hər kəs bilsin
HƏYAT
davam etsin

Azərbaycan Respublikası Səhiyyə Nazirliyi
Milli Onkologiya Mərkəzi
AZ 1011, Bakı şəhəri, H. Zərdabi küç., 79B
Tel.: (+994 12) 537 08 11,
(+994 12) 537 08 33

Milli Onkologiya Mərkəzi
Mammoloji Mərkəz
"Qadın Dünyası"
Tel./faks: (+994 12) 530 41 65
Mob.: (+994 50) 331 43 42
E-mail: azonco@azerin.com

HEYDƏR ƏLİYEV FONDU

Qadın sağlamlığını qoruyaq

hər kəs bilsin
HƏYAT
davam etsin

Azərbaycan Respublikası Səhiyyə Nazirliyi
Milli Onkologiya Mərkəzi

MAMMOQRAFİYA

həyatı xilas edir

hər kəs bilsin

HƏYAT davam etsin

Süd vəzi xərçəngi nədir?

Süd vəzisi süd əmələ gətirən vəzilərdən, süd axarlarından və bunları əhatə edən birləşdirici toxumadan ibarətdir. Süd vəzi xərçəngi süd əmələ gətirən vəzilərdən və süd axarlarından inkişaf edən bədxassəli xəstəlikdir.

Risk Faktorları:

Yaş:
50 yaşından sonra qadınlarda süd vəzi xərçəngi ilə xəstələnmə təhlükəsi 50 yaşına qədər olan qadınlara nisbətən 4 dəfə çoxdur.

Ailədə süd vəzi xərçəngi:
Ailədə süd vəzi xərçəngi ilə xəstələnən varsa, sizdə də təhlükə artır. Süd vəzi xərçənginin 3-5% irsi xarakter daşıyır.

Siqaret:
Aktiv və ya passiv siqaret çəkmə süd vəzi xərçənginin əmələ gəlmə riskini yüksəldir.

Reproduktiv dövr:
Erkən menarxe (menstruasiyanın 12 yaşdan tez başlaması) və gec menopauza (55 yaşdan sonra) süd vəzi xərçənginin əmələ gəlmə təhlükəsini artırır.
20 yaşına qədər ilk diri uşaq doğan qadınlarda 30 yaşından sonra usaq doğan qadınlara nisbətən süd vəzi xərçəngi 2 dəfə az rast gəlinir.
Süd vəzi xərçənginin risk faktorlarına həmçinin icra olunan abortlar və süd əmizdirməmək də aiddir.

Kontraseptiv preparatların istifadə olunması:
Fərqli baxışlar olmasına baxmayaraq zəif təhlükə artımı olduğu düşünülür. Kontraseptiv preparatların istifadəsi ciddi həkim nəzarəti altında icra olunmalıdır.

Estrogen hormonu ilə müalicə:
Menopauza problemlərini həll etmək üçün istifadə olunan hormon müalicəsi 5-10 ildən sonra süd vəzi xərçəngi təhlükəsini artırır. Hormon müalicəsi mütləq həkim nəzarəti altında olmalıdır.
Artıq çəkiyə səbəb olan piy toxuması artdıqca, estrogen hormonunun ifrazı da artır. Bu səbəbdən süd vəzi xərçəngi təhlükəsi də yüksəlir.

Alkoqol qəbulu
Alkoqollu içkilərin həddən artıq qəbul edilməsi süd vəzi xərçənginin əmələ gəlmə riskini artırır.

SÜD VƏZİ XƏRÇƏNGİNDƏN QORXMAYIN

Təşəkkür!

"Hər kəs bilsin-HƏYAT davam etsin" kampaniyasına verdiyiniz dəstək ilə bütün ölkədə süd vəzi xərçənginin erkən aşkarlanmasını genişləndirəcək olan "Qadın Sağlamlığını qoruyaq" layihəsinə qoşulmuş olacaqsınız. Ən dəyərli varlıqlarımız olan qadınlarımızı təhdid edən bu vacib sağlamlıq uğrunda mübarizəmizdə göstərdiyiniz yardıma görə təşəkkür edirik.

hər kəs bilsin HƏYAT davam etsin

MAMMOQRAFİYA

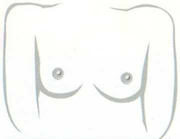
Süd vəzilərinin muayinəsində ən əhəmiyyətli müayinə metodlarından biridir.

Mammoqrafiya nədir?

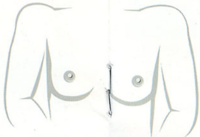
Mammoqrafiya muayinəsi zamanı süd vəzilərinin rentgen şəklinin çəkilməsi icra olunur. Bu zaman süd vəzində olan hər hansı bir yeni törəmə və ya mikro və makrokalsinatlar aşkar olunur. Mammoqrafik müayinə 30 yaşdan sonra daha effektiv olur belə ki, yaş artdıqca süd vəzi toxumasının sıxlığı azalır və bu da rentgen şüalarının keçiriciliyini artırır. Amerika Birləşmiş Ştatlarında və Avropa ölkələrində mammoqrafiya süd vəzilərinin muayinəsi protokoluna daxil olan standartdır. Ölkəmizdə qeyd olunan normalar ilə fəaliyyət göstərən mərkəz -Milli Onkologiya Mərkəzidir.

Özünüz-özünüzü tez-tez müayinə edin.

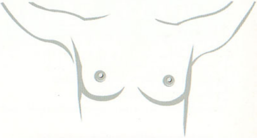
Erkən mərhələdə diaqnoz həyatı xilas edir.



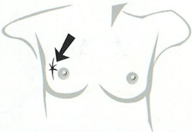
GÜZGÜ QARŞISINDA HƏR İKİ SÜD VƏZİNİZƏ BAXIN



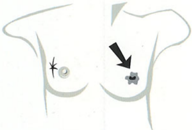
HƏR İKİ ƏLİNİZİ BELİNİZƏ QOYARAQ BAXIN



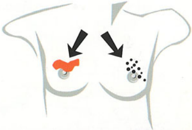
QOLLARINIZI QALDIRARAQ BAXIN



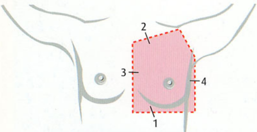
SÜD VƏZİSİNİN DƏRİSİNDƏ DARTILMA VARMI?



SÜD VƏZİSİNİN GİLƏSİNDƏ İÇƏRİ BATMA VARMI?

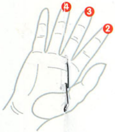


SÜD VƏZİSİNİN DƏRİSİNDƏ VƏ GİLƏSİNDƏ QIZARMA, YARA, RƏNG DƏYİŞİKLİYİ VARMI?



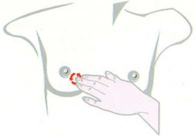
HANSI SAHƏNİ MÜAYİNƏ ETMƏK LAZIMDIR?

Aşağı sərhəd – süd vəzinin alt cizgisi - 1
Yuxarı sərhəd – körpücük sümüyü - 2
Daxili sərhəd – döş qəfəsinin ortası - 3
Xarici sərhəd – qoltuqaltının ortasından aşağı enən xətt – 4



MÜAYİNƏ ZAMANI HANSI BARMAQLARI İSTİFADƏ ETMƏK LAZIMDIR?

