

خانم ها تا چه سنی باید ماموگرافی انجام دهند؟

بر اساس کتب علمی ، ماموگرافی تا سن 65 سال لازم است ،امروزه با توجه به افزایش سن و افزایش کیفیت زندگی و سلامت فیزیکی خانم ها در صورتیکه بطور مثال یک خانم 70 ساله سرحال و فعال باشد باید با توجه به توصیه پزشک ماموگرافی خود را بطور روتین انجام دهد و برعکس اگر خانمی 70 ساله دچار بیماری های دیگری باشد که از نظر سلامت جسمی ناتوان و نحیف باشد انجام ماموگرافی جزو اولویت های چک اپ او نمی باشد.

بطور روتین خانم ها بین 40 تا 65 سال باید ماموگرافی سالیانه انجام دهند و قبل و بعد از این محدوده سنی با توجه به شرایط فرد تصمیم گیری به زمان انجام ماموگرافی توسط داکتر متخصص صورت می گیرد.

در کشورهای پیشرفته با توجه به سیاست گذاری های درمانی و سازمان های بیمه گر پروتوکل های متفاوتی برای سن شروع و نیز فاصله انجام ماموگرافی و حتی تعداد کلیشه های ماموگرافی وجود دارد که بهترین تصمیم بر اساس توصیه داکتر با توجه به شرایط فرد و آمارهای بیماریهای پستان در افغانستان می باشد.

در چه شرایطی برای خانم های زیر 40 سال ماموگرافی انجام می دهند؟

در صورتیکه در خانمی بستگان درجه یک (مثل خواهر، مادر ، خاله) سرطان پستان داشته اند بهتر است اولین ماموگرافی 10 سال زودتر از سنی که مادر مبتلا به سرطان پستان شده است انجام شود.

در صورتیکه پستان فرد بسیار بزرگ باشد و یا در افرادی که بدلیل ژنتیکی یا در معرض اشعه بودن و یا در اثر مصرف داروهای خاصی و یا... شانس ابتلا به سرطان پستان بیشتر می باشد بهتر است بعد از 35 سالگی اولین ماموگرافی خود را انجام دهد.

معمولاً سن شروع ماموگرافی 40 سال می باشد اما با توجه به اینکه سن شروع سرطان پستان در افغانستان چند سال پایین تر از سایر کشورها می باشد بهتر است اولین ماموگرافی بین 35 تا 40 سال انجام شود.

آیا فیبروکیستیک بودن بافت پستان و یا داشتن کیست شانس ابتلا به سرطان پستان را افزایش می دهد؟

خیر داشتن پستان های فیبروکیستیک و یا داشتن کیست ریسک ابتلا به سرطان را بالا نمی برد ولی این افراد بهتر است تحت نظر داکتر متخصص جراح که در زمینه پستان دارای تخصص و فعالیت می باشد و یا داکتر زنان که در زمینه پستان تجربه دارد قرار گیرند، ماهانه خودآزمایی پستان انجام داده ، چکاپ منظم و سونوگرافی را نیز انجام دهند تا هرگونه تغییری در بافت پستان و یا بزرگ شدن و تغییر کیست های قبلی را سریع متوجه شده و با پزشک خود بررسی و پیگیری کنند.

آیا انجام نمونه برداری پستان (بیوپسی) دردناک است ؟ آیا جای محل بیوپسی روی پستان باقی می ماند؟

قبل از انجام نمونه برداری محل را روی پستان با تزریق لیدوکائین (ماده بی حس کننده) بطور موضعی بی حس می کنند در نتیجه فرد حین نمونه برداری دردی احساس نمی کند. بدلیل اینکه برای انجام بیوپسی روی پوست برش کوچکی ایجاد می شود در حدود (1-2 ملی متر) پس از حدود 1-2 هفته جای برش روی پوست از بین می رود و جای آن نمی ماند.

