

NHS breast screening

Εξέταση μαστού του NHS

Ποιος είναι ο στόχος αυτού του ενημερωτικού φυλλαδίου;

Αυτό το φυλλάδιο σας ενημερώνει σχετικά με τον προληπτικό έλεγχο για τον καρκίνο του μαστού. Στόχος του είναι να σας βοηθήσει να επιλέξετε εάν θα λάβετε μέρος ή όχι στο Πρόγραμμα Προληπτικού Ελέγχου για τον Καρκίνο του Μαστού του NHS (NHS Breast Screening Programme).

Τι είναι ο προληπτικός έλεγχος του μαστού του NHS;

- Ο προληπτικός έλεγχος του μαστού χρησιμοποιεί ακτινογραφίες για να εντοπίσει όγκους στο στήθος, όταν είναι πολύ μικροί για να είναι ορατοί ή για να είναι αισθητοί με την ψηλάφηση.
- Οι ακτινογραφίες αυτές ονομάζονται μαστογραφίες.
- Ο καρκίνος του μαστού είναι η πιο κοινή μορφή καρκίνου στις γυναίκες και οι πιθανότητες να νοσήσετε αυξάνονται όσο μεγαλώνετε. Ο προληπτικός έλεγχος του μαστού μειώνει τους θανάτους από καρκίνο του μαστού.

Σε ποιον προσφέρεται προληπτικός έλεγχος του μαστού και πόσο συχνά;

Αυτή την περίοδο καλούμε όλες τις γυναίκες μεταξύ 50 και 70 ετών να κάνουν προληπτικό έλεγχο του μαστού. Προσφέρουμε προληπτικό έλεγχο του μαστού κάθε τρία χρόνια και θα πρέπει να σας καλέσουμε για πρώτη φορά πριν από τα 53α γενέθλιά σας. Δεν σας καλούμε εάν είστε άνω των 70 ετών, αλλά μπορείτε κάλλιστα να έρχεστε για προληπτικό έλεγχο κάθε τρία χρόνια. Απλώς τηλεφωνήστε στη μονάδα προληπτικού ελέγχου της περιοχής σας για να κλείσετε ραντεβού.

Έχουμε αρχίσει να επεκτείνουμε το πρόγραμμά μας και να καλούμε γυναίκες λίγο μικρότερες από 50 και έως 73 ετών.

Είτε κάνετε προληπτικό έλεγχο μαστού είτε όχι, πρέπει να μιλήσετε στον γιατρό σας αμέσως εάν ανησυχείτε για προβλήματα στο στήθος σας.

Ποια είναι τα πλεονεκτήματα του προληπτικού ελέγχου του μαστού;

- Ο τακτικός προληπτικός έλεγχος του μαστού προλαμβάνει τους θανάτους από καρκίνο του μαστού.
- Με τον προληπτικό έλεγχο, ο καρκίνος μπορεί να εντοπιστεί εύκολα, προτού καταλάβετε ότι υπάρχει. Όσο νωρίτερα εντοπιστεί ο καρκίνος του μαστού, τόσο περισσότερες πιθανότητες έχετε να τον νικήσετε.
- Εάν ο καρκίνος του μαστού εντοπιστεί νωρίς, οι πιθανότητες να υποβληθείτε σε μαστεκτομή (αφαίρεση του μαστού) ή χημειοθεραπεία είναι λιγότερες.

Ο προληπτικός έλεγχος του μαστού εντοπίζει όλα τα είδη καρκίνου;

Όχι. Ορισμένα είδη καρκίνου δεν εμφανίζονται στη μαστογραφία και ορισμένες φορές ο καρκίνος δεν εντοπίζεται. Αυτό μπορεί να συμβεί ανεξάρτητα από το πόσο έμπειροι είναι εκείνοι που διαβάζουν τη μαστογραφία.

Ο προληπτικός έλεγχος προλαμβάνει τον καρκίνο του μαστού;

Όχι. Ο προληπτικός έλεγχος εντοπίζει τον καρκίνο μόνον εάν υπάρχει ήδη, αλλά μπορεί να τον εντοπίσει σε αρχικό στάδιο.

