



ZATRDILINA V DOJKI

Nika Šatej

1. Zakaj pride do nastanka zatrdlina v dojki?

Med pogostimi vzroki zatrdlin v dojkah so makrociste, fibroadenomi in rak dojk. Za raka dojk je značilna zatrdlina, ki je trda, grčasta, ne boli, lahko uvleče kožo ali bradavico in traja več kot en mesec. Zatrdlina, ki ni rak, je okrogla, elastična, gladka, premična, ne uvleče kože ali bradavice in je (ponavadi) boleča.

2. Kdaj in kako si lahko pomagata sami?

Ob bolečih zatrdlinah v dojkah, še posebej, če so bolečine vezane na menstruacijski cikel, je pametno nositi nekoliko udobnejši nedrček. Smiselno se je tudi izogibati večjim telesnim in športnim obremenitvam. V skrajni sili bo zdravnik predpisal zdravilo, vendar čudežnega zdravila, ki bi odpravilo zoprno bolečino v dojkah, žal ni.

3. Kdaj morate k zdravniku?

Ob vsaki na novo nastali zatrdlini v dojki je potrebo izključiti raka dojke. Kadar zatipamo novo zatrdlino, moramo ugotoviti njene značilnosti. Bolj sumljive za raka dojk so zatrdline, ki niso simetrične in če se je pojavila ena sama zatrdlina, še zlasti, če je le-ta trda, grčasta, ne boli, uvleče kožo ali bradavico in traja več kot en mesec. Če počasi raste, je nujen čimprejšnji pregled pri zdravniku družinske medicine ali ginekologu.

Kadarkoli se že znana zatrdlina v dojki spremeni (zraste, postane trda, koža nad njo se uvleče ali pa se spremeni bodisi koža bodisi oblika dojke) ali nastane nova zatrdlina, je potreben pregled pri zdravniku.

4. Katere ukrepe zdravnika lahko pričakujete?

Zdravnik bo bolnico z zatrdlino v dojki natančno izprašal tudi o ostalih zdravstvenih težavah ter o morebitnem pojavljanju raka dojke v družini. Opravi klinični pregled, še posebej skrbno bo pregledal dojke. Ob pregledu dojk bo nežno pretipal dojki in pazdušni kotanji. V primeru, da bo v dojki zatipal zatrdlino, bo bolnico napotil na preiskave (mamografsko slikanje in/ali ultrazvočno preiskavo dojk, tankoigelno aspiracijsko biopsijo).

5. Katere so najpogostejše diagnoze ob zatrdlini v dojki?

Najpogosteje bo zdravnik pri bolnici ugotovil, da ne gre za nikakršen tumor, pač pa le za boleče žlezno tkivo. Boleča dojka in vozlíčavost so razlog za obisk centra za bolezní dojk kar v 45-85 %. Bolečina je ciklična v dveh tretjinah primerov in je običajno povezana z menstrualnim ciklom. Za raka dojk je bolj sumljiva bolečina, ki ni ciklična in je samo enostranska. Med bolnicami, ki so imele raka dojk, je navajalo bolečino 5-24 % bolnic.



Cista je najpogostejši benigni tumor dojk in se razvije pri 7-10 % žensk. Za diagnozo ciste opravimo klinični pregled in z ultrazvočno preiskavo dokažemo, da je v zatrdlini tekočina. S tankoigelnno aspiracijsko punkcijo večino cist ozdravimo. V kolikor je vsebina krvava, moramo opraviti citološki pregled vsebine ciste. Pri ženskah, starejših od 35 let, opravimo mamografsko preiskavo pred ali teden dni po punkciji. Samo v 10 % se cista ponovi na istem mestu, v 50 % nastane pri bolnici nova cista in kar v tretjini primerov se pojavi več novih cist sočasno. Ciste praviloma niso rakaste.

Fibroadenomi nastanejo iz žlez in se najpogosteje pojavijo v starosti od 15 do 25 let. Navzoči so skoraj v vseh dojkah in se odzivajo na hormone enako kot normalne žleze. Zrastejo večinoma 1 do 2 cm in se v 80 % ne spreminjajo, 10-15 % jih izgine, raste pa jih le 5-10 %. Diagnozo postavimo s klinični pregledom. Pri bolnicah mlajših od 35 let lahko napravimo ultrazvočno preiskavo dojk, pri starejših od 35 let je potrebno mamografsko slikanje. Aspiracijska biopsija s tanko iglo ni potrebna pri bolnicah mlajših od 25 let. Bolnice si morajo redno samopregledovati dojke. Pri tistih, ki so starejše od 35 let, je večja možnost nastanka raka dojk, zato je pri njih potrebna previdnost.

Za rakom dojke zboli približno vsaka deseta ženska. Rak dojke je pogostejši pri ženskah, ki so starejše kot 50 let. Ob vsaki zatrdlini v dojki, ki se pojavi na novo, je potrebno izključiti, da gre za raka dojk. Diagnozo tipnega raka dojk postavimo s kliničnim pregledom, tankoigelnno aspiracijsko biopsijo in mamografskim slikanjem dojk.

6. Kateri so načini zdravljenja zatrdline v dojki?

Ciste pogosto pozdravimo s punkcijo s tanko iglo, saj na ta način odstranimo tekočino iz ciste. Skrajno redko se ista cista napolni več kot trikrat.

Benigne tumorje lahko odstrani radiolog z vakuumsko debeloigelnno biopsijo ali pa kirurg z operativnim posegom. Oba posega se izvajata ambulantno. Vakuumska debeloigelnna biopsija v lokalni anesteziji, operacija pa v lokalni ali v splošni anesteziji. Zdravljenje fibroadenoma je odvisno od starosti bolnice. Kadar si bolnica želi, lahko zatrdlino operativno odstranimo. Kirurško odstranitev fibroadenoma svetujemo, če raste, oziroma če je njegov premer večji od 5 cm.

Rak dojke se zdravi z različno obsežnimi operacijami, ki skoraj vedno potekajo v splošni anesteziji. Operaciji rakaste zatrdline pogosto sledi še obsevanje, kemoterapija, hormonska terapija ali zdravljenje z biološkimi zdravili.

7. Kako poteka spremljanje bolnice z zatrdlino v dojki?

Vsaka ženska, ne samo tista, ki ima tipno zatrdlino v dojki, naj bi si dojke ob vsakem menstrualnem ciklusu pretipala sama. Najustreznejši čas za (samo)pregledovanje dojk je, ko je žlezno tkivo najmehkejšo, to je od petega do sedmega dne od začetka menstruacije.



Zatrdline v dojkah, še zlasti, če gre za žlezno tkivo dojke, se med menstruacijskim ciklusom spreminjajo. Tik pred menstruacijo so večje kot prve dni po menstruaciji. Za fibroadenom je značilno, da se z leti zmanjša ali izgine. Za raka dojke pa je značilno, da vztrajno raste. Zatrdlino v dojki redno spremlja tudi zdravnik v centru za bolezni dojk in sicer s pregledom, mamografijo in/ali ultrazvokom.

8. *Ali in kako lahko nastanek zatrdline v dojki preprečite?*

Nastanka zatrdline v dojki se ne da preprečiti.