

CANCERUL SE SAN

Cancerul de san este cea mai frecventa forma de cancer pe care o fac femeile si a doua cauza de mortalitate in bolile neoplazice, dupa cel pulmonar, la modul general. Suferinta extrem de traumatizanta pentru femei, cancerul mamar poate fi prevenit si, descoperit in stadii incipiente, se trateaza si se vindeca.

Ce este cancerul de san

Cancerul de san este cel mai frecvent tip de cancer care apare la femei. Majoritatea femeilor diagnosticate au peste 50 de ani, dar si cele mai tinere pot dezvolta acest tip de maladie maligna. Statistica arata ca in medie una din zece femei este diagnosticata cu o forma de cancer de san. Detectarea timpurie poate vindeca pe deplin afectiunea, iar masurile terapeutice sunt minim invazive. Examinarea regulata a sanilor (autopalparea) si examenele clinice periodice sunt cea mai buna strategie.

Cauzele care pot duce la aparitia cancerului mamar

Nu se cunosc cu certitudine care sunt cauzele care duc la aparitia cancerului de san, motiv pentru care este foarte dificil de spus daca o femeie va face sau nu aceasta boala. Cert este ca exista o suma de detalii care pot fi considerate ca fiind factori agravanti si pot predispuce la aparitia suferintei. Unii din acestia nu pot fi influentati, in timp ce altii pot fi luati in calcul si pot fi evitati sau gestionati cu atentie.

Ca mecanism, boala se declanseaza cand unele celule din structura mamara se inmultesc incontrolabil si formeaza o tumora. Cea mai frecventa forma incepe in celulele aflate pe peretii canalelor galactofore. O alta forma destul de des intalnita este cea din lobii mamari. In unele cazuri, tumorile canceroase, formate la nivelul tesutului mamar, invadeaza structurile din jur si se pot raspandi in alte parti ale corpului. Este de notat faptul ca unele tipuri de cancere mamare au o importanta componenta genetica.

1. **Varsta** – riscul de a dezvolta cancer mamar creste cu varsta. Afectiunea este cea mai frecventa la femeile de peste 50 de ani care au trecut prin menopauza.
2. **Istoricul familial** – antecedentele de natura maligna la nivelul sanilor sau al ovarelor, ale rudelor apropiate, aduc un risc suplimentar, cancerul mamar avand drept cauza unele anomalii genetice. Unele forme de cancer de san sunt generate de genele cunoscute sub denumirea de BRCA1 si BRCA2 si este posibil ca acestea sa fie transmise de la parinte la copil. Aproximativ 5-10% dintre cazurile de cancer la san au o componenta ereditara, iar circa 25% dintre cazurile ereditare au fost legate de o mutatie genetica. Identificarea mutatiilor prin teste genetice este una dintre cele mai bune masuri de preventie, pentru ca se poate interveni chiar si inainte de aparitia bolii sau in stadiile incipiente ale acesteia.
3. **Densitatea sanilor** – fiziologic, sanii sunt alcatuiti din mii de celule care au ca scop secretia lactata. Densitatea tesutului glandular ridicata aduce un risc suplimentar de a dezvolta cancer mamar. Inaintarea in varsta reduce in mod natural densitatea mamara.
4. **Expunerea la estrogen** – hormon feminin esential in sustinerea fertilitatii feminine, estrogenul este unul din factorii care pot creste riscul aparitiei acestei suferinte. Menstruatia precoce si menopauza tardiva cresc expunerea tesutului glandular mamar la estrogen. Absenta

sarcinilor are acelasi efect, in conditiile in care perioadele de sarcina si alaptare sunt pauze in secretia de estrogen.