Ποια είναι τα μειονεκτήματα του προληπτικού ελέγχου;

- Όταν κάνετε μαστογραφία, το στήθος σας εκτίθεται σε μικρή ποσότητα ακτινοβολίας.
- Μερικές φορές η μαστογραφία φαίνεται φυσιολογική, ακόμη κι αν υπάρχει καρκίνος. Αυτό ονομάζεται ψευδώς αρνητικό αποτέλεσμα. Θα πρέπει να ελέγχετε τακτικά το στήθος σας (βλ. σελ. 4).
- Μερικές φορές η μαστογραφία δεν θα φαίνεται φυσιολογική και θα σας καλέσουν για περαιτέρω εξετάσεις, αλλά δεν θα υπάρχει καρκίνος. Αυτό ονομάζεται ψευδώς θετικό αποτέλεσμα.
- Ο προληπτικός έλεγχος μπορεί να εντοπίσει όγκους που θεραπεύονται, αλλά οι οποίοι μπορεί να μην είχαν εντοπιστεί με άλλο τρόπο όλη σας τη ζωή.
- Όταν πηγαίνετε για προληπτικό έλεγχο, ενδέχεται να είστε αγχωμένες ή ανήσυχες. Αυτό συνήθως διαρκεί μόνο για λίγο.

Πού πρέπει να πάω για προληπτικό έλεγχο μαστού;

Ανάλογα με το πού μένετε, ο προληπτικός έλεγχος μαστού πραγματοποιείται συνήθως σε τοπική κλινική, νοσοκομείο ή κινητή μονάδα προληπτικού ελέγχου. Η πρόσκλησή σας θα αναφέρει πού να πάτε. Εάν χρειάζεστε βοήθεια (για παράδειγμα, αν χρησιμοποιείτε αναπηρικό αμαξίδιο) ή αν το ραντεβού σας δεν σας εξυπηρετεί, τηλεφωνήστε στη μονάδα προληπτικού ελέγχου.

Τι συμβαίνει κατά τον προληπτικό έλεγχο μαστού;

Ο προληπτικός έλεγχος του μαστού πραγματοποιείται μόνον από γυναίκες, μέλη του προσωπικού. Θα σας ζητηθεί να γδυθείτε από τη μέση και πάνω. Μην χρησιμοποιείτε ταλκ όταν πηγαίνετε για προληπτικό έλεγχο.

Η γυναίκα που θα βγάλει τις μαστογραφίες, θα σας κάνει μερικές ερωτήσεις και θα σας εξηγήσει τι θα συμβεί. Θα τοποθετήσει κάθε μαστό ανάμεσα σε δύο ειδικές πλάκες στον μαστογράφο και θα πραγματοποιήσει δύο λήψεις σε κάθε μαστό. Ο μαστός σας πρέπει να πιεστεί σταθερά ανάμεσα στις δύο πλάκες για μερικά δευτερόλεπτα, προκειμένου να γίνει λήψη καθαρών μαστογραφιών.

Η μαστογραφία διαρκεί λίγα λεπτά. Η επίσκεψη για τον προληπτικό έλεγχο του μαστού θα διαρκέσει συνολικά περίπου μισή ώρα.

Η μαστογραφία πονάει;

Οι περισσότερες γυναίκες θεωρούν τη μαστογραφία δυσάρεστη διαδικασία. Ορισμένες γυναίκες τη θεωρούν επώδυνη, αλλά μόνο για λίγα δευτερόλεπτα. Ελάχιστες είναι οι γυναίκες που αισθάνονται πόνο για μεγαλύτερο διάστημα.

Πότε θα πάρω τα αποτελέσματα;

Η επιστολή με τα αποτελέσματα θα σταλεί στη διεύθυνση κατοικίας σας εντός δύο εβδομάδων. Σχετικά με τα αποτελέσματα θα ενημερωθεί και ο γιατρός σας.

Τι είδους αποτελέσματα μπορεί να έχει η μαστογραφία;

Για τις περισσότερες γυναίκες τα αποτελέσματα του προληπτικού ελέγχου είναι φυσιολογικά (οι μαστογραφίες τους δεν δείχνουν σημάδια καρκίνου). Ωστόσο, αυτό δεν σημαίνει ότι δεν είναι πιθανόν να νοσήσετε από καρκίνο του μαστού, γι' αυτό και θα πρέπει να ελέγχετε τακτικά το στήθος σας (βλ. σελ. 4).

