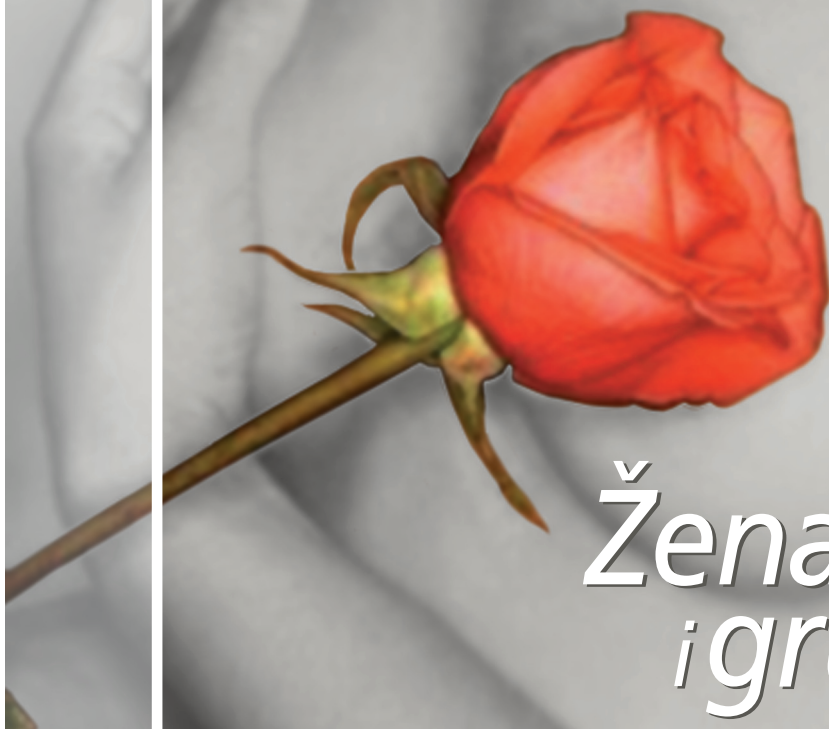


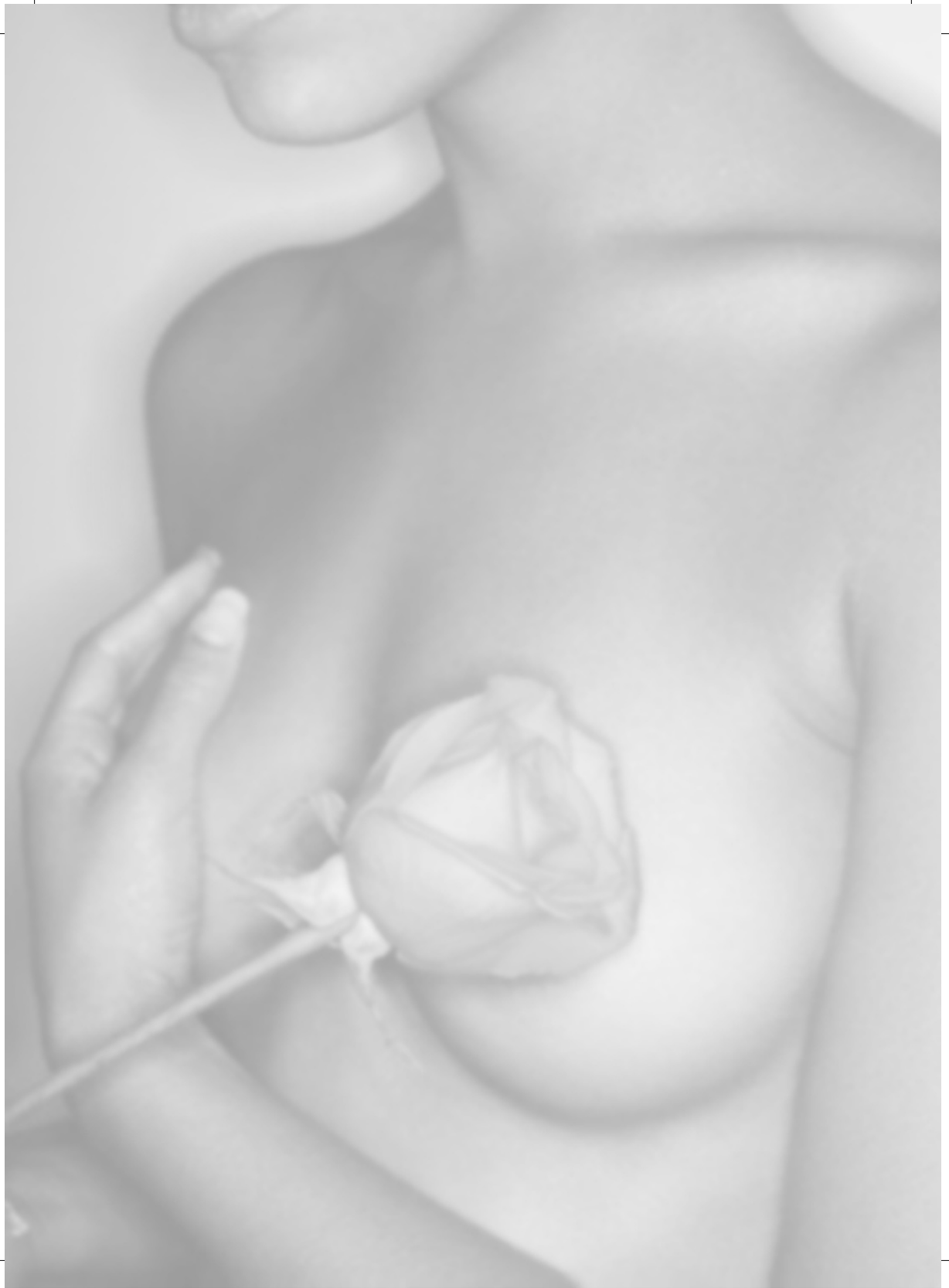


TALIJANSKO UDRUŽENJE ZA BORBU PROTIV RAKA

BOLJE SPRIJEČITI NEGO LIJEČITI



*Žena
i grudi*



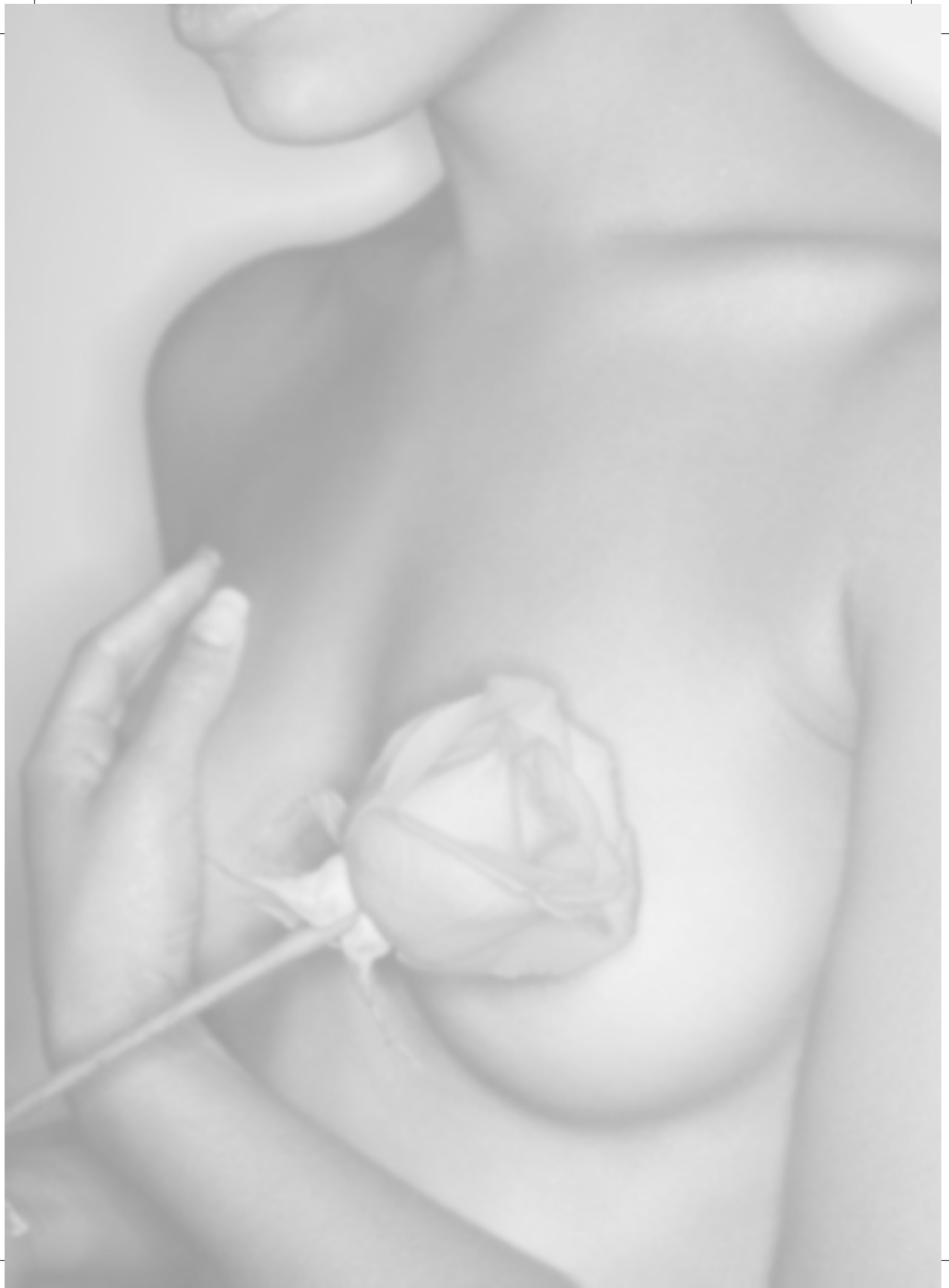
Predgovor

Uvjeran sam da je u borbi protiv raka vrlo važna informacija. Kampanje za sensibilizaciju stanovništva su dale značajne rezultate jer je pravovremeno otkrivanje raka omogućilo potpuno ozdravljenje u mnogih oboljelih žena.

Uprkos porastu broja oboljelih od raka na dojci, koji je najrašireniji, opao je broj smrtnih slučajeva što znači da se poboljšao način liječenja.

Talijansko Udruženje za Borbu Protiv Raka se posebno posvetilo prenošenju informacija, koje na jednostavan način objašnjavaju važnost borbe protiv te bolesti, i upoznavanju