

Krūts vēzis – uzveicams! Sāc ar diagnostiku

No krūts vēža bail ir katrai sievietei. Un nav noslēpums, ka ļaundabīgo audzēju vidū uzvaras laurus izplatības ziņā plūc tieši krūts vēzis. 1980. gadā, piemēram, Latvijā tika reģistrēti 567 gadījumi, 2008. gadā krūts vēža diagnoze tika noteikta jau 1049 sievietēm. Bet 2015. gadā – 1150. Šāda tendence saprotama bez komentāriem.

Labā vēsts ir tāda, ka 94(!) procentos gadījumu agrīnās stadijās atklāto piena dziedzeru vēzi mūsdienās var pilnībā izārstēt, saglabājot pacientes dzīves kvalitāti. Ārsti iesaka visām sievietēm pievērst uzmanību minētajai problēmai un neatlikt piena dziedzeru izmeklēšanu.

Onkologi atzīst, ka katrai sievietei nepieciešams pastāvīgi pārbaudīt krūtis pašai un, galvenais, – reizi gadā apmeklēt speciālistu – ginekologu, kurš pārbaudīs krūtis. Un nekad nevajag ignorēt diagnostiku: ultrasonogrāfiju un/vai mamogrāfiju.

Par to, kā laikus atklāt slimību, stāsta *Veselības centra 4* ķirurgs mamologs, P. Stradiņa klīniskās universi-

Pret visām kaitēm – imunitāte?

– Kādēļ rodas piena dziedzeru vēzis?

Arvīds Irmejs: – Tam, kurš kādreiz ar pierādījumiem atbildēs uz šo jautājumu, iedos Nobela prēmiju... Pacienti šos atbildēt, balstoties uz savu pieredzi un zinātnes datiem. Jebkurš vēzis – tā ir nekontrolējami augoša šūnu masa, kas ar laiku var ieaukt blakus esošajos audos, orgānos vai limfmezglos un ar asins plūsmu izplatīties pa visu organismu, skarot arī visai attālinātus orgānus. Veselais organisms – pareizāk sakot, cilvēka imūnsistēma, – notver aizdomīgās šūnas un nogalina tās. Pastāv uzskats, ka vēža

galina pārmainītās šūnas, tostarp audzēja šūnas. Līdzētājšūna atpazīst ienaidnieku un nosūta *killerus*, kas iznīcina ļaundabīgās šūnas. Bet imūnsistēmas bojājumi var izprovocēt ļaundabīgu veidojumu attīstību.

Liela daļa piena dziedzeru onkoloģisko slimību ir iedzimtas, un to izraisa divu gēnu – BRCA1 un BRCA2 – mutācijas, kuras lielā mērā palielina vēža rašanās iespējamību.

Krūts vēža attīstību, cik zināms, ietekmē, pirmkārt, ģenētiskie faktori jeb iedzimtība, otrkārt, arī dažādi veselību ietekmējošie ārējās vides faktori un dzīvesveids.

Zinātnieki pierādījuši, ka veselīgs dzīvesveids gandrīz par 40 procentiem pazemina risku saslimt ar krūts vēzi. Tā pamatā ir normāla ķermeņa svara uzturēšana, atteikšanās no smēķēšanas, veselīgu pārtikas produktu lietošana uzturā, kā arī pietiekamas fiziskās aktivitātes. Tā kā sievietēm ar lieko svaru asinīs ir daudz augstāks hormona estrogēna saturs, jo taukšūnas izstrādā estrogēnu, kas stimulē vairākuma piena dziedzeru audzēju veidu augšanu.

– Vai taisnība, ka bērnu dzimšana un barošana ar krūti krasi samazina iespēju nonākt onkologa pacienšu vidū?

Arvīds Irmejs: – Jā! Mūsdienās ir pierādīts fakts, ka laktācija ļauj novērst dažu piena dziedzeru vēža tipu attīstību. Nesmēķējošas māmiņas, kas baro bērnu ar krūti vairāk nekā gadu, nostiprina ne tikai bērna veselību, bet arī savu. Sievietēm, kuras dzemdējušas pirmo bērnu pēc 30 gadu vecuma, risks saslimt ar krūts vēzi ir augstāks salīdzinājumā ar tām,

94(!) procentos gadījumu agrīnās stadijās atklāto piena dziedzeru vēzi var pilnībā izārstēt

tātes slimnīcas Krūts slimību centra vadītājs, RSU asociētais profesors Arvīds IRMEJS un *Veselības centra 4* pieredzējušī radioloģe diagnoste Sandra LAPUĶE.