Περίπου μία στις 20 γυναίκες καλείται για περαιτέρω εξετάσεις λόγω των αποτελεσμάτων των μαστογραφιών της. Αυτό συμβαίνει συνήθως σε γυναίκες που κάνουν μαστογραφία για πρώτη φορά. Ο συνηθέστερος λόγος είναι ότι δεν έχουμε άλλες μαστογραφίες για να γίνει σύγκριση. Κάτι που φαίνεται ασυνήθιστο στην πρώτη σας μαστογραφία ενδέχεται να είναι απολύτως φυσιολογικό για εσάς.

Μπορεί να κάνουμε περαιτέρω εξετάσεις, όπως κι άλλες μαστογραφίες, υπερηχογράφημα ή βιοψία με βελόνα. Βιοψία με βελόνα λέγεται η διαδικασία κατά την οποία παίρνουμε μικρό δείγμα ιστού (ενδέχεται να χρησιμοποιήσουμε τοπικό αναισθητικό). Αυτές οι εξετάσεις γίνονται για να δούμε αν έχετε καρκίνο του μαστού ή όχι.

Τι συμβαίνει αν μου πουν ότι έχω καρκίνο του μαστού;

Θα σας αναλάβει μια ομάδα εξειδικευμένη στον καρκίνο του μαστού. Θα σας μιλήσουν για τη διάγνωσή σας, την υποστήριξη που μπορείτε να λάβετε και τις δυνατότητες θεραπείας σας. Οι περισσότερες, αλλά όχι όλες οι περιπτώσεις καρκίνου που εντοπίζονται με τον προληπτικό έλεγχο μαστού μπορούν να θεραπευτούν με επιτυχία.

Τι γίνεται με τις μαστογραφίες μου μετά τον προληπτικό έλεγχο;

- Θα κρατήσουμε τις μαστογραφίες σας για τουλάχιστον οκτώ χρόνια.
- Έχουμε ξεκινήσει να χρησιμοποιούμε ψηφιακή μαστογραφία. Προβάλλουμε τις μαστογραφίες σε οθόνη υπολογιστή και τις αποθηκεύουμε ως αρχεία στον υπολογιστή.
- Επανεξετάζουμε τακτικά τα αρχεία προληπτικού ελέγχου που διατηρούμε για να βεβαιωθούμε ότι σας προσφέρουμε καλή εξυπηρέτηση. Το προσωπικό από άλλα τμήματα των υπηρεσιών υγείας μπορεί να χρειαστεί να δει τα αρχεία σας για το σκοπό αυτό.
- Το πρόγραμμα προληπτικού ελέγχου που εφαρμόζουμε ελέγχει συχνά τα αποτελέσματα του προληπτικού ελέγχου και τις συνεδρίες παρακολούθησης. Εάν

θέλετε να μάθετε τα αποτελέσματα αυτών των ελέγχων, επικοινωνήστε με τη μονάδα προληπτικού ελέγχου με την οποία συνεργάζεστε.

- Εάν θέλετε περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τον τρόπο φύλαξης αρχείων του NHS, μπορείτε να τηλεφωνήσετε στο NHS Direct (Απευθείας Γραμμή NHS) στον αριθμό **0845 4647**.

Ελέγχετε τακτικά το στήθος σας

Μπορεί να νοσήσετε από καρκίνο του μαστού οποιαδήποτε στιγμή. Κάτι τέτοιο μπορεί να συμβεί ακόμα και στο διάστημα μεταξύ δύο εξετάσεων. Ο τακτικός έλεγχος του στήθους σας αφορά το να αρχίσετε να μαθαίνετε το σώμα σας, ώστε να μπορείτε να εντοπίζετε γρήγορα οποιαδήποτε αλλαγή στο στήθος. Τα σημαντικότερα που πρέπει να μάθετε για τον τακτικό έλεγχο του στήθους σας είναι να γνωρίζετε τι είναι φυσιολογικό για εσάς και να επικοινωνήσετε με τον γιατρό σας μόλις εντοπίσετε οποιαδήποτε αλλαγή.

