

Kobiecość pod kontrolą

Badaj piersi! To nie boli. A może uratować ci życie, przekonuje w rozmowie z ELLE wybitny onkolog, prof. Cezary Szczylik.

ELLE Wstrząsnęła nami wiadomość o śmierci Magdy Prokopowicz, założycielki fundacji Rak'n'Roll. Jeszcze rok temu robiliśmy z nią wspólnie akcję na rzecz chorych kobiet. Mam wrażenie, że coraz młodsze kobiety zaczynają chorować na raka piersi. Mam rację?

Prof. Cezary Szczylik Taka jest ogólna tendencja na świecie. Industrialne warunki życia, dieta i stres nie są obojętne dla zdrowia. Na przykład w Chinach zachorowalność na raka piersi jest stosunkowo niska. Kiedy jednak Chinki przeprowadzają się do Stanów Zjednoczonych, zaczynają chorować z taką samą częstotliwością jak Amerykanki.

ELLE Czyli życie w wielkim mieście raczej nam nie służy?

C.SZ. Najprawdopodobniej szkodzi nam liczba samochodów, zanieczyszczone powietrze, sztuczna żywność. Coraz częściej mówi się również o przemysłowych estrogenach. Substancjach chemicznych, które oddziałują podobnie jak naturalne estrogeny i mogą mieć wpływ na zdrową tkankę piersi.

ELLE Jak na tym tle wypadają Polki?

C.SZ. Umiarkowanie europejsko. Tendencja jest niestety wzrostowa. Ale pocieszę panią. Umieralność na raka piersi zdecydowanie spada.

ELLE To znaczy, że jest całkowicie uleczalny?

C.SZ. Oczywiście. Pod warunkiem że jest wcześniej rozpoznany. Jeśli guzek ma nie więcej niż dwa centymetry ani nie ma przerzutów do węzłów chłonnych, jest bardzo duża szansa na całkowite wyleczenie.

ELLE Kiedy powinnam zrobić pierwsze USG?

C.SZ. Około 20. roku życia. Bardzo ważne jest również to, aby kobiety jak najwcześniej wyrobiły w sobie nawyk samobadania piersi. To rodzaj higieny nowotworowej i najlepszy sposób na poznanie budowy własnych piersi. Jeśli dobrze je pani zna, jest większa szansa, że wyczuje pani jakąś zmianę lub grudkę, której do tej pory nie było. Proszę pamiętać, że guzy nowotworowe nie bolą. A ponad połowa, bo aż 55 proc. przypadków występuje w górnym zewnętrznym kwadracie piersi. Warto więc poświęcić tej części znacznie więcej uwagi w trakcie samobadania.

Kobiecość pod kontrolą

Badaj piersi! To nie boli. A może uratować ci życie, przekonuje w rozmowie z ELLE wybitny onkolog, prof. Cezary Szczylik.

ELLE Powinnam robić to między piątym a dziesiątym dniem cyklu, jak zaleca część lekarzy?

C.SZ. Najlepiej. Piers nie jest już tak nabrzmiąta jak przed miesiączką. Jest odprężona, mówiąc obrazowo, lepiej badalna. Chodzi też o wyrobienie pewnego rytuału – raz w miesiącu, mniej więcej w tym samym czasie, badam swoje piersi.

ELLE Jeśli bolą mnie przed okresem, mam nie popadać w panikę?

C.SZ. Nie. Ten ból związany jest z napięciem przedmiesiączkowym, bo struktura piersi jest bardzo silnie powiązana z gospodarką hormonalną.

ELLE A jeśli moja mama miała raka?

C.SZ. Jeśli mama miała raka do 50. roku życia, to może on mieć podłoże dziedziczne. Ma je jakieś od 10 do 30 proc. nowotworów piersi. Wiemy już, że są za to odpowiedzialne dwa geny: BRCA1 i BRCA2. Jeśli kobieta ma raka piersi i uszkodzony któryś z tych genów, jest dużo większe prawdopodobieństwo, że jej córka może również zachorować. Są badanie genetyczne, które to weryfikują.

ELLE Mówi się, że kobiety, które rodziły i karmiły piersią, są chronione przed rakiem. Czy więc te, które nie mają dzieci lub odkładają ciążę na później, są w niebezpieczeństwie?

C.SZ. To prawda, że kobiety, które rodziły dzieci są bardziej chronione, bo prawdopodobieństwo rozwinięcia się raka piersi u kobiet, które nie rodziły, jest trzykrotnie większe. Prawdą też jest, że wczesne pojawienie się miesiączki i późne wygaśnięcie cyklu menstruacyjnego w niewielkim stopniu zwiększa ryzyko zachorowania na raka piersi. Podkreślam jednak, że tylko nieznacznie.

ELLE Zweryfikujmy obiegowy mity na temat dezodorantów. Mają jakiś wpływ na raka piersi?