sa novim otkrićima do kojih su došli znanstvenici, doktori specijalisti i doktori opće prakse. Informacije nam omogućuju bolje upoznavanje tog raširenog problema u zajedničkoj borbi protiv bolesti koja se sve uspješnije liječi.

Prof. Umberto Veronesi
Znanstveni direktor I.E.O. Milano
Predsjednik znanstvene uprave LILT



Uvod

Medu 4 “big killer” od kojih, rak na plućima, rak debelog crijeva, rak prostate i rak dojke, ovaj posljednji je taj koji najviše zabrinjava.

Uprkos napretku tehnologije, što daje mogućnost pravovremene dijagnoze, inovativnim terapijama koje koriste “inteligentne” lijekove i naučnim istraživanjima na području bio-genetike, u našoj zemlji registrujemo preko 10.000 smrtnih slučajeva godišnje i 36.000 novooboljelih žena od raka na dojci.

U posljednjih 20 godina zabilježen je značajni napredak u zdravstvenom području i u poboljšanju kvalitete života, što je doprinjelo povećanju interesa žena za aktivnu suradnju u rješavanju problema raka na dojci.

Ovaj priručnik, koji je svima lako dostupan, svjedoči o velikoj pažnji koju Talijansko Udruženje za borbu protiv raka posvećuje ženskoj populaciji, koja je nezamjenjiva snaga u razvoju suvremenog društva.

Novost ovog izdanja, po čemu se razlikuje od prethodnih, je činjenica da je žena nosilac glavne uloge u borbi protiv te bolesti. Danas, pravovremeno i korektno informirana, ženska populacija je čvrsto odlučila da bude pobjednik u borbi protiv raka na dojci... zahvaljujući i novim terapijama koje su zasnovane na principu “efikasnog minimuma”.

