

غربالگری سرطان پستان در میانسالی



مقدمه

سرطان پستان یکی از شایعترین سرطان ها در میان زنان در سراسر جهان و به ویژه در دوران میانسالی محسوب می شود. تشخیص زودهنگام این بیماری نقش حیاتی در افزایش شانس بقا و بهبود کیفیت زندگی بیماران ایفا می کند. غربالگری، به عنوان یک استراتژی کلیدی در پیشگیری و کنترل سرطان پستان، امکان شناسایی بیماری در مراحل ابتدایی، زمانی که درمان مؤثرتر و کمتر تهاجمی است را فراهم می سازد.

شیوع و بار بیماری در میانسالی و عوامل خطر

دوران میانسالی، به ویژه از سن ۳۰ تا ۵۹ سالگی، با افزایش قابل توجه شیوع سرطان پستان همراه است. عوامل متعددی در افزایش خطر ابتلا به این بیماری نقش دارند که برخی از مهمترین آنها عبارتند از: سن، سابقه خانوادگی مثبت ابتلا به سرطان پستان یا تخمدان،

جهش های ژنتیکی، عوامل هورمونی و باروری مانند شروع قاعدگی زودهنگام، یائسگی دیررس، عدم بارداری یا بارداری در سنین بالا، و عدم شیردهی، سبک زندگی شامل رژیم غذایی نامناسب، کم تحرکی، چاقی، مصرف الکل و تراکم بالای بافت پستان. داده های مربوط به شیوع و عوامل خطر در منابع اپیدمیولوژیک و راهنماهای بالینی به طور جامع خلاصه شده اند.

هدفهای غربالگری و اصول کلی

هدف اصلی غربالگری سرطان پستان، تشخیص زودهنگام بیماری است. این امر منجر به کاهش نرخ مرگ و میر ناشی از این سرطان و افزایش بقای بیماران می شود. سن شروع معاینه سینه و غربال از ۳۰ سالگی سن ماموگرافی از ۴۰ سالگی و معاینه سال یک بار توسط فرد آموزش دیده پزشک زنان و ماما انجام شود و خود مراقبتی ماهیانه توسط خود افراد انجام گردد

روش های غربالگری

روشهای مختلفی برای غربالگری سرطان پستان مورد استفاده قرار می گیرند که انتخاب و زمان بندی آنها بر اساس دستورالعمل های سازمان های معتبر تعیین می شود.

ماموگرافی: رایج ترین روش غربالگری است که شامل ماموگرافی دیجیتال و فیلم است.

برنامه های سنی و فواصل انجام ماموگرافی در دستورالعمل های مختلف ممکن است متفاوت باشد.

ماموگرافی سه بعدی/توموسنتز (TBD): این روش با ایجاد تصاویر سه بعدی از بافت پستان، دقت تشخیص را، به خصوص در پستان های متراکم، افزایش می دهد.

MRI پستان: این روش معمولاً برای گروه های پرخطر، مانند افرادی با سابقه خانوادگی قوی یا جهش های ژنتیکی، به عنوان روشی مکمل در کنار ماموگرافی استفاده میشود.

سونوگرافی: سونوگرافی به تنهایی روش اولیه غربالگری محسوب نمی شود، اما می تواند به عنوان یک روش مکمل در سناریوهای خاص، به ویژه در کنار ماموگرافی برای ارزیابی یافته های مشکوک یا در زنان با پستان های متراکم، مورد استفاده قرار گیرد.

بیوپسی/پیگیریهای تشخیصی: در صورت مشاهده یافته های غیرطبیعی در روشهای غربالگری، اقدامات تشخیصی دقیق تر مانند (بیوپسی، نمونه برداری از بافت) و سایر پیگیری های لازم برای تأیید یا رد وجود سرطان انجام می شود.

شیوه نامه ها و توصیه های سازمانی

سازمان های بهداشت جهانی و موسسات علمی معتبر، دستورالعملهای مختلفی را برای غربالگری سرطان پستان منتشر کرده اند. این دستورالعملها شامل توصیه هایی در مورد سن شروع غربالگری، فاصله زمانی انجام غربالگری و روش های مورد استفاده هستند.

این دستورالعملها به طور کلی بر شروع غربالگری در سنین مختلف، تعیین فواصل زمانی مناسب برای انجام آن و همچنین بر اهمیت تصمیم گیری مشترک میان پزشک و بیمار، به ویژه برای افراد با ریسک متوسط، تأکید دارند.

ملاحظات بالینی و تصمیم گیری فردی

تصمیم گیری برای شروع و ادامه غربالگری سرطان پستان یک فرآیند فردی است و باید با در نظر گرفتن عوامل متعددی صورت گیرد.

افراد با ریسک متوسط در مقابل پرخطر: رویکرد غربالگری برای افراد با ریسک متوسط

جمعیت عمومی و افراد با ریسک بالا دارای سابقه خانوادگی قوی، جهش ژنتیکی و غیره متفاوت است.

مسائل روانی، هزینه-اثربخشی، دسترسی به خدمات: جنبه های روانی مانند اضطراب ناشی از غربالگری، همچنین ارزیابی هزینه-اثربخشی برنامه های غربالگری و اطمینان از دسترسی عادلانه به خدمات، از ملاحظات مهم بالینی هستند.

سن امید به زندگی و همزمانی بیماریها: وضعیت سلامت عمومی فرد، سن امید به زندگی و وجود بیماری های هم زمان، بر تصمیم گیری در مورد ادامه یا توقف غربالگری تأثیرگذار است.

مدیریت یافته های مشکوک: یافته های مشکوک حاصل از غربالگری باید طبق مسیراستاندارد پیگیری و ارزیابی تشخیصی مدیریت شوند.

نتیجه گیری

غربالگری سرطان پستان در میانسالی، ابزاری حیاتی برای تشخیص زودهنگام و کاهش مرگ ومیر ناشی از این بیماری است. با توجه به شیوع رو به افزایش در این گروه سنی، اهمیت پیروی از دستورالعمل های علمی و مبتنی بر شواهد در انتخاب روش ها، سن شروع و فواصل غربالگری بیش از پیش احساس می شود. تصمیم گیری مشترک میان پزشک و بیمار، با در نظر گرفتن تمام ملاحظات بالینی، عوامل خطر و ترجیحات فردی، اساس یک برنامه غربالگری موفق است. باوجود چالش های موجود، ادامه تحقیقات و بهبود مستمر در روش ها و اجرای برنامه های غربالگری، مطابق با آخرین یافته، می تواند به نتایج بهتری در کنترل سرطان پستان در جوامع منجر شود

منابع

- | | |
|--|--|
| • World Health Organization (Who) | سازمان بهداشت جهانی |
| • National Cancer Institute (NCI) | مؤسسه ملی سرطان |
| • American Cancer Society (ACS) | انجمن سرطان آمریکا |
| • U.S. Preventive Services Task Force (USPSTF) | نیروی کار خدمات پیشگیرانه ایالات متحده |
| • National Comprehensive Cancer Network (NCCN) | شبکه جامع ملی سرطان |

نویسنده لیلا مرادی میانسالان