Οι αλλαγές στο στήθος σας ενδέχεται να είναι ακίνδυνες, αλλά θα πρέπει να φροντίζετε άμεσα για τον έλεγχό τους. Αυτά που θα πρέπει να προσέχετε είναι:

- τυχόν εξογκώματα, παχύτερες περιοχές ή περιοχές με οιδήματα,
- αλλαγές στην εμφάνιση, όπως ζάρες ή μικρές κοιλότητες στην επιδερμίδα,
- ενοχλήσεις ή πόνοι, και
- εκκρίσεις από τη θηλή, εξανθήματα, κοκκινίλες που δεν υποχωρούν ή αλλαγή στη θέση της θηλής σας (εάν αλλάξει κατεύθυνση ή γυρίσει προς τα μέσα).

Εάν παρατηρήσετε οποιαδήποτε αλλαγή στο στήθος σας που δεν είναι φυσιολογική για εσάς, επικοινωνήστε αμέσως με τον γιατρό σας.

Στατιστικά στοιχεία που θα σας βοηθήσουν

Ακολουθούν ορισμένα στατιστικά στοιχεία σχετικά με τις γυναίκες στο Ηνωμένο Βασίλειο που βρίσκονται σε ηλικία που απαιτείται προληπτικός έλεγχος του μαστού. Προέρχονται από δεδομένα του Προγράμματος Προληπτικού Ελέγχου του Μαστού του NHS στην Αγγλία και από αρχεία νεοπλασιών. Οι αριθμοί αποτελούν προς το παρόν τις *καλύτερες προβλέψεις*, αλλά ενδέχεται να αλλάξουν μελλοντικά.

- Ο καρκίνος του μαστού είναι η πιο συνηθισμένη μορφή καρκίνου στις γυναίκες. Στο Ηνωμένο Βασίλειο, σημειώνονται περίπου 46.000 περιπτώσεις το χρόνο. Οκτώ στις δέκα περιπτώσεις καρκίνου του μαστού αφορούν γυναίκες ηλικίας 50 ετών και άνω.
- Περίπου 12.000 γυναίκες πεθαίνουν από καρκίνο του μαστού κάθε χρόνο στο Ηνωμένο Βασίλειο.
- Για κάθε 14.000 γυναίκες που υποβάλλονται σε τακτικό προληπτικό έλεγχο για περίοδο 10 ετών, μία γυναίκα ενδέχεται να νοσήσει και να πεθάνει από καρκίνο του μαστού λόγω της ακτινοβολίας από τις μαστογραφίες.

- Περίπου οκτώ στις 1.000 γυναίκες που θα υποβληθούν σε προληπτικό έλεγχο θα διαγνωστούν με καρκίνο του μαστού.
- Από αυτές, δύο θα μάθουν ότι έχουν μια πρώιμη μορφή καρκίνου που ονομάζεται μη διηθητικό πορογενές καρκίνωμα (Ductal Carcinoma In Situ — DCIS). Δεν γνωρίζουμε ποιες περιπτώσεις DCIS θα γίνουν επιβλαβείς, γι' αυτό προσφέρουμε θεραπεία σε αυτές τις γυναίκες.
- Εάν εντοπιστεί καρκίνος μέσω του προληπτικού ελέγχου, θα σας παρασχεθεί θεραπεία. Στις περισσότερες γυναίκες παρέχεται συνδυασμός διαφορετικών θεραπειών.
- Ενδέχεται να υποβληθείτε σε εγχείρηση. Στις περιπτώσεις που εντοπίζεται καρκίνος μέσω προληπτικού ελέγχου, περίπου επτά στις 10 γυναίκες θα υποβληθούν σε ογκεκτομή (αφαίρεση του προσβληθέντος ιστού) με ακτινοθεραπεία. Περίπου τρεις στις 10 γυναίκες θα υποβληθούν σε μαστεκτομή (αφαίρεση του μαστού) και θα τους παρασχεθεί αποκατάσταση μαστού.
- Ενδέχεται να σας παρασχεθεί χημειοθεραπεία. Περίπου δύο στις 10 γυναίκες στις οποίες εντοπίζεται καρκίνος του μαστού μέσω του προληπτικού ελέγχου υποβάλλονται σε χημειοθεραπεία.
- Για κάθε 400 γυναίκες που υποβάλλονται σε τακτικό προληπτικό έλεγχο για περίοδο 10 ετών, μία λιγότερη θα πεθάνει από καρκίνο του μαστού. Αυτό σημαίνει ότι στην Αγγλία περίπου 1.400 γυναίκες διαφεύγουν το θάνατο από καρκίνο του μαστού κάθε χρόνο.