Prof. Francesco Schittulli
Direktor
Udruženja za Borbu protiv Raka

Što je rak na dojci?

- *Rak dojke je narašireniji zloćudni tumor koji je najviše rasprostranjen u razvijenim zemljama*
- *Uglavnom je rak dojke karcinom. Razlikuju se brzošireći karcinom (onaj koji se brzo razvija u tkivu i stvara metastaze), i karcinom in situ (bolest koja se ne širi i ne stvara metastaze).*
- *Svake godine u Italiji obolijeva oko 36.000 žena od raka na grudima i nakon uspostavljanja dijagnoze i liječenja umire ih otprilike 10.000.*
- *Zadnjih godina je porastao broj oboljelih od raka na grudima i predviđa se daljnji rast do otprilike milion novih slučajeva godišnje u svijetu.*
- *Zadnjih dvadeset godina opada broj preminulih žena, iako sporo ali konstantno i progresivno, upravo zahvaljujući pravovremenom otkrivanju bolesti, efikasnosti suvremenih terapija i osvještavanju ženske populacije o važnosti preventivne zaštite. Ti podaci dokazuju važnost uspostavljanja pravovremene dijagnoze, što daje mogućnost za efikasno liječenje na teritoriju cijele države.*

Najčešće rizične promjene na dojčkama vezane za starosnu dob žene

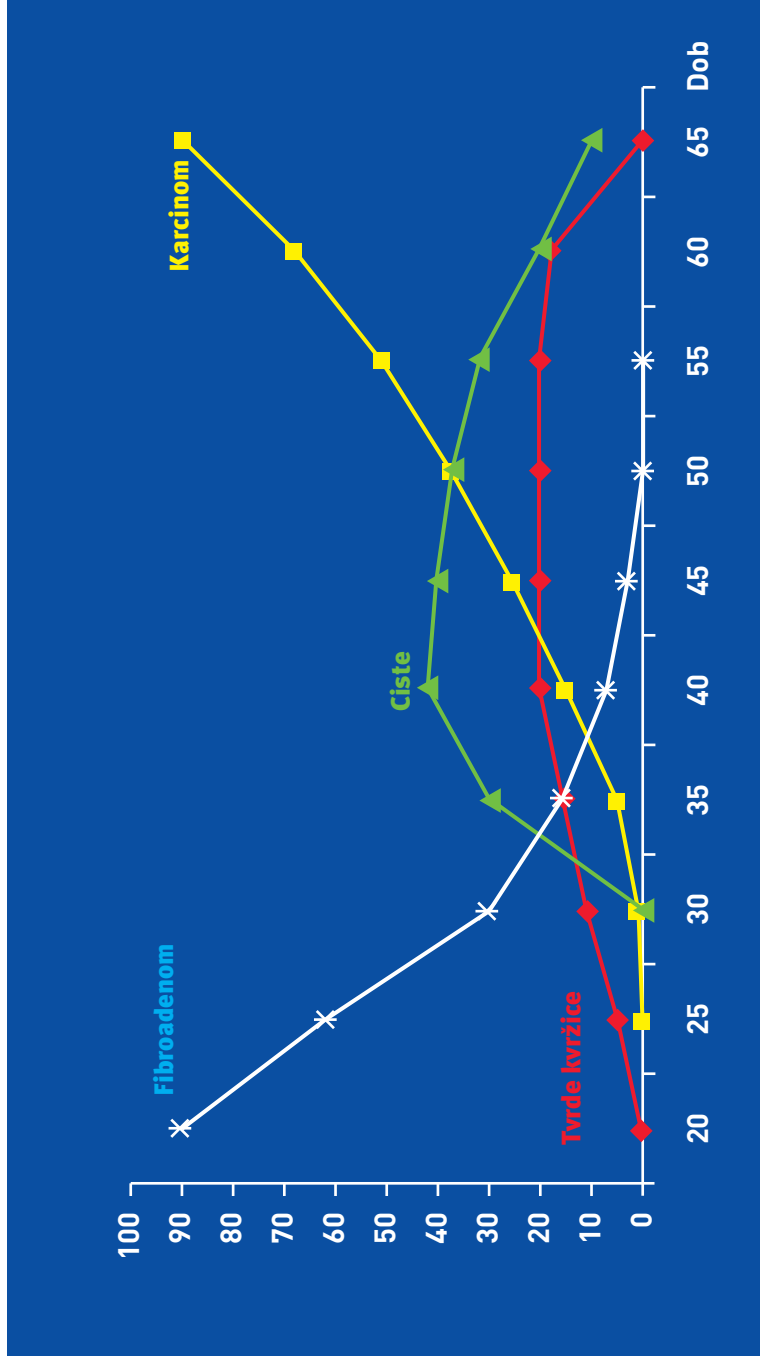


Tabela 1: (učestalost) novi slučajevi oboljenja od raka na dojci svakih 100.000 žena prikazano po godinama starosti

Koji znakovi ukazuju na moguće prisustvo raka na dojci?

- *U najvećem broju slučajeva prisustvo raka na grudima utvrđuje, bilo žena ili liječnik, u obliku tvrdih kvržica. Svaka kvržica koja je primjetna nakon tridesete godine života treba biti sumnjiva i podvrgnuta daljnjim pretragama*
- *Sve češće je radiolog osoba koja putem mamografije ili ultrazvuka otkriva tumor koji nije moguće napipati. Radi se o samim počecima bolesti koju je moguće izliječiti u 90% slučajeva.*
- *Treba uzeti u obzir i ostale znakove:*
 - *povlačenje kože*
 - *lokalno ili rašireno crvenilo*
 - *uvlačenje ili druge promjene na bradavici*
 - *pojačan sekret bradavice*
 - *povećanje limfnih čvorova ispod pazuha*
- *Početak razvoja raka na grudima uglavnom nije bolan.*
- *Ako primjetite ili osjetite bilo kakve promjene na grudima treba:*
