



سرطان پستان (سینه) چیست؟

سرطان پستان نوعی از سرطان است که عملکرد تقسیم سلولی در سلولهای پستان را دچار اختلال میکند. سلولهای سرطانی پستان در شخصی که مبتلا شده، بدون کنترل و بیش از حدی که لازم است تکثیر میشوند. سرطان پستان انواع مختلفی دارد. نوع آن بستگی به این دارد که کدام نوع از سلولهای پستان دچار این اختلال شدهاند. این سرطان ممکن است از جاهای مختلفی در پستان آغاز شود.

پستان سه بخش کلی دارد:

- لوبولها: غدههایی که شیر در آنها ساخته میشود.
 - مجراها: لولههایی که شیر را از لوبول به نوک پستان میرسانند.
 - بافت همبند: بافت لیفی و بافت چربی که بخشهای دیگر پستان را در برمیگیرد و کنار هم نگاه میدارد.
- بیشتر سرطانهای پستان از مجراها یا لوبول آغاز میشود. سلولهای سرطانی میتوانند از طریق رگهای خونی و مسیرهای لنفاوی به سمت بیرون از پستان حرکت کنند و در بقیه بدن گسترش پیدا کنند. در این حالت میگوییم سرطان متاستاز رخ داده است.

انواع مختلف سرطان پستان کدام هستند؟

شایعترین انواع سرطان پستان این دو نوع هستند:

- سرطان تهاجمی مجاری شیر پستان: در این نوع از سرطان پستان، سلولهای سرطانی در مجرا شکل میگیرند. بعد از پیشروی کمکم به سمت بیرون از آن حرکت میکنند و به سایر قسمتهای پستان راه پیدا میکنند. این سلولها حتی ممکن است از پستان خارج شوند و سایر مناطق بدن را تحت تأثیر قرار بدهند.
- سرطان تهاجمی لوبولی پستان: در این نوع از سرطان، سلولهای سرطانی اول در لوبول شکل میگیرند و سپس به بقیه نقاط پستان و خارج از آن حرکت میکنند.

سرطان پستان انواع دیگری هم دارد که شایع نیستند مثل بیماری پازه، سرطان مدولاری، سرطان موسینی و سرطان

التهابی پستان علائم سرطان پستان چیست و چطور آنها را تشخیص دهیم؟ این

بیماری در بعضی افراد بدون علامت ظاهر میشود و گاهی علائم مختلفی دارد که در افراد مختلف متفاوت است. وجود

داشتن علامتهای زیر لزوماً به معنی این نیست که به این بیماری مبتلا شده‌ایم، اما با دیدن این علائم کلی، میتوانیم به این بیماری شک کنیم و به پزشک مراجعه کنیم:

- ایجاد شدن برجستگی یا اجزای توده مانند در پستان یا حفره‌ی زیر بغل
- تورم بخشی از پستان یا ضخیم شدن پوست آن
- پرتقالی شدن پوست پستان
- درد نوک پستان یا کشیده شدن نوک پستان به سمت داخل
- قرمز یا پوست پوست شدن نوک پستان
- ترشح هر نوع ماده‌ای غیر از شیر از نوک پستان (مثل خون)
- هرگونه تغییر در شکل پستان یا حس درد

پستان طبیعی باید چه شکلی باشد؟

همانطور که پیشتر گفتیم، پستان از سه بخش تشکیل شده است. اما برای سوال «یک پستان سالم چه شکلی است؟» پاسخی وجود ندارد. شکل پستان در افراد مختلف متفاوت است و در این مورد چیزی تحت عنوان نرمال وجود ندارد. ظاهر پستان از عوامل محیطی مختلفی تأثیر میگیرد.

مثلاً شروع خونریزی ماهیانه، چاق یا لاغر شدن، بچه‌دار شدن، افزایش سن و برخی داروها میتوانند شکل پستانها را تغییر دهند.