Περισσότερες πληροφορίες και υποστήριξη

Εάν έχετε απορίες, μπορείτε:

- να μιλήσετε στον γιατρό σας
- να επικοινωνήσετε με τη μονάδα προληπτικού ελέγχου της περιοχής σας
- να επισκεφθείτε τη διαδικτυακή τοποθεσία των Προγραμμάτων Προσυμπτωματικού Ελέγχου του Καρκίνου του NHS www.cancerscreening.nhs.uk
- να επικοινωνήσετε με το NHS Choices (Επιλογές NHS) μέσω της διαδικτυακής τοποθεσίας www.nhs.uk
- να επικοινωνήσετε με το NHS Direct καλώντας **0845 4647**
- να πραγματοποιήσετε λήψη του ενημερωτικού φυλλαδίου του NHS Ελέγχετε τακτικά το στήθος σας (NHS Be Breast Aware) από την ηλεκτρονική διεύθυνση www.cancerscreening.nhs.uk/breastscreen/publications/be-breast-aware.html
- να επικοινωνήσετε με το Health Talk Online (Ηλεκτρονική συζήτηση για την υγεία) μέσω της διαδικτυακής τοποθεσίας www.healthtalkonline.org

- να επικοινωνήσετε με το Cancer Research UK (Έρευνα για τον Καρκίνο στο Ηνωμένο Βασίλειο) καλώντας **0808 800 4040** ή μέσω της διαδικτυακής τοποθεσίας info.cancerresearchuk.org
- να επικοινωνήσετε με το Breakthrough Breast Cancer (Νικήστε τον καρκίνο του μαστού) καλώντας **08080 100 200** ή μέσω της διαδικτυακής τοποθεσίας breakthrough.org.uk
- να επικοινωνήσετε με το Breast Cancer Care (Φροντίδα για τον καρκίνο του μαστού) καλώντας **0808 800 6000** ή μέσω της διαδικτυακής τοποθεσίας www.breastcancercare.org.uk.

Εκδίδεται από το Υπουργείο Υγείας σε συνεργασία με τα Προγράμματα Προσυμπτωματικού Ελέγχου του Καρκίνου του NHS, με τη συνεισφορά και την υποστήριξη του Primary Care Education Research Group (Ομάδα Έρευνας για την Εκπαίδευση στην Πρωτοβάθμια Περίθαλψη) του Cancer Research UK.

© Crown copyright 2010
403722 1p Dec10
Produced by COI for the Department of Health
Last updated 2010

Επιτρέπεται η αναπαραγωγή του κειμένου του παρόντος εγγράφου χωρίς επίσημη άδεια ή επιβάρυνση, για προσωπική χρήση ή χρήση στο σπίτι.

Εάν θέλετε περισσότερα αντίγραφα αυτής της έκδοσης, επισκεφθείτε τη διαδικτυακή τοποθεσία www.orderline.dh.gov.uk και πληκτρολογήστε 403722/Breast Screening ή επικοινωνήστε με την:

DH Publications Orderline

Τηλ.: 0300 123 1002

Αρ. Minicom: 0300 123 1003 (8 π.μ. έως 6 μ.μ., Δευτέρα έως Παρασκευή)

Οι εκδόσεις σε διάφορες γλώσσες είναι διαθέσιμες στην ηλεκτρονική διεύθυνση:

www.cancerscreening.nhs.uk/breastscreen/publications/ia-02.html

www.cancerscreening.nhs.uk