C.SZ. Nie, nie mają z rakiem piersi absolutnie nic wspólnego.

ELLE Stres?

C.SZ. Pewnie, jak przy każdym nowotworze. Ale nie ma konkretnych dowodów, jaki

Kobiecość pod kontrolą

Badaj piersi! To nie boli. A może uratować ci życie, przekonuje w rozmowie z ELLE wybitny onkolog, prof. Cezary Szczylik.

dokładnie.

ELLE Palenie papierosów?

C.SZ. To jest wielki problem. Palenie zwiększa ryzyko zachorowania nie tylko na raka płuc. Na wszystkie nowotwory: piersi, żołądka, nerek, układu pokarmowego. Zawsze powtarzam, że ten, kto pali, jest samobójcą.

ELLE Powinnam być wyczulona na jakieś pierwsze symptomy choroby. Są w ogóle?

C.SZ. Nie ma żadnych. Dlatego tak ważne są badania. Do 50. roku życia USG. Później – mammografia. Młoda pierś nie nadaje się do badania mammograficznego ze względu na strukturę gruczołową. Z kolei pierś kobiety, która przestaje miesiączkować, zmienia swoją strukturę i składa się przede wszystkim z tkanki tłuszczowej, dzięki czemu jest lepiej widoczna na mammografii rentgenowskiej. Ostatecznie i tak biopsja rozstrzyga, czy dana zmiana jest złośliwa. I tu mój apel do kobiet. Nie bójcie się badać! Istnieje takie „samouszkodzające się” przekonanie wśród kobiet, że jak pójde, to coś na pewno mi znajdą. Jak coś jest, to wcześniej czy później i tak to znajdą. Tyle że będzie dużo większe. Trzeba pokonać barierę lęku. Badając się regularnie, wykryjemy ewentualną zmianę wcześniej. Wtedy mamy szansę lepiej ją zdiagnozować i – co najważniejsze – całkowicie wyleczyć.

ELLE Zawsze boję się, że trafię na badanie do lekarza, który źle zinterpretuje jego wyniki, że coś przeoczy. Jak najlepiej znaleźć dobrego specjalistę od ultrasonografii?

C.SZ. Jest sporo dobrych specjalistów w tej dziedzinie. Na pewno należy iść do gabinetu, gdzie przyjmuje lekarz, który ma wszystkie możliwe certyfikaty Polskiego Towarzystwa Ultrasonograficznego i specjalizuje się w badaniu piersi. Ma wtedy większe doświadczenie, które nie pozwoli mu na pomyłkę.

ELLE Mam wrażenie, że młode kobiety bardziej interesują się powiększaniem piersi niż ich profilaktycznymi badaniami. Z punktu widzenia onkologa – operacje plastyczne mają jakiś związek z rakiem piersi?

C.SZ. Wszyscy byliśmy niedawno świadkami historii z niefortunnymi implantami, które

Kobiecość pod kontrolą

Badaj piersi! To nie boli. A może uratować ci życie, przekonuje w rozmowie z ELLE wybitny onkolog, prof. Cezary Szczylik.

przeciekały. Obawiano się, że wyciek z nich płynu na bazie związków krzemu mógł zwiększyć ryzyko zachorowania na raka piersi. Kobiety od zawsze wszczepiały sobie implanty i będą to robić. Dobrą stroną tego jest to, że rzeczywiście te kobiety częściej kontrolują piersi. Implanty w żaden sposób nie utrudniają przebiegu badania ani nie zakłócają jego wyników. Implant zawsze wyraźnie odgranicza się od normalnej zdrowej lub chorej tkanki.

ELLE Największy postęp, jaki nastąpił w leczeniu raka piersi przez ostatnie lata?

C.SZ. Wzrosła świadomość kobiet, dzięki temu mamy coraz więcej pacjentek z wczesnie rozpoznanym nowotworem. To duża zasługa mediów. Znacząco rozwinęła się też chirurgia oszczędzająca pierś. Nie usuwa się, jak kiedyś, całej piersi, ale jej chory fragment. Nie pruje się całej pachy, ale usuwa tylko te zaatakowane przez chorobę węzły chłonne. No i oczywiście robi się rekonstrukcje piersi.

ELLE Jest jakaś inna choroba, której kobiety powinny się bardziej obawiać niż raka piersi?

C.SZ. Raka narządu rodnego. To nowotwory z mniejszą uleczalnością, bo trudno poddać ten narząd samobadaniu. Dlatego tak ważna jest regularna cytologia.

Prof. dr hab. n. med. Cezary Szczylik Onkolog, kierownik Kliniki Onkologii Centralnego Szpitala Klinicznego Ministerstwa Obrony Narodowej, Wojskowego Instytutu Medycznego w Warszawie. Inicjator wielu akcji społecznych na rzecz walki z rakiem piersi.

ŹRÓDŁO: magazyn ELLE