

## RINNANÄÄRME SÕELUURING INFOLEHT

### ***Milleks on sõeluuring vajalik?***

Rinnavähi sõeluuringuid tehakse paljudes arenenud riikides juba aastakümneid. Seetõttu avastatakse nendes riikides enamuse rinnavähkidest varajases staadiumis. Rinnavähk on Eestis naiste hulgas levinuim pahaloomuline kasvaja ning haigestumus sageneb peale 50. eluaastat. Uuringul avastatakse pahaloomuline kasvaja ligikaudu 6 naisel 1000 uuritud naisest. Spetsiaalse röntgeniaparadi – mammograafi abil tehakse pildid rinnanäärme sisemusest, see meetod võimaldab leida rinnavähi tema arengu algusjärgus, kui ta on veel väga hästi ravitav. **Kui rinnavähk avastatakse varakult, on selle ravi palju paremate tulemustega**, see võimaldab päästa elusid ja kasutada rinda säästvaid operatsioone. Rinnavähi varajase avastamise sõeluuringut korraldavad Sotsiaalministeerium, Eesti Haigekassa, Tervise Arengu Instituut ja SA Vähi Sõeluuringud. Sellest infolehkest leiate vastused mõnele küsimusele, mis võivad Teil seoses sõeluuringuga tekkida.

### ***Mida ma peaksin tegema enne uuringule minekut?***

Riietuseks valige seelik või püksid ja pluus, sest uuringu käigus peate Te võõni lahti riietuma. Palun ärge kasutage sel päeval deodoranti, kehapuudrit ega kehakreemi, sest need võivad mõjutada röntgenipildi kvaliteeti. Need naised, kellel käivad veel menstruatsioonid, peaksid sõeluuringule tulema tsükli 5.–15. päeval, sest siis pole rinnad liiga hellad ega tundlikud.

### ***Mis uuringul toimub ja kaua see kestab?***

Te riietute võõni lahti ja röntgenikabineti õde juhatab Teid mammograafi juurde. Seal asetab õde Teie rinnad kordamööda kahe lameda plaadi vahele ja teeb röntgeniülesvõtte kummastki rinnast kahe suunas. Röntgenipildi tegemine võtab paar minutit. Kogu visiit koos dokumentide vormistamisega kestab 15–20 minutit.

### ***Kas see on valus?***

See võib olla ebamugav, aga enamasti mitte valus, sest rind on mõne sekundi vältel kahe lameda plaadi vahele surutud. Mõned naised peavad seda ka valusaks. Kui tunnete valu, öelge seda palun otsekohe õele. Teie mugavus on väga tähtis.

### ***Millal ma saan vastuse?***

Teile saadetakse vastus uuringu teinud tervishoiuasutuse poolt 2 nädala jooksul kas kirjaga teile sobival postiaadressil või kokkulepitud e-kirja aadressile. Vastuskiri ei sisalda delikaatseid isikuandmeid. Enamik naisi saab siis rõõmuga teada, et neil vähile viitavaid muutusi rindades ei leitud.

### ***Aga kui mul on vaja täiendavaid uuringuid?***

Mõned naised kutsutakse täiendavatele uuringutele, sest mammogramm näitas muutusi rinnakoes. Pidage kindlasti meeles, et rinnavähki ei ole ka suuremal osal tagasikutsutud naistest. Tagasikutsutuul võidakse teha täiendavaid röntgenipilte kahtlasest kohast rinnas. Vajaduse korral uuritakse rinda ultraheliga või võetakse koeproov.

### ***Kas sõeluuringul avastatakse kõik rinnavähid?***

Rinna röntgeniuuring avastab enamiku rinnavähkidest. Nagu paljudel teistel meditsiinilistel testidel, ei ole ka sellel paraku 100% kindlust. Ometi on regulaarne sõeluuring parim viis avastada rinnavähk varakult, kui see ei anna veel mingeid haigusnähte.

### ***Mis saab siis, kui leitakse rinnavähk?***

Rinnavähk leitakse väikesel osal uuritud naistest, kes hakkavad seejärel saama spetsiaalset ravi. Arst selgitab neile ravivõimalusi. Mida varasemas staadiumis on kasvaja avastatud, seda paremad on ka selle haiguse ravivõimalused. Tuge ja informatsiooni võib saada ka patsientide organisatsioonidelt.

### ***Kui tihti peaksin ma käima sõeluuringul?***

Soovitame mammograafilist uuringut üks kord iga 2-3 aasta tagant. Kui järgmise uuringu aeg on käes, saadetakse Teie Haigekassa poolt meeldetuletav kiri kutsega. Uuring on tervisele ohutu, sest mammogrammi tegemiseks kasutatakse väga väikest kiirgusdoosi.

