

# ΟΤΑΝ ΞΕΡΩ, ΔΕΝ ΦΟΒΑΜΑΙ

Τι μπορούμε να κάνουμε από πριν,  
πώς θα μάθουμε έγκαιρα αν το πάθαμε,  
ποιες είναι οι εξελίξεις γύρω από  
τον καρκίνο του μαστού; από την *Ελένη Ξενάκη*

ΓΙΑ ΤΗΝ ΙΣΤΟΡΙΑ, ο καρκίνος του μαστού είναι από τους αρχαιότερους καρκίνους, καθώς οι πρώτες αναφορές έρχονται από το μακρινό 1600 π.Χ. στην αρχαία Αίγυπτο. Ο δρ Σταύρος Γεωργιάννος, ογκολόγος χειρουργός, ειδικός στον καρκίνο του μαστού και αγγειοχειρουργός με πολυετή παρουσία στην Αγγλία, επιστημονικός διευθυντής του Ιδρύματος Δράσης κατά του Καρκίνου του Μαστού, με πλήθος δημοσιεύσεων στη διεθνή βιβλιογραφία, μας ενημερώνει για την τελευταία λέξη της επιστήμης.

**Τα ποσοστά:** Μία στις οκτώ γυναίκες στη Δύση θα νοσήσει κάποια στιγμή στη ζωή της.

**Η δική μας ηλικία:** Ο κίνδυνος εμφάνισης τετραπλασιάζεται μετά την εμμηνόπαυση. Ένα ποσοστό όμως 25% των περιπτώσεων εμφανίζεται σε γυναίκες μικρότερες των 45 χρόνων.

**Πρόγνωση:** Όταν γίνει έγκαιρα η διάγνωση, η εξαιρετική πρόγνωση είναι συνώνυμη με ίαση για το 80%-90% των ασθενών.

**«One-Stop» Μονάδες Μαστού:** Αποτελούνται από ογκολόγους χειρουργούς, εξειδικευμένους ακτινολόγους, κυτταρολόγους και παθολογοανατόμους και εγγυώνται αξιόπιστη διάγνωση και πληρέστερη θεραπευτική αντιμετώπιση.

### Το triple-test της διάγνωσης:

**Α.** Κλινική εξέταση από εκπαιδευμένους γιατρούς.

**Β.** Απεικονιστικός έλεγχος: ψηφιακή μαστογραφία - υπερηχογράφημα και ελαστογραφία, και μαγνητική τομογραφία μαστού όπου κρίνεται σκόπιμο.

**Γ.** Παρακέντηση ογκιδίου ή core biopsy (λίψη υλικού με ειδική τέμνουσα βελόνη). Γίνεται εφόσον ο κλινικοεργαστηριακός έλεγχος έχει εύρημα, με σκοπό να υπάρξουν προεγχειρητικά όλες οι απαραίτητες πληροφορίες που αφορούν την ταυτότητα της βλάβης.

**Η ιερά αυτοεξέταση:** Κανείς δεν ξέρει τον μαστό μας καλύτερα από εμάς, αρκεί να μάθουμε από τον γιατρό μας πώς και πότε να τον εξετάζουμε - σίγουρα όχι όταν περιμένουμε περίοδο.

**Η πρόληψη:** Η υγιεινή διατροφή, η ελεγχόμενη λήψη ορμονών, ο περιορισμός του άγχους, η αποφυγή έκθεσης σε ακτινοβολία, η περιορισμένη κατανάλωση αλκοολούχων ποτών, η διατήρηση φυσιολογικού βάρους και η άσκηση περιορίζουν τον κίνδυνο της νόσου.

**Η εγκυμοσύνη:** Ο καρκίνος του μαστού είναι ο συχνότερος τύπος καρκίνου που εκδηλώνεται κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης και του θηλασμού.

**Η οικογένειά μας:** Το 70%-80% των γυναικών με καρκίνο του μαστού δεν έχουν προηγούμενο οικογενειακό ιστορικό. Αλλά και η παρουσία ιστορικού δεν υποδηλώνει απαραίτητα την ύπαρξη κληρονομικότητας. Μόνο το 5%-10% των συνολικών περιπτώσεων είναι κληρονομικές, δηλαδή υπάρχει εκ γενετής βλάβη στα γονίδια του DNA των κυττάρων, που κληρονομείται στις επόμενες γενιές.

**Οι στοχευμένες θεραπείες:** Αναστέλλουν επιλεκτικά την εξέλιξη των καρκινικών κυττάρων και τα εμποδίζουν να εξαπλωθούν χωρίς να τα σκοτώνουν υποχρεωτικά. Βοηθούν τη χημειοθεραπεία να είναι περισσότερο αποτελεσματική σε μικρότερες και άρα λιγότερο τοξικές δόσεις. Για παράδειγμα, η ορμονοθεραπεία, η οποία αποσκοπεί στον περιορισμό της δράσης των οιστρογόνων, τα οποία διεγείρουν τον πολλαπλασιασμό των καρκινικών κυττάρων.

**Νέο όπλο:** Τα μονοκλωνικά αντισώματα, που σε συνδυασμό με τη χημειοθεραπεία είτε περιορίζουν τον ρυθμό πολλαπλασιασμού και την επιθετικότητα των καρκινικών κυττάρων είτε μειώνουν την αιμάτωση του όγκου ώστε αυτός να συρρικνωθεί.

**Η μοριακή βιολογία και η γενετική:** Το μέλλον και η μεγάλη ελπίδα, καθώς ερευνούν την αποκατάσταση της γονιδιακής βλάβης. ☒



• Το Ίδρυμα Δράσης κατά του Καρκίνου του Μαστού διοργανώνει την Τρίτη 8 Μαρτίου, Ημέρα της Γυναίκας, συναυλία του Σαλβατόρε Ανταμί στο Μέγαρο Μουσικής Αθηνών. Η εκδήλωση τελεί υπό την αιγίδα του υπουργείου Εσωτερικών, Αποκέντρωσης και Ηλεκτρονικής Διακυβέρνησης. Όλα τα έσοδα θα διατεθούν για την επίτευξη των σκοπών του ιδρύματος, ενός μη κερδοσκοπικού οργανισμού με πλούσιο έργο στην καταπολέμηση του καρκίνου του μαστού ([www.bcactionfund.org](http://www.bcactionfund.org)).

Τηλ. κρατήσεων: 210 7282 333