šūnas veidojas katra cilvēka organismā un viņš ar tām viegli tiek galā, ja ir vesela imūnsistēma. Ir tādas šūnas organismā – līdzētājšūnas (*helperi*), bet ir arī galētājšūnas (*killer*), kas no-



Profesors *Dr. med.* **ARVĪDS IRMEJS**

- Ķirurgs
- Rīgas Stradiņa universitātes Ķirurgijas katedras asoc. profesors
- *Veselības centrs 4*
Rīgā, K. Barona ielā 117
Tālr. 67847100, 67847105
www.vc4.lv
- P. Stradiņa klīniskās universitātes slimnīcas Krūts slimību centra vadītājs
www.stradini.lv

Aizsardzības sistēma

– **Jautāšu tieši: kā jārikojas sievietei, kura nevēlas nomirt no ielaista piena dziedzera vēža?**

Arvīds Irmejs: – Pat ja nav ģenētiskas noslieces, vēzis var apdraudēt katru sievieti. Tādēļ, lai nenotiktu nelaime, nepieciešams ievērot profilaktiskos pasākumus, no kuriem galvenais – periodiska savu krūšu pārbaude un obligāti reizi gadā nepieciešama krūšu pārbaude pie ārsta. Jau sākot no pusaudžu vecuma, kad sākas menstruācijas, meitenēm regulāri – reizi mēnesī – jāveic patstāvīga krūšu apskate. Ja parādās pat nelieli sacietējumi, nepieciešams vērsties pie speciālista.

Obligātās bezmaksas profilaktiskās apskates mūsu valstī tiek veiktas sievietēm pēc 50 gadu vecuma. Pa pastu sievietē saņem uzaicinājuma vēstuli veikt mamogrāfiju. Daudzas vienkārši ignorē ārstu uzaicinājumu un **neierodas uz bezmaksas apskatēm**. Tas ir noziegums pret sevi. Padomājiet par to!

Sandra Lapuķe: – Veicot izmeklējumus, *Veselības centrā 4* vidēji vienai sievietei nedēļā tiek atklāts saslimša-

na ar vēzi – tas ir ļoti daudz. Turklāt daļa sieviešu neizmanto šos uzaicinājumus un neveic apskates. Iztaustot krūtis ar rokām, ne vienmēr var atšķirt dažādos jaunveidojumus.

Manā praksē ir bijuši vairāki gadījumi, kad manuāli vispār nav iespējams neko atklāt un sataustīt, bet mamogrāfija parāda jaunveidojumus krūtī. Tieši tāpēc visā pasaulē tiek realizētas skrīninga programmas – lai diagnosticētu krūts vēzi agrīnā stadijā, kad sievietei nav nekādu iespēju atklāt to saviem spēkiem. Paradoksalī, bet galvenokārt izmeklēšanu atliek sievietes, kuras jau atklājušas kaut kādas pārmaiņas krūtīs. Iedarbojas nolieguma princips: ar mani nekas tāds nevar notikt, es neko negribu zināt, labāk es neveikšu krūšu izmeklēšanu... Kad sieviete pēc kāda laika tomēr aiziet pie ārsta, bieži vien slimība jau ir ielaista, un tās ārstēšana tad ir daudz sarežģītāka. Tāpēc vajag pārvarēt savas bailes un doties uz izmeklēšanu.

kas pirmo bērniņu dzemdējušas līdz 30 gadu vecumam.

Nav izslēgts, ka tieši modernā tendence – aizstāt mātes pienu ar mākslīgiem piena maisījumiem – ir viens no iemesliem, kāpēc sievietes saslimst ar krūts vēzi arvien jaunākas. Krūts vēža attīstību var izraisīt arī hormonu aizstājterapijas sastāvā esošie sievišķie hormoni estrogēni, ko lieto sievietes menopauzes laikā, lai novērstu karstuma viļņus.

– **Runā, ka sieviete, kura, piemēram, pārdzīvojusi spēcīgu stresu, kurai ir sarežģīta personiskā dzīve un ļoti nervozs darbs, bieži vien tādā veidā iedzīvojas onkoloģiskā slimībā...**

Arvīds Irmejs: – Nav vērts nervozēt un baidīties no tā, ka stresam būtu svarīga loma vēža izcelsmē. No zinātniskā – arī medicīniskā – viedokļa šāda sakarība nav pārliecinoši pierādīta. Teorētiski var pieņemt, ka pats par sevi stress samazina organisma aizsargspējas un var novājināt mūsu spēju pretoties jebkurām slimībām.