### ***Mida muud saan ma teha?***

Kõik naised peaksid regulaarselt jälgima oma rindu, sest rinnavähk võib areneda ka kahe uuringu vahelisel ajal. Kui Te märkate midagi tavapärasest erinevat – nagu tihendit, eritust nibust, rinna kuju või naha muutusi – pöörduge kohe oma perearsti poole. Kord kuus (menstrueerivatel naistel – pärast menstruatsiooni) tuleks teha rinna enesevaatlust, et tihendi tekkimisel pöörduda perearsti juurde võimalikult vara.

## ОБСЛЕДОВАНИЕ ДЛЯ РАННЕГО ОБНАРУЖЕНИЯ РАКА МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ ИНФОРМАЦИОННЫЙ ЛИСТ

### *Для чего нужен данный обследование?*

Подобные обследования проводятся во многих развитых странах уже на протяжении десятилетий. Поэтому в тех странах рак молочной железы в большинстве случаев обнаруживается на ранней стадии. В Эстонии рак молочной железы является наиболее распространённым видом злокачественной опухоли у женщин, риск заболевания увеличивается в возрасте после 50 лет. В ходе обследования злокачественные патологические изменения обнаруживают у 6 женщин из 1000 принявших участие в таком обследовании.

В ходе маммографического обследования делают снимки внутренности молочной железы. Благодаря этим снимкам можно обнаружить развитие злокачественной опухоли молочной железы на ранней стадии у женщин, не жалующихся на здоровье. **Если рак груди распознается на ранней стадии то его лечение эффективнее по сравнению с поздним обнаружением.**

Проект для раннего обнаружения рака молочной железы проводят Министерство социальных дел, Эстонская больничная касса, Институт развития здоровья и целевое учреждение “Eesti Vähi Sõeluuringud”. В этом листе Вы найдете ответы на некоторые вопросы, которые могут возникнуть у Вас в связи с обследованием молочной железы.

### *Как я должна подготовиться к обследованию?*

В качестве одежды выбирайте юбку или брюки и блузку, потому что для проведения обследования Вы должны будете расстаться до пояса. В день обследования, пожалуйста, не пользуйтесь дезодорантом, пудрой и кремом для тела, так как они могут повлиять на качество рентгеновского снимка. Обследование проводится на 5–15 день менструального цикла, так как в это время молочные железы не слишком болезненные и чувствительные.

### *Что происходит при обследовании и как долго это длится?*

Вы раздеваетесь до пояса и сестра рентгенологического кабинета направляет Вас к маммографическому аппарату. Сестра помещает молочные железы поочередно между двумя плоскими пластинами и делает рентгеновские снимки с каждой молочной железы в двух направлениях. На выполнение рентгеновского снимка уходит пару минут. Весь визит вместе с оформлением документов длится 15–20 минут.

### *А это больно?*

Это может быть неприятно, так как молочная железа на несколько секунд сжата между двумя плоскими пластинками. Некоторые женщины считают это болезненным. Если почувствуете боль, то сразу скажите об этом сестре. Важно, чтобы вам было удобно.

### *Когда я получу ответ?*

Ответ Вам пришлют по почте или по электронной почте в течение двух недель. Ответ не содержит деликатных личных данных. Большинство женщин получают сообщение, что рака молочной железы у них не обнаружено.

### *А если мне нужны дополнительные обследования?*

Некоторых женщин приглашают на дополнительные обследования, так как у них находят изменения в грудной железе. Повторно приглашенным могут сделать дополнительный рентгеновский снимок с увеличением определенного участка молочной железы. В случае необходимости проводится ультразвуковое обследование или берётся проба ткани. Обязательно помните, что рака груди также не обнаруживается у большей части повторно приглашенных женщин.

### *Гарантирует ли профилактическое обследование 100% выявление рака грудной железы?*

Большинство раков молочной железы обнаруживается рентгенологическим обследованием. Это обследование, как и другие медицинские обследования, увы, не дают 100% гарантию, но всё-таки регулярное профилактическое обследование молочной железы – лучший способ обнаружить рак заранее, пока болезнь себя еще никак не проявила.

### *Что будет, если обнаружится рак груди?*

Рак молочной железы обнаруживается у малой части обследованных женщин, которые после этого направляются на специальное лечение. Врач объяснит им возможности лечения. Поддержку и информацию можно получить также у организаций объединяющих пациентов.

### *Как часто я должна делать профилактическое исследование?*

Один раз в 2-3 года, Вас письменно пригласят на следующее обследование. Обследование является безопасным для здоровья, так как для получения маммограммы используется очень малая доза ионизирующего излучения.

### *Что ещё я могу сделать?*

Все женщины должны регулярно проверять свою грудь, так как рак груди может развиваться в перерыве между двумя обследованиями. Если вы заметите изменения в молочной железе, например, уплотнение, выделения из соска, изменения формы грудной железы или кожи – срочно обращайтесь к врачу. Раз в месяц (у менструирующих женщин – после менструации) необходимо делать самоосмотр грудной железы, чтобы при обнаружении уплотнения по возможности раньше обратиться к врачу.