



С 1 октября в Башкортостане начался Всемирный месячник борьбы против рака груди, который был объявлен Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ) в 1993 году. Розовая лента — международный символ организаций и частных лиц, поддерживающих программу борьбы против рака молочной железы.

Программа поддерживается президентами разных стран на государственном уровне, коронованными особами, людьми из медицинских кругов, известными людьми, коммерческими и неправительственными общественными организациями.

+

Впервые розовая лента была введена «Организацией борьбы с раком молочной железы имени Сьюзан Г. Комен».

После всестороннего обсуждения, на роль символа борьбы с раком молочной железы выбрана **розовая** лента, которая уже однажды использовалась в 1990 году. В 1990-х годах активисты борьбы со СПИДом, вдохновленные лентой как символом объединения, сделали красную ленту своим символом.

Красная лента в одночасье стала признанным международным символом борьбы со СПИДом.

Основной целью программы «Розовая лента» является информирование женщин о раке молочной железы.

Рак молочной железы в структуре онкологических заболеваний женщин занимает первое место, причем заболеваемость постоянно растет. Ежегодно во всем мире выявляется более 1 250 000 случаев этой патологии! За последние 20 лет заболеваемость раком груди выросла в 2 раза. В России ежегодно заболевает более 65

тысяч женщин. По статистике каждая восьмая женщина имеет риск получить подобный диагноз.

В Республике Башкортостан рак молочной железы также занимает первое место среди всех злокачественных новообразований. Ежегодно болезнь диагностируется более чем у 1600 женщин.

В течение последних лет отмечается улучшение ранней диагностики рака молочной железы. Доля пациенток с начальными 1-2 стадиями заболевания составляет более 70%, что свидетельствует о его ранней диагностике. Результаты своевременного лечения этих больных хорошие: вероятность полного выздоровления достигает 90-95%. К сожалению, число больных с запущенными стадиями рака груди снижается медленно. Выживаемость пациенток с 3-4 стадиями очень низка, несмотря на проведение современного дорогостоящего лечения.

Происходит это вследствие множества факторов: аборты, отсутствие беременности и родов, поздние первые роды, различного рода гормональные нарушения, раннее начало менструации, поздняя менопауза. Имеют значение и наследственные факторы, например, онкозаболевания у родственников. Но немаловажно и то, что сами женщины зачастую очень небрежно относятся к своему здоровью, пренебрегая регулярными осмотрами у врачей-маммологов и обращаясь к ним тогда, когда болезнь уже развилась в организме и справиться с ней становится гораздо сложнее.

В целях дальнейшего предотвращения дальнейшего распространения этого серьезного недуга, женщины должны сами уделять должное внимание своему здоровью – регулярно проводить самообследование своих молочных желез, а также не реже одного раза в год посещать маммолога и проходить все назначенные им процедуры. Сложно переоценить роль женщин в современном обществе – это и высококлассные специалисты, и общественные деятели, но, прежде всего, это хранительницы домашнего очага, на которых зачастую держится семейное благополучие. Поэтому хочется обратиться ко всем представительницам прекрасного пола: берегите свое здоровье, свою женственность – найдите время для визита к врачу уже сегодня.

Самодиагностика

The infographic is a 2x3 grid of steps for breast self-examination. Each step includes a small circular icon and a brief description of the action.

- 1. Этап:** Встаньте перед зеркалом. Осмотрите грудь в положении стоя и лежа. Обратите внимание на изменение формы, размера, цвета кожи, наличие сыпи, покраснения, втяжения соска.
- 2. Этап:** Проверьте соски. Попробуйте надавить на сосок пальцем.
- 3. Этап:** Для обследования левой молочной железы положите левую руку на голову. Правой рукой прощупайте грудь. Начиная от соска, прощупайте всю грудь. Прощупывайте по кругу, двигаясь кнаружи и книзу.
- 4. Этап:** Проверьте правую грудь. Правой рукой надавите на сосок. Проверьте сосок. Попробуйте надавить на сосок пальцем.
- 5. Этап:** После завершения осмотра правой молочной железы прощупайте левую грудь.
- 6. Этап:** Проверьте подмышечные впадины. Проверьте подмышечные впадины на наличие лимфатических узлов.