SANDRA LAPUĶE

- Radioloģe diagnoste
- *Veselības centrs 4*
Rīgā, K. Barona ielā 117
Tālr. 67847100, 67847105
www.vc4.lv



Informācija

- Tomosintēze ir attēla vizualizācijas tehnoloģija, ar kuras palīdzību tiek iegūts krūts trīsdimensiju attēls pie dažādu leņķu projekcijas. Attēla projekcija tiek rekonstruēta ar soļa vizualizāciju pēc katra 1 mm.

Ja sievietei līdz 35 gadiem ir kādas sūdzības un viņa vēlas pārbaudīties, mēs sākam izmeklēšanu ar ultraskaņas izmeklējumiem. Pēc 35 gadiem var sākt izmeklēšanu ar mamogrāfiju. Ja ir neskaidrības diagnostikā, mēs papildus nozīmējam sonoelastogrāfiju, lai precizētu diagnostiku. Ar šīs metodes palīdzību iespējams noteikt pat nelielu sabiezējumu veidu, noteikt, vai audzējs ir labdabīgs vai ļaundabīgs. Monitora ekrāns vietās, kur ir sabiezējums, iekrāsojas dažādās krāsās. Metode ir droša un nekaitīga, to var veikt pat grūtniecības laikā. Ja ir aizdomas par onkoloģiju, mēs nosūtām pacienti biopsijas analīzes veikšanai.

– Nereti sievietes sūdzas, ka mamogrāfijas laikā tiek pārāk stipri saspīestas krūtis un tas ir nepatīkami, pat sāpīgi.

Sandra Lapuķe: – Vēlos visiem atgādināt, ka pacientēm mūsdienās ir iespēja mūsu centrā veikt digitālo mamogrāfiju. Gudrais aparāts pats aprēķina krūts saspiešanas pakāpi, lai rastos kvalitatīvs attēls. Ja sieviete saņem hormonus aizstājošu terapiju vai lieto kontracepcijas līdzekļus, viņai tas jāpaziņo ārstam, jo aparatūra var neparādīt reālo ainu. Tad papildus nepieciešams veikt ultraskaņas diagnostiku. VC4 izmantojamās diagnostikas tehnoloģijas spējīgas atklāt pat sīku audzēju – no dažiem milimetriem līdz centimetram.

Mamogrāfija vai ultraskaņa: kas labāks?

– Sievietēm pēc 40 gadu vecuma kā krūts izmeklēšanas metodi iesaka mamogrāfiju, vai vispirms jāveic tā?

Sandra Lapuķe: – Sievietēm, vecākām par 50 gadiem, šis izmeklējums jāveic obligāti ar divu gadu intervālu. To ievēro visā pasaulē, turklāt mēs nekad neatstājam sievietes bez novērošanas divus gadus. Es vienmēr saku savām pacientēm: ja viss ir labi, gadu pēc mamogrāfijas aizejiet uz sonogrāfiju! Bet, tiklīdz parādās kādas sūdzības, obligāti nepieciešams atgriezties pie mamogrāfijas. Izvērtējot abus šos izmeklējumus kopā, speciālists izdara galīgo slēdzienu. Dažreiz neskaidros gadījumos radiologs vēl var nozīmēt krūts magnētisko rezonansi (MR). Tomēr šis izmeklējums būs produktīvs, ja tiks izmantota MR ar magnētisko lauku, kura stiprums ir vairāk nekā 1,5 tesla. Mazāk jaudīgas

meklēšana ar šādas tehnoloģijas palīdzību dod iespēju padziļināti izmeklēt krūtis standarta mamogrāfijas laikā.

Mamogrāfija ir metode (VC4 ir digitālās mamogrāfijas 3D iekārta *Hologic*), ar kuras palīdzību var ievērojami precīzāk atklāt izmaiņas un potenciālo patoloģiju, jo speciālisti var aplūkot attēlu pa slāņiem, redzēt struktūras atsevišķi, katrā slānī un aplūkot kustīgo attēlu no visām pusēm.

Turklāt ar standarta mamogrāfiju bieži vien ir grūti noteikt nelielus audzējus starp krūts dziedzeru bet digitālā mamogrāfija ar tomosintēzi paver daudz lielākas diagnostikas iespējas un nodrošina sevišķas agrīnās diagnostikas priekšrocības pacientēm ar blīvu krūšu struktūru, kas biežāk sa-

Aparāts pats aprēķina krūts saspiešanas pakāpi, lai rastos kvalitatīvs attēls

sistēmas nav spējīgas iegūt pilnīgu taukaudu piesātinājumu, kas nepieciešams kvalitatīvākiem attēliem.

