

Preventiva

Neposredni vzrok nastanka raka dojke ni znan, poznamo pa dejavnike tveganja, ki so povezani z razvojem te bolezni: spol, starost, zgodnja prva menstruacija, pozna menopavza, pozna prva nosečnost, predhodni rak dojke in dednost rakavih obolenj.

Tem dejavnikom se ne moremo izogniti, lahko pa z zdravim načinom življenja pripomoremo k preprečitvi nastanka rakavih obolenj.

Preiskovanke imajo v CBD na voljo tudi predavanje o raku dojke in učenje pravilnega samopregledovanja dojk na didaktičnem modelu.

Z rednim samopregledovanjem in s pravilnim postopkom se lahko nauči, kakšna je zgradba dojke pod njenimi prsti, da bo lahko prepoznala vsako spremembo.

**DOJKE SI MORA ŽENSKA REDNO
PREGLEDOVATI VSAK MESEC OKOLI 10. DNE
MENSTRUALNEGA CIKLUSA.**

Dobro je vedeti, da ni vsaka sprememba oz. zatrdlina v dojki nevarna, moramo pa poznati spremembe, ki so lahko prvi znak bolezni.

Te so:

- tipna zatrdlina, ki se tekom ciklusa ne spreminja,
- izcedek,
- ugreznjena bradavica,
- spremenjena koža dojke,
- enostranska aciklična bolečina v dojki.

**OB VSAKI SPREMEMBI V DOJKI OBVEZNO
OBIŠČEMO OSEBNEGA ZDRAVNIKA
ALI GINEKOLOGA.**

Pri raku dojke moramo izhajati iz ene same misli:

če ga ne moremo preprečiti, ga skušajmo vsaj pravočasno odkriti.



Zdravstveni dom Ljubljana, posodobljena izdaja julij 2019



Ustanoviteljica
Mestna občina
Ljubljana



ISO 9001
EN 15224

Q-1647
Z-005



PRIJAZNO



Državno
prijazno
podjetje

www.zd-lj.si

ZDL Zdravstveni dom Ljubljana
Community Health Centre Ljubljana



Center za bolezni dojk

Rak dojke je najpogostejši rak pri ženskah tako v razvitem svetu kot pri nas. Če se o njem podučite, imate več možnosti, da se bolezni izognete, jo zgodaj prepoznate in premagate. K preprečitvi nastanka rakavih obolenj pa lahko pripomoremo tudi z zdravim načinom življenja.

Predstavitev Centra za bolezni dojk (CBD)

Ambulanta za bolezni dojk je bila ustanovljena leta 1996 v ZDL Center. Opremljena je z najsodobnejšimi aparaturami, preglede dojk pa opravljajo zdravniki specialisti.

Preventivni pregledi so namenjeni ženskam po 50. letu starosti in ženskam po 40. letu, ki imajo povečane dejavnike tveganja za rak dojke (po presoji napotnega zdravnika).

Kurativni pregledi so namenjeni vsem ženskam z morebitnimi spremembami v dojkah, ki jih čutijo oz. tipajo.

V Centru za bolezni dojk se izvajajo naslednje dejavnosti:

- klinični pregledi dojk,
- rentgensko slikanje dojk - mamografija,
- ultrazvočna preiskava dojk,
- citološke punkcije,
- ultrazvočno vodene punkcije,
- svetovanje,
- učenje pravilnega samopregledovanja.

Klinični pregled

Pred kliničnim pregledom se izvede razgovor z medicinsko sestro o anamnestičnih podatkih preiskovanke. Razgovor zajema zdravniško in ginekološko anamnezo ter družinske obremenitve glede malignih obolenj.

Nato zdravnik opravi klinični pregled, ki zajema pregled dojk in regionalnih bezgavk. S preiskovanko se pogovori in odredi nadaljnje diagnostično-terapevtske preiskave.

✓ Ultrazvočna preiskava dojk

Ultrazvočna diagnostika nam z uporabo visokofrekvenčnih zvočnih valov omogoča slikovno preiskavo, s katero lahko prepoznamo različne vnetne procese, tumorje oz. anatomske spremembe. Te preiskave se poslužujemo pogosteje pri mlajših ženskah, kjer je žlezno tkivo dojke še zelo aktivno. V tkivu iščemo spremembe, ki bi bile lahko bolezenske.

✓ Tankoigelná biopsija dojke

Je preiskava, s katero se s tanko iglo vzame vzorce tkiva dojke in se ugotavlja spremembe v tkivu. Za preiskavo se odločimo, kadar se v tkivu dojke s tipanjem, z mamografijo ali ultrazvokom dojke ugotovijo spremembe, ki zahtevajo še bolj

natančno opredelitev spremenjenega tkiva. Vzorec se pošlje na citološko preiskavo. Včasih je slabo tipne spremembe potrebno prikazati sočasno z ultrazvokom dojke.

✓ Mamografija

Je rentgensko slikanje dojk. Opravljamo jo z najsodobnejšim digitalnim mamografom. Je najbolj zanesljiva in natančna metoda, s katero je mogoče odkriti drobne, klinično nezaznavne bolezenske spremembe, še preden postanejo tipne.