5. **Terapiile hormonale** – medicatia de substitutie hormonală este asociată cu un risc suplimentar de cancer de san. Riscul este nesemnificativ in cazul administrării de hormoni pe perioade mai mici de un an, dar creste, dacă medicatia este de lunga durata.
6. **Anticonceptionalele** – pot aduce un risc suplimentar, dar redus.
7. **Expunerea la radiatii** – anumite proceduri medicale care utilizeaza radiatii (radiografiile si tomografiile) pot creste usor riscul de a dezvolta cancer de san. Radioterapiile in zona toracica pentru limfomul Hodgkin, de exemplu, impun investigatii preventive pentru a elimina riscul de cancer mamar.
8. **Obezitatea** – este un factor care creste probabilitatea aparitiei cancerului de san, mai ales in perioada menopauzei. Tesutul adipos feminin produce estrogen, iar depozitele adipoase mari vor aduce importante cantitati de estrogen, chiar si dupa menopauza.
9. **Alcoolul** – consumul regulat de alcool, chiar si in cantitati mici, sporeste riscul afectiunilor oncologice mamare.

Ce este screeningul pentru cancerul de san

Screeningul si comunicarea foarte deschisa dintre medic si pacient, mai ales atunci cand exista mai multi factori care pot creste riscul aparitiei cancerului de san, reprezinta cea mai buna cale de preventie. Este recomandat ca o consultatie si un screening sa aiba loc cel tarziu la varsta de 50 de ani pentru adultii cu risc mediu. Ideal este ca pacientilor sa li se ofere o selectie de optiuni de screening, folosind decizia comuna medic-pacient pentru a ajunge la cea mai buna alegere a programelor de screening pentru fiecare individ.

Verificarea periodica a sanatatii sanilor sau screeningul cancerului de san inseamna identificarea aparitiei formelor incipiente de boala, inainte de a exista semne sau simptome evidente. Aceasta abordare nu previne cancerul, dar identifica boala cand este mai usor de tratat sau cand posibilitatea de vindecare este maxima.

Screeningul cancerului de san include mai multe teste periodice, la intervale de timp diferite, in functie de varsta si de riscul potential:

- Mamografia – se face la interval de 1-3 ani, incepand cu varsta de 40-50 de ani sau chiar mai devreme, dacă exista cazuri de cancer de san in familie;
- Examenul clinic al sanului – efectuat de medicul ginecolog – anual, incepand cu varsta de 40-50 de ani;
- RMN de san – investigatie recomandata femeilor cu risc crescut de cancer de san.

Autoexaminarea sanilor este extrem de importanta. Fiecare femeie stie cum arata sanii ei si cum evolueaza acestia pe parcursul ciclului lunar. Modificarile lunare sunt normale si fiziologice, iar cel mai bun moment pentru autoexaminare este la sfarsitul perioadei menstruale. Prin palparea usoara a sanilor, se pot observa eventuale modificari, noduli sau zone dureroase, simptome ce trebuie semnalate medicului pentru investigatii amanuntite.

Simptome ale cancerului de san

Este important de spus ca aceste semne ale cancerului de san apar cand afectiunea este deja instalata. Primul simptom al cancerului de san, observat de majoritatea femeilor, este un nodul

sau o zona unde densitatea tesutului creste. Nodulii la san, in general, nu sunt cancerosi, dar daca sunt sesizati, investigatiile medicale suplimentare sunt absolut utile.

Este necesara o vizita la medic daca apar oricare din aceste simptome, care pot sa fie semne de cancer la san:

- un nodul nedureros cu suprafata neregulata, dura (cel mai frecvent) sau o zona de tesut care se diferentiaza la palpare si care anterior nu era;
- o modificare a dimensiunii sau a formei unui sau a ambilor sani ori deformari;
- scurgeri de lichid la nivelul mamelonului (mai ales cele unilaterale, spontane, hemoragice sau incolore);
- o umflatura nedureroasa in zona axilelor, foarte rar dureroasa, in stadii avansate;
- piele rosie sau iritata ori zone care arata similar unei coji de portocala;
- roseata (eritem) sau ulceratie de orice natura la nivelul mameloanelor;
- o schimbare a aspectului mamelonului, cum ar fi retractia acestuia.

