



DEPOSITPHOTOS

ние среди женского населения России. Существует множество факторов, способных его спровоцировать. И один из них — это наследственность. То есть те женщины, у которых близкие родственники — мамы, бабушки, сестры, тети — болели раком молочной железы, находятся в группе риска. Но в таком случае паниковать не стоит. Нужно лишь регулярно

наблюдаться у маммолога, делать УЗИ молочных желез (до 39 лет) и маммографию (начиная с 40 лет). Но нельзя забывать и о других факторах риска, которые могут спровоцировать болезнь: прием гормональных контрацептивов более десяти лет, раннее начало менструального цикла, ожирение, вредные привычки (курение, злоупотребление алкоголем и другие), возраст от 40 до 70 лет.

Выявление болезни на ранних стадиях позволяет справиться с ней практически в 100 процентах случаев, именно поэтому так важно женщинам проходить диспансеризацию и плановые осмотры.



**МОСКОВСКИЙ
ВРАЧ**

Татьяна Антонова
заведующая дневного стационара Клинической онкологической больницы № 1, обладательница статуса «Московский врач»

Подготовила **Марьяна Шевцова** nedelya@vm.ru

НЕ УПУСТИТЬ ВРЕМЯ И ШАНС

**ЛУЧШИЕ
ДОКТОРА**
ОТВЕЧАЮТ НА ВОПРОСЫ
НАШИХ ЧИТАТЕЛЕЙ
О ПРОФИЛАКТИКЕ
И ДИАГНОСТИКЕ РАКА
МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ,
ДЕНЬ БОРЬБЫ
С КОТОРЫМ
ОТМЕЧАЕТСЯ ВО ВСЕМ
МИРЕ В ОКТЯБРЕ

Именно диспансеризация и плановые осмотры помогают выявить заболевание на ранних стадиях. В таком случае справиться с раком молочной железы удается практически в ста процентах случаев

Уважаемые читатели! Если у вас есть вопросы на медицинскую тематику, вы можете отправить их на нашу электронную почту nedelya@vm.ru или на почтовый адрес редакции: 127015, Москва, Бумажный пр-д, 14, стр. 2, «Вечерка»

Пожалуйста, не забудьте сделать на конверте пометку «Московский врач» и указать номер своего телефона для связи.

Мне 30 лет. Как часто нужно проходить обследования, чтобы в случае чего выявить рак груди на ранней стадии?

Тамара Солнцева, жительница района Южное Медведково

Посещать маммолога желательно ежегодно. С 18 до 39 лет нужно раз в год делать УЗИ молочной железы, а начиная с 40 лет — ежегодно проходить маммографию. Пройти раннюю диагностику можно в городской поликлинике по месту прикрепления. Если что-то вызовет подозрение, то врач направит вас на дальнейшее обследование.

Слышала, что загорать на солнце опасно, грудь должна быть прикрыта, иначе может развиваться онкология. Это правда?

Светлана Романова, жительница района Хамовники

Окончательная причина развития рака молочной железы до конца не изучена, и достоверных подтвержде-

ний о том, что на это могут влиять солнечные лучи, нет. Есть ряд исследователей, которые говорят о связи загара и развитии рака молочной железы, но опять же прямых доказательств этому нет. Тем не менее во время загара на солнце грудь должна быть прикрыта, поскольку кожа там более тонкая и чувствительная. Кроме того, загорать нужно в утренние часы и пользоваться солнцезащитными кремами.

Иногда бывают боли в груди. Является ли это поводом для обращения к врачу? Какие симптомы считаются опасными?

Виктория Макарова, жительница района Косино-Ухтомский
Боль в молочной железе — довольно частая причина обращения к доктору. Важно понимать, что причина боли может быть различной: это могут быть циклические боли, обусловленные гормональными изменениями, следствие приема оральных контрацептивов,

травма или воспалительный процесс. Боли при раке молочной железы появляются в большинстве случаев на последней стадии заболевания. Что же должно насторожить? Визуальное изменение соска и боль в нем, выделения из него, небольшое уплотнение, особенно в одной груди, деформация и припухлость молочной железы, увеличенные лимфоузлы под мышками. Это первые симптомы рака молочной железы. При любой из этих жалоб нужно немедленно обратиться к врачу. При боли в груди также необходима консультация со специалистом, чтобы он установил окончательный диагноз и определил, с чем это связано.

Болезнь передается по наследству? Как обезопасить себя?

Мария Волосова, жительница района Отрадное
Рак молочной железы — это самое распространенное онкологическое заболева-

ЭЛЕКТРОННАЯ ТРУДОВАЯ КНИЖКА
НОВОЕ ВРЕМЯ – НОВЫЙ ФОРМАТ
С 2020 ГОДА В РОССИИ ВВЕДЕНА ЭЛЕКТРОННАЯ ТРУДОВАЯ КНИЖКА

Преимущества Электронной Трудовой Книжки:

- Удобный доступ к информации
- Онлайн-оформление пенсии
- Уменьшение количества ошибок
- Высокая сохранность данных
- Возможность дистанционного трудоустройства

ГДЕ ПОСМОТРЕТЬ СВЕДЕНИЯ ЭЛЕКТРОННОЙ ТРУДОВОЙ КНИЖКИ

- в личном кабинете на сайте ПФР
- на портале Госуслуг
- у работодателя
- в клиентской службе ПФР
- в МФЦ

ЭЛЕКТРОННАЯ ТРУДОВАЯ КНИЖКА НАДЕЖНО ЗАЩИЩЕНА

Сведения электронной трудовой книжки фиксируются в распределенных системах хранения, что исключает риск потери данных или несанкционированное изменение.

7 млн россиян выбрали электронную книжку, отказавшись от бумажной.

На правах рекламы