

Problemy dotyczące piersi (Breast Concerns)

Zdrowe piersi (Normal Breasts)

Piersi mają różne kształty i rozmiary. Zbudowane są z tkanki tłuszczowej i wielu gruczołów produkujących mleko. Podczas miesiączki mogą stać się bolesne, obrzęknięte, czasem wyczuwa się w nich grudki. Piersi mogą być także asymetryczne (jedna pierś jest mniejsza niż druga) i jest to dość często spotykane.

Guzek w piersi (Breast Lump)

Większość guzków w piersi to niegroźne zmiany związane z normalnymi przemianami tego narządu zachodzącymi w okresie dojrzewania. U osób poniżej 21 lat niemal wszystkie guzki są łagodne (to znaczy nie są rakiem). Guzki występują dość często i mogą być objawem zmian hormonalnych w cyklu menstruacyjnym, infekcji, torbieli albo łagodnych nowotworów zwanych gruczolakowłókniakami. Mogą być mniejsze od ziarenka grochu lub osiągać całkiem spore rozmiary. Jeśli wyczuwa się w piersi nowy guzek, który nie znika po ustaniu miesiączki, należy zgłosić się do lekarza. Guzki mogą być twarde, miękkie lub wypełnione płynem. Czasami zalecane jest wykonanie badania ultrasonograficznego w celu dokładniejszej oceny zmiany. W większość przypadków guzek zniknie samoistnie lub będzie wymagał regularnych badań kontrolnych bez zastosowania specjalistycznego leczenia. Gruczolakowłókniak to najczęstszy łagodny (tzn. niebędący rakiem), lity guz piersi diagnozowany u młodych osób podczas badania ultrasonograficznego. Zmiana taka najczęściej nie wymaga operacji, chyba że jest duża lub gwałtownie rośnie.

Torbiele (Cysts)

Torbiele to małe, okrągłe lub owalne zbiorniki wypełnione płynem, które mogą być bolesne podczas dotyku. Mogą pojawiać się i znikać w zależności od fazy cyklu menstruacyjnego. Podczas miesiączki stają się bardziej tkliwe. Lekarz może zlecić badanie ultrasonograficzne w celu potwierdzenia diagnozy. W rzadkich przypadkach, gdy zmiana jest bardzo duża albo bolesna, lekarz za pomocą specjalnej igły odciąga wypełniający ją płyn. Ten typ torbieli jest częsty u starszych osób.

Wydzielina z brodawki sutkowej (Nipple Discharge)

Wyciekający z brodawki sutkowej płyn w kolorze od żółtego po zielony może być związany z występowaniem zmian włóknisto-torbielowatych. Jeśli ciecz jest klarowna lub mleczna, sugeruje zaburzenia hormonalne, może też być skutkiem stosowania niektórych leków. Zielona, czarna lub krwisto podbarwiona wydzielina spowodowana jest zwykle przewężeniem lub blokadą przewodu mlecznego. Czerwony płyn najczęściej świadczy o urazie, infekcji lub łagodnym nowotworze. Lekarz, aby uzyskać więcej informacji, może ocenić wydzielinę pod mikroskopem lub zlecić wykonanie badań z krwi.

Zmiany włóknisto-torbielowe (Fibrocystic Changes)

Przypuszcza się, że u 80% kobiet występują w piersiach zmiany włóknisto-torbielowe o różnym stopniu zaawansowania. Do objawów zalicza się: tkliwość, zmiany konsystencji tkanki gruczołowej, zgrubienie w obrębie piersi, czasami okrągła torbiel wypełniona płynem. Zmiany te są związane z wahaniami równowagi hormonalnej. W celu łagodzenia objawów lekarz może zalecić stosowanie antykoncepcji hormonalnej.

Ból piersi (Breast Pain)

Ból piersi jest częstą dolegliwością. Często pojawia się około tydzień przed miesiączką. Ból piersi można leczyć stosując acetaminofen lub niesterydowe leki przeciwzapalne takie jak ibuprofen. Pomaga także dobrze dopasowany biustonosz. W niektórych przypadkach skuteczna może być antykoncepcja hormonalna. Kofeina nasila ból piersi. Pomocne może być zmniejszenie ilości spożywanej kofeiny.

Infekcje (zapalenie piersi/ropień) (Breast Infections (Mastitis/Abscess))

Tocząca się w piersi infekcja objawia się zaczerwienieniem, ociepleniem, obrzękiem i bolesnością, czasem gorączką. Może przyjąć postać zapalenia gruczołu mlekowego lub ropnia (zmiana głębsza). Powszechnie dotyka osób karmiących piersią. Do najczęstszych przyczyn wystąpienia infekcji zaliczamy: urazy, usuwanie włosów oraz obecność kolczyków w okolicy brodawki sutkowej. W leczeniu takich infekcji stosuje się antybiotyki. W przypadku ropnia lub gdy antybiotyk nie jest skuteczny, może zająć konieczność zastosowania leczenia chirurgicznego (nacięcie i drenaż). Można zapobiegać infekcjom, unikając urazów oraz utrzymując brodawkę sutkową czystą i suchą. Przekłuwanie brodawek sutkowych może być niebezpieczne, bo związane jest dużym ryzykiem zakażenia. Osoby przekłuwające brodawki sutkowe powinny przyjąć szczepionkę przeciwzęczową. Warto porozmawiać z

lekarzem również na temat ryzyka zakażenia HIV oraz wirusem zapalenia wątroby podczas wykonywania takiej usługi. Zakażenia związane z przekłuwaniem brodawek sutkowych wymagają szybkiego leczenia antybiotykami lub zabiegu chirurgicznego. Jeśli istnieje podejrzenie, że w piersi rozwija się infekcja, należy szybko zgłosić się do lekarza.

Zdrowe piersi – porady (Breast Health Tips)

Dobrze dopasowany biustonosz pomaga zapobiegać bólom pleców, ramion i karku. Sportowa bielizna i używanie specjalnych kremów przeciw otarciom w okolicach brodawki sutkowej pomaga osobom, które odczuwają ból podczas uprawiania sportu. Powinno się poznać swoje piersi (jak wyglądają, jakie są w dotyku) abyś można było w przyszłości rozpoznać pojawiające się zmiany. W rozmowie z lekarzem warto poprosić o więcej informacji na temat badania piersi.