Este important de precizat ca durerea de san, localizata sau generala, nu este un semn al cancerului, fiind probabil efect al hormonilor feminini, dar daca problema persista si dupa ce trece perioada menstruală, vizita la medic pentru a stabili cauza durerilor este obligatorie.

Diagnosticul cancerului de san

Statisticile arata ca, in cursul acestui secol, jumatate din populatia masculina si o treime din cea feminina vor primi diagnosticul de cancer. In acest context, diagnosticarea corecta, dar si o a doua opinie medicala sunt necesare si utile. Extrem de eficienta pentru un prognostic cat mai bun este si stabilirea unui protocol medical si mentinerea unui legaturi bazate pe incredere si colaborare intre medic si pacient, iar apelarea la servicii de concierge medical este una dintre cele mai intelepte optiuni. Astfel accesul catre medicii performanti este asigurat, iar traseul medical iti este usor determinat de catre un navigator de pacient dedicat.

Diagnosticul in cazul cancerului mamar se pune pe baza investigatiilor clinice si a celor de laborator.

Testele si procedurile utilizate pentru diagnosticarea cancerului de san includ:

- examenul de san si al ganglionilor limfatici din axila;
- mamografia de diagnostic, care este o radiografie a sanului;
- ecografia mamara, care produce imagini din structurile adanci din corp;
- biopsia este singura cale definitiva de a pune diagnosticul si inseamna recoltarea unei probe de tesut, cu ajutorul unui ac ghidat de radiografie sau de un alt test imagistic, pentru a extrage celule din zona suspectata;
- imagistica prin rezonanta magnetica produce o imagine de mare acuratete din interiorul sanului si nu foloseste radiatii.

Pot fi utilizate si alte proceduri, in functie de situatie. In paralel cu diagnosticarea se urmareste stabilirea gradului de evolutie al cancerului, dar si daca celulele canceroase au receptori hormonal sau alte tipuri de receptori care pot influenta optiunile ulterioare de tratament.

Pentru ca un diagnostic corect este punctul esential de pornire pentru o terapie eficienta, se pot face si alte teste: analize de sange, teste genetice, identificarea prezentei markerilor tumoral,

stabilirea exacta a factorilor de proliferare si, uneori, scanarea tesutului osos (structura cea mai vulnerabila de a dezvolta metastaze in cancerul de san). Nu toate cazurile necesita aceste investigatii. Ele se stabilesc in functie de simptome si de tabloul clinic.

Preventie

Controalele periodice, pentru grupele de risc, sunt cea mai eficienta forma de preventie. In plus, in cazul categoriilor cu risc genetic dovedit, exista terapii care pot reduce probabilitatea aparitiei celulelor canceroase. Din nou, testele genetice si colaborarea foarte sincera cu medicul au un rol major.

O dieta echilibrata, mentinerea unei greutati normale, mai ales dupa menopauza, sunt recomandate tuturor femeilor, deoarece pot ajuta la prevenirea multor afectiuni, nu doar a maladiilor canceroase, ci si a bolilor de inima, a diabetului si asa mai departe.

Activitatea fizica regulata, un aport redus de grasimi saturate, eliminarea alcoolului din dieta sunt masuri preventive eficiente.

Sarcina si alaptarea s-au dovedit ca pot reduce riscul aparitiei cancerului de san, tocmai prin pauza de estrogen pe care o fac femeile in aceasta perioada.

Cancerul de san este o afectiune severa, dar depistat la timp si tratat corect, se poate vindeca in totalitate.

Monitorizarea si controalele periodice, dupa ce boala este declarata vindecata, sunt esentiale, pentru ca riscul reaparitiei maladiei canceroase ramane. Unii dintre factorii foarte importanti, in tot tabloul acestei suferinte, sunt mentinerea unui tonus psihic bun si echilibrul emotional, alaturi de increderea ca terapiile moderne pot invinge boala.