آیا توده پستانی لزوماً خطرناک و بد است؟

توده‌هایی که در پستان به‌وجود می‌آیند، لزوماً سرطانی نیستند. گاهی این توده‌ها کیست‌هایی کوچک پر از مایع هستند و در بیشتر موارد به دلایل دیگری غیر از سرطان ایجاد میشوند. مثلاً کیستها و وضعیت فیبروکیستیک پستان، دو عامل بسیار شایع هستند. وضعیت فیبروکیستیک تغییراتی در پستان ایجاد میکند که ممکن است همراه با درد، سوزش و ایجاد شدن یک توده‌ی پستانی باشد.

پیشگیری از سرطان سینه

سرطان پستان مثل خیلی از بیماریهای دیگر تحت تأثیر عوامل تغییرناپذیری همچون ژنتیک و عوامل تغییرپذیری همچون سبک زندگی است. اگر بدانیم چه عواملی باعث ایجاد سرطان میشود و از آنها دوری کنیم یا جلوی آنها را بگیریم در واقع از سرطان پیشگیری کرده‌ایم. برای پاسخ به این سوال که چه عواملی باعث بروز سرطان میشود، این عوامل را به دو دسته عوامل خطرزای تغییرپذیر و تغییرناپذیر دستهبندی میکنیم.

عوامل خطرزای تغییرناپذیری که بر بروز سرطان سینه تأثیر دارند!

- زن بودن و بالا رفتن سن دو عامل بسیار مهم هستند.

- اتفاقاتی مثل جهشهای ژنتیکی در طول زندگی
- تاریخ شروع پریود (برای اولین بار) و پایان آن (یائسگی) در بروز سرطان پستان تأثیر دارند. هرچه سن شروع پریود پایینتر و سن پایان بیشتر باشد، احتمال ابتلا به سرطان بیشتر میشود.
- سابقهی سرطان پستان در خانواده یا خود فرد (قبلاً) احتمال مبتلا شدن را بیشتر میکند.
- بیماریهای غیرسرطانی دیگری هم مربوط به پستان هستند، که احتمال ابتلا را افزایش میدهند.
- پرتودرمانی و مصرف داروی دی اتیل ستیل بسترول توسط فرد (توسط مادرش در دوران بارداری) هم، دو مورد تأثیرگذار هستند.

عوامل خطرزای تغییرپذیری که بر بروز سرطان پستان موثر هستند

- اضافه وزن و چاقی (مخصوصاً پس از دوران یائسگی)
 - عدم تحرک و ورزش نکردن
 - مصرف هورمونهای زنانه (برای پیشگیری از بارداری و درمان جایگزین بعد از یائسگی)
 - سابقهی حاملگی بدون زایمان
 - زایمان بعد از ۳۰ سالگی و شیر ندادن به نوزاد تا قبل از آن
 - مصرف نوشیدنیهای الکلی و دخانیات
- با توجه به این که دسته بالا از عوامل خطرزا تا حدودی در کنترل ماست، میتوانیم با دوری از آنها احتمال خطر را کم کنیم.

برای درمان سرطان پستان باید چه کنیم؟

وقتی علائم را در خودمان تشخیص دادیم، باید به پزشک متخصص مراجعه کنیم. اگر پزشک تشخیص دهد که به سرطان پستان مبتلا هستیم، دورهی درمان را آغاز میکند. انتخاب شیوهی درمان بستگی به نوع سرطان و میزان پیشروی آن دارد. هر چه زودتر این بیماری را تشخیص دهیم (در مراحل اولیه) درمان آن راحت تر میشود. برای درمان سرطان شیوههای مختلفی وجود دارد از جمله:

- جراحی: یکی از شیوههای درمان سرطان پستان، جراحی برای برداشتن توده سرطانی است.
- شیمیدرمانی: در شیمیدرمانی، با استفاده از داروهای خوراکی و تزریقی سعی میکنند سلولهای سرطانی را بکشند و تودهی سرطانی را کوچکتر کنند.
- هورمون درمانی: یکی دیگر از شیوهها این است که نگذاریم هورمونهای زنانه که برای سلولها لازم است، به سلولهای سرطانی برسند. زیست درمانی یا درمان بیولوژیک: در این شیوه درمانی سعی میکنند سیستم ایمنی فرد را قوی کنند تا بتواند به سرطان غلبه کند.
- پرتودرمانی: کشتن سلولهای سرطانی از طریق پرتوهایی مثل اشعه ایکس