 - *obratiti se većem liječniku*
 - *obaviti odmah pregled kod specijaliste i postupiti po njegovim savjetima.*

Na koji način otkrivamo rak na grudima?

Važno je otkriti rak na grudima u najranijem mogućem roku, jer što je bolest manje uznapredovala povećavaju se mogućnosti za njeno iskorijenje.

Najvažnije pretrage za rano otkrivanje raka na grudima:

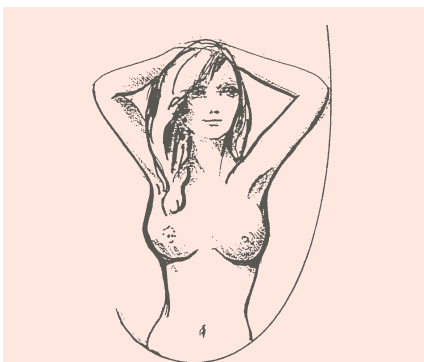
1. **Samopregledavanje:** je pregled koji bi svaka žena trebala redovito obavljati da bi utvrdila eventualne kvržice i kontrolirala rast već postojećih. Trebalo bi se redovito pregledavati i početi u ranim godinama. Samopregledavanjem se ne uspostavlja dijagnoza, već se primjećuju promjene na grudima. Lako se obavlja kako se vidi na slikama:



1. Skupljenim prstima opipati dojku sa svih strana



2. Obavezno opipati i područje ispod pazuha



3. Stati ispred ogledala i pažljivo provjeriti da li ima nepravilnosti na grudima ili na koži



4. Laganim pritiskom na bradavicu provjeriti iscjedak

2. **Pregled u bolnici:** pregled dojki obavlja doktor da bi utvrdio da li postoje kvržice. Ovaj pregled bi trebale obaviti svake godine sve žene koje su napunile 30 godina
3. **Mamografija:** sve žene koje su navršile 40 godina trebale bi jednom godišnje uraditi mamografiju. Ako je već bilo slučajeva oboljenja unutar porodice, trebalo bi početi sa mamografijom u dobi od 35-40 godina. Stupanj radijacije nije opasan. U slučajevima kada je dojka tvrda treba ju pregledati ultrazvukom. Nacionalna zdravstvena zaštita omogućuje svake 2 godine besplatan pregled svim ženama u starosnoj dobi od 50 – 69 godina (najkritičnija dob).
4. **Ultrazvuk:** je postupak koji se sve češće koristi za pregled grudiju, naročito u slučaju kada je nemoguće napipati kvržice. Preporučuje se mladim ženama koje imaju čvrste grudi i ženama koje nisu dojile.
 - jednom godišnje ženama prije menopauze (od 25 – 30 godina)
 - kao dodatak mamografiji koja nije dala zadovoljavajuće rezultateUltrazvuk nije jedini test koji se obavlja za rano otkrivanje raka na dojci.