– Kas ir mamogrāfija?

Sandra Lapuķe: – Mamogrāfija ir krūts izmeklēšana ar zemas intensitātes rentgena stariem, kas līdz šim brīdim tiek uzskatīti par pašu populārāko un informatīvāko metodi agrīnai krūts vēža atklāšanai, tāpēc tā tiek plaši izmantota krūts vēža skrīninga programmās daudzās pasaules valstīs. Laba rentgenuzņēmuma iegūšanai pārbaudes laikā krūts tiek nedaudz saspīesta, kas var izraisīt nelielu diskomfortu. Taču, pārbaudot ar jaunākās paaudzes digitālajām mamogrāfijas iekārtām ar 3D tomosintēzes iespēju, izmeklējums ir gandrīz nesāpīgs, jo kustīgā lāpstiņa adaptējas krūts formai, un tehnoloģija atbilstoši pacientes ķermeņa fizioloģiskām īpatnībām pati fiksē, ar kādu spēku nepieciešams pavirzīt kustīgās lāpstiņas. Tā kā izmeklējums nav ilgs, sieviete arī saņem mazāku starojuma devu. Iz-

stopama jaunām sievietēm. Agrāk mamogrāfijas iespējas šādos gadījumos bija visai ierobežotas. Savukārt trīsdimensiju digitālā mamogrāfija ar tomosintēzi atpazīst un automātiski marķē aizdomīgās struktūras, īpaši brīdina ārstu un pievērš viņa uzmanību tām. Izmeklēšanas rezultāts saglabājas elektroniskajā pacientu datubāzē, un katru nākamo izmeklējumu var salīdzināt ar iepriekšējo dinamiku.

Uzziņai

- **Veselības centrā 4 pacientes var veikt izmeklējumus arī ar Nacionālās veselības dienesta uzaicinājuma vēstulēm, tas nozīmē – bez maksas, kā arī ar ģimenes ārsta, kurš ir līgumattiecībās ar Nacionālo veselības dienestu, norīkojumu. Šajā gadījumā tiek maksāts tikai valsts noteiktais līdzmaksājums.**

Ja ir aizdomas par audzēju, lai noteiktu maksimāli precīzu diagnozi, jāveic gan mamogrāfija, gan ultrasonoskopija, ķirurgam mamologam jāizmeklē krūtis un jāņem biopsija no aizdomīgās vietas. Tā ir tā sauktā trīskāršā diagnostika, un pēc tās nav pamata neuzticēties ārsta noteiktajai diagnozei, jo kļūdas iespējamība ir samazināta līdz vienam procentam.

Arvīds Irmejs: – Jo agrīnāk tiek atklāts audzējs, jo iespējama daudz saudzīgāka operācija. Jo mazāks audzēja izmērs, jo lielākas iespējas veikt operāciju, kas saglabā veselos krūts audus un padušu daļas limfmezglus. Krūti saglabājošas operācijas laikā tiek operēta tikai audzēja zona, bet pārējā krūts tiek saglabāta. Ja tomēr situācija tāda, ka ir nepieciešams noņemt krūti, tas obligāti jādara. Atsevišķos gadījumos operācijas laikā iespējams veikt nekavējošu rekonstrukciju ar implantu.

Bieži nepieciešama arī ķīmijterapija, staru terapija, medikamenti, lai ļaundabīgo audzēju uzvarētu pilnībā.

Apmeklē mamologu, ja:

- sajūtams kaut kāds veidojums krūtī vai padusē;
- krūts āda ievilkta vai ir padziļinājumi;
- novēro krūts gala izmaiņas: ievilkts uz iekšu, nedzīstoša brūce, izsitumi, asiņaini izdalījumi;
- mamogrāfijas, ultrasonoskopijas vai citu izmeklējumu laikā atklāts neskaidrs vai aizdomīgs veidojums;
- ir strutojošs krūts iekaisums.

Cik bieži nepieciešama diagnostika

Krūts izmeklēšana jāveic regulāri pat jaunām sievietēm – vecumā līdz 35 gadiem (līdz 35 gadiem var aprobežoties ar ultraskaņas izmeklējumu), bet sievietēm, vecākām par 50 gadiem, obligāti jāveic valsts apmaksātā mamogrāfija. ▲