

ΚΟΛΟΒΟΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ M.D M.Sc Ph.D

ΜΑΙΕΥΤΗΡΑΣ ΓΥΝΑΙΚΟΛΟΓΟΣ ΧΕΙΡΟΥΡΓΟΣ ΜΑΣΤΟΥ

Μετεκπαίδευση στις παθήσεις μαστού

**Μέλος της Ελληνικής Χειρουργικής Εταιρείας Μαστού (EXEM) και
της Ελληνικής Μαστολογικής Εταιρείας**

Είναι ακόμη χρήσιμη η αυτοεξέταση του μαστού από την ίδια τη γυναίκα?

Αν ανοίξει κανείς παλιά συγγράμματα μαστολογίας θα διαβάσει στο κεφάλαιο αυτοεξέταση του μαστού ότι: «η αυτοεξέταση θα πρέπει να γίνεται μία φορά κάθε μήνα, περίπου 7-10 ημέρες μετά την έναρξη της εμμήνου ρύσεως, όταν οι μαστοί είναι συνήθως μαλθακοί και λιγότερο ευαίσθητοι. Στην εμμηνόπαυση ή σε γυναίκες που έχουν υποβληθεί σε αφαίρεση μήτρας, εξέταση μπορεί να γίνεται την ίδια ημέρα κάθε μήνα π.χ την 1^η του μηνός ή την τελευταία ημέρα του μήνα.

Η αυτοεξέταση του μαστού από τη γυναίκα είναι σίγουρα μια ανέξοδη και εύκολη διαδικασία, χωρίς ο μαστός να δέχεται ακτινική επιβάρυνση. Είναι επίσης γνωστό ότι ο μεγαλύτερος αριθμός περιπτώσεων καρκίνου μαστού εξακολουθεί να ανακαλύπτεται από τις ίδιες τις γυναίκες, κατά τη διάρκεια του μπάνιου τους!

Επίσης βάσει μελετών έχει αποδειχτεί ότι αν η γυναίκα τυχαία βρει κάποιον όγκο στο μαστό της, αυτός είναι κατά μέσο όρο 3,6cm, ενώ με τη συστηματική αυτοεξέταση ανακαλύπτει ογκίδια περίπου 2cm. Η ψηλαφητική ικανότητα ενός προσεκτικού κλινικού ιατρού είναι περίπου 1cm. Παρά την ιδιαίτερη αξία που έχει δοθεί στη διενέργεια αυτοεξέτασης μαστού, τις τελευταίες δεκαετίες θα πρέπει να σημειωθεί ότι δεν υπάρχουν επιστημονικά δεδομένα από μεγάλες τυχαιοποιημένες κλινικές μελέτες που να αποδεικνύουν ότι η συστηματική αυτοεξέταση του μαστού μπορεί να οδηγήσει στην έγκαιρη διάγνωση ενός καρκίνου ή να συμβάλει σε καλύτερη πρόγνωση αναφορικά με την εξέλιξη της νόσου.

Πιθανό η αξία της να έχει υπερεκτιμηθεί, ενώ παράλληλα μπορεί να αυξήσει το άγχος των γυναικών, να οδηγήσει σε συχνές και αναίτιες επισκέψεις στα ιατρεία, όπως επίσης μπορεί να αυξήσει τον αριθμό των άσκοπων βιοψιών για καλοήθεις αλλοιώσεις.

Βασιζόμενοι σε αυτά και άλλα παρόμοια στοιχεία διεθνείς οργανώσεις, χωρίς να αποτρέπουν, έχουν σταματήσει πλέον να επιμένουν και να διαφημίζουν την αυτοεξέταση του μαστού ως ένα από τα κύρια μέσα προληπτικού ελέγχου των γυναικών για καρκίνο μαστού. Όμως παρά τις ανωτέρω παρατηρήσεις, η προτροπή για αυτοεξέταση πρέπει να εξαπομικεύεται και η συστηματική αυτοεξέταση που γίνεται σωστά από τη γυναίκα μετά από εκπαίδευση σε αυτή από τον ιατρό της, μπορεί να φανεί χρήσιμη στις εξής περιπτώσεις:

- α/ νέες γυναίκες (<35 ετών) που δεν υποβάλλονται σε συστηματικό προληπτικό έλεγχο
- β/ σε γυναίκες υψηλού κινδύνου που είναι ιδιαίτερα ευαίσθητοποιημένες (ισχυρό θετικό οικογενειακό ιστορικό ή φορείς γονιδιακής μετάλλαξης)
- γ/ σε γυναίκες που δεν έχουν εύκολη πρόσβαση σε υπηρεσίες υγείας (π.χ. ακριτικές περιοχές, απομονωμένα νησιά κλπ.)

Τέλος θα πρέπει να τονίσουμε ότι η αυτοεξέταση του μαστού δεν μπορεί και δεν επιτρέπεται να υποκαθιστά την κλινική εξέταση από εξειδικευμένο στις παθήσεις του μαστού ιατρό, ούτε την προληπτική μαστογραφία, όμως μπορεί να προσφέρει σημαντική βοήθεια στα μεσοδιαστήματα μεταξύ των μαστογραφικών ελέγχων.