Kada kliničke i radiološke pretrage ukazuju na postojanje sumnjivih kvržica neophodno je izvršiti dodatne nalaze.

Agoaspirato je pretraga kojom ćemo sa sigurnošću utvrditi postojanje sumnjive kvržice. Ako je čvor opipljiv rukom, iglom se uzima direktno uzorak tkiva, ako je čvor vidljiv samo putem instrumenata, uzorak se uzima uz pomoć ultrazvuka ili mamografije.

Da bi u potpunosti zaključili ispitivanje vrši se postupak zvan **“mammotome”** (zarezuje se koža otprilike 3mm i uzima uzorak tkiva putem sterilne sonde za jednokratnu upotrebu).

Jedan od glavnih zadataka svih Regija u državi je provođenje kampanje za promociju mamografije putem sensibilizacije ženske populacije u kojoj svestrano učestvuje i Talijansko Udruženje za borbu protiv raka.

Kako se liječi?

1. Kirurškim putem: to je do danas najefikasniji način liječenja raka na dojci. Primjenjuju se dvije tehnike: **konzervativna i demolitivna**.

- **Konzervativna kirurgija** odstranjuje samo oboljeli dio dojke (najčešće je jedan kvadratić) i moguće ju je primjeniti kada je bolest manjih dimenzija.
- **Demolitivna kirurgija (mastektomija)**, koja se sve rjeđe koristi, je zahvat kojim se potpuno odstranjuje dojka i neophodan je uslučajevima kad se rak jako proširio. Nakon takvog zahvata odmah se primjenjuje rekonstrukcija, ako je moguće za vrijeme iste operacije, ali nažalost samo u pojedinim ekskluzivnim centrima.

Obe tehnike uključuju i **odstranjenje limfnih čvorova** koji se nalaze ispod pazuha. Zadnjih godina se koristi metoda **“linfonodo sentinella”**, kojom se ispituje jedan limfni čvor i na taj način minimalnim zahvatom

doznajemo da li su limfni čvorovi zdravi ili ne. Ta tehnika omogućuje operaciju bez otvaranja kod dvije trećine zahvata, čime se smanjio rizik pojave limfodema (oticanje operirane ruke), i ne diraju se limfni čvorovi koji su dio imunološkog sistema.

2. **Radioterapija:** se primjenjuje zajedno sa konzervativnom kirurgijom kada postoji sumnja da su u tkivu prisutne još nevidljive stanice koje bi se mogle ponovo proširiti (što se može dogoditi u 5% slučajeva). Novi aparati prouzrokuju minimalne nuspojave.
3. **Terapije u bolnici** koriste se za tretman bolesti u cijelom organizmu zbog sumnje da postoje eventualne metastaze. Metastaze mogu biti vidljive (kod raširene bolesti) ili nevidljive.

Dijele se na: **a) kemoterapija, b) hormonska terapija, c) imunološka terapija.**

- **Kemoterapija:** provodi se uzimenjem lijekova koji uništavaju, toksičnim djelovanjem, stanice tumora. Efikasno djeluju na razmnožene stanice, ali na taj način mogu oštetiti i zdrave stanice (koštanu srž, probavne stanice, korijen kose, itd.)
- **Hormonska terapija:** lijekovima se blokira hormonsko stimuliranje eventualnih stanica tumora prisutnih u organizmu. Koristi se naročito kod tumora koji sadrže hormonalne receptore
- **Imunološka terapija:** služi se takozvanim “monoklonalnim antitijelima” koji napadaju stanice tumora.

Sve se to primjenjuje kada je rak već otkriven...

