотребним тестирањем, попут биопсије (узимања малог узорка ткива).

Маммографијом се може и неустановити рак, што се назива лажно негативним налазом. Лажно негативни налази могу резултирати одлагањем лечења.

Маммографијом се такође може пронаћи рак који иначе не би изазвао здравствене проблеме, што не назива претерана дијагноза. Претерана дијагноза може резултирати непотребном операцијом или лечењем.

### Како могу смањити шансе да добијем рак дојке?

Одређене факторе ризика (ствари које могу повећати шансе да се разболите) не можете променити, као што су године, висина, генетски склоп, густо ткиво дојки или хормонске промене у животу (нпр. добијање менструације раније у животу или каснији улазак у менопаузу). Али у наставку су 4 ствари које можете да учините како бисте смањили шансе од добијања рака дојке:

- Избегавајте алкохол или смањите алкохол
- Престаните да пушите или наставите да се клоните дуванског дима
- Будите физички активни као део свакодневног живота
- Избегавајте добијање на тежини у одраслом добу

### За више информација у вези са скринингом на рак дојке, молимо посетите

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