آیا بدلیل احساس درد در انجام ماموگرافی می توان بجای آن MRI انجام دهند؟

به منظور انجام یک چکاپ کامل پستان برای خانم های بالاتر از 39 و یا 40 سال بهتر است هم سونوگرافی و هم ماموگرافی انجام شود زیرا این دو روش مکمل همدیگر هستند و نه جایگزین یکدیگر ، در ماموگرافی نکاتی مانند میکروکلسیفیکاسیون دیده می شود که در سونوگرافی معمولا به راحتی دیده نمی شوند، نیز در ماموگرافی وقتی توده ای دیده شود نوع و ویژگی های آن (کیست است یا توده) توسط سونوگرافی مشخص می شود.

MRI روش بررسی خوبی است اما جایگزین ماموگرافی نمی باشد زیرا در این روش نیز میکروکلسیفیکاسیون ها دیده نمی شوند.

در مورد دردناک بودن انجام ماموگرافی نیز در صورتیکه این بررسی در روزهای آخر سیکل قاعدگی انجام شود بدلیل کاهش حساسیت پستان ها در این زمان درد کمتری احساس می شود، نیز قابل ذکر می باشد که دستگاه های ماموگرافی امروزی با پیشرفت تکنولوژی باعث ایجاد درد و ناراحتی کمتری می شوند.

آیا انجام سونوگرافی پستان و ماموگرافی باید در تاریخ مشخصی از سیکل ماهانه انجام شود ؟

در افرادی که دارای پستان های حساس و دردناک می باشند بهترین زمان برای انجام ماموگرافی و سونوگرافی پستان آخرین روزهای پریود است که درد پستان در این زمان کمتر می باشد اما در خانم هایی که مشکل درد پستان ندارند در هر زمان از سیکل پریودیک می توانند ماموگرافی و سونوگرافی پستان را انجام دهند.

چرا مراکز درمانی بر نگه داشتن مدارک قبلی سونوگرافی و عکس های ماموگرافی و حتی تا 3-4 دوره قبل اصرار دارند (علی رغم اینکه نگهداری مدارک قبلی جاگیر و دردسرساز است)؟

داشتن مدارک قبلی برای دقیق بودن تشخیص فعلی بسیار مفید است و بسیاری اوقات راهنمای بسیار خوبی جهت رفع ابهام در یافته های جدید می باشد و مهمتر از همه اینکه اغلب از انجام یکسری بررسی های بیشتر مثل عکس اضافه در نمای خاص، بزرگنمایی، MRI و حتی نمونه برداری جلوگیری می شود.

بطور مثال اگر در ماموگرافی جدید شما منطقه مشکوکی و یا بطور مثال میکروکلسیفیکاسیون دیده شود با مقایسه با عکس های قبلی داکتر متوجه می شود که این منطقه قبلا بوده یا نه و آیا تغییر اندازه داشته یا نه و این کمک به تشخیص دقیق تر می کند. همه این سخت گیری ها برای داشتن مدارک قبلی به منظور دقت در تشخیص و حفظ سلامتی خود شماست ، لطفا در حفظ مدارک خود کوشا باشید.

آمادگی های لازم جهت انجام ماموگرافی

- قبل از انجام معاینه با آب گرم استحمام کنید .
- اثر ماده دئودرانت که در انواع خوشبوکننده ها به صورت اسپری،عطر، و... وجود دارد و همچنین انواع کرم ها و روغن ها روی پوست شما نباید باقی مانده باشد.
- موهای زائد نواحی مورد نظر را بتراشید.
- از لباس هایی که بر روی آنها عطر زده اید، استفاده ننمایید.
- مدارک صحی قبلی مرتبط با انجام کار را همراه داشته باشید و به هنگام پذیرش نسخه، تحویل مسئول پذیرش دهید.

مدارک صحی شامل ام ار آی، سی تی اسکن، سونوگرافی، آندوسکوپی،کلونوسکوپی، رادیوگرافی و ... می باشد.

- در صورت انجام جراحی مستکتومی (برداشتن پستان)، هنگام اخذ نوبت و نیز پذیرش حضوری اطلاع دهید.
- در صورت داشتن باتری قلبی، هنگام اخذ نوبت و نیز پذیرش حضوری اطلاع دهید.
- برای انجام معاینه لازم است توانایی ایستادن بدون استفاده از هر گونه وسیله کمکی را داشته باشید .
 1. ماموگرافی برای زنان حامله انجام پذیر نمی باشد.
 2. ماموگرافی بدون هدایت داکتر انجام پذیر نمی باشد.