Da li je moguće spriječiti obolijevanje od raka na grudima?

Glavni faktori rizika

Najčešći rizik za oboljenje od raka na grudima je starosna dob (grafički prikaz str.7)

Rizik za oboljene povećava se s rastom godina u slijedećima slučajevima:

- izostanak trudnoće (ili prva trudnoća nakon 35 godina);
 - prva menstruacija u ranoj dobi;
 - prekomjerna tjelesna težina (nakon menopause): adekvatna dijeta, bogata voćem i povrćem, može smanjiti rizik;
 - konzumiranje alkoholnih pića.
1. Dobročudne promjene na grudima (ciste i fibroadenomi) koje mogu biti otkrivene putem instrumentalnih pregleda ne povećavaju rizik za oboljenjem od te teške bolesti.
 2. Dok je još neispitan faktor prehrane, ispitivanja provedena u cijelom svijetu su dovela do jasnijih saznanja o uticaju **hormonalne terapije** (lijekovi koje koriste mnoge žene nakon menopause da bi umanjile njene posljedice – naročito pojavu osteroporozе): uzimanje hormona donosi minimalan rizik i samo ako se koristi dugo i bez kontrole liječnika.

Preventivna zaštita

Kad govorimo o “preventivnoj zaštiti” razlikujemo dvije strategije koje su međusobno povezane:

- **Primarna preventivna zaštita** se sastoji u prepoznavanju faktora rizika i poduzimanju mjera za njihovo smanjenje, što je još uvijek teško primjenjivo;
- **Sekundarna preventivna zaštita** znači pravovremeno uspostavljanje dijagnoze (putem mamografije ili ultrazvuka), kada je bolest u početnoj fazi, i kada je gotovo uvijek, potpuno izlječiva.

*Nova tehnika je **preventivna zaštita lijekovima**: sastoji se u uzimanju prirodnih lijekova koji smanjuju faktore rizika i time i mogućnost razvoja bolesti.*

Primjenjuje se od 90-tih godina sa slijedećim rezultatima:

- ta tehnika je pokazala dobre rezultate jer se smanjila mogućnost obolijevanja
- smanjuje ili u potpunosti eliminira posljedice terapija kod liječenja tumora.

Sadržaj

Predgovor	str. 3
Uvod	str. 5
Što je rak na grudima?	str. 6
Koji znakovi ukazuju na moguće prisustvo raka na grudima?	str. 8
Na koji način otkrivamo rak na grudima?	str. 9
1. Samopregledavanje	str. 9
2. Pregled u bolnici	str. 10
3. Mamografija	str. 10
4. Ultrazvuk	str. 10
Kako se liječi?	str. 11
1. Kirurškim putem	str. 11
2. Radioterapija	str. 12
3. Terapije u bolnici	str. 12
Da li je moguće spriječiti obolijevanje od raka na grudima?	str. 13
· Glavni faktori rizika	str. 13
· Preventiva zaštita	str. 14

Prevod ovog priručnika je po inicijativi Savjeta žena udruženja L.I.L.T. u suradnji sa kulturnim posrednicama:

*IRIS TEKVIĆ - hrvatsko-srpski
MANJOLA LAMA - albanski
HASNAA NAGGAY - arapski
ELENA POPESKU - rumunjski
ELENA BECCARIA - engleski, francuski
WENCESLADA ANGULO AMORTEQUI - španjolski
WANG QING - kineski*

Koordinirala dr. TIZIANA CIMOLINO

*Specijalna zahvala Okrugu grada Trsta koji je doprinjeo realizaciji ovoga projekta.
Realizzato con il contributo della Provincia di Trieste*



Via A. Torlonia, 15 - 00161 Roma - Tel. 06 4425971 Fax 06 44259732 - E mail: sede.centrale@lilt.it

c/c Postale 28220002

*Monte dei Paschi di Siena - Filiale di Roma - Via del Corso, 232 - 00186 Roma
c/c Bancario 93403.23 - ABI 1030 - CAB 03200*

*Talijansko Udruženje za borbu protiv raka je prisutno u svim regijama.
Adrese e nalaze u telefonskim imenicima ili na internetu: www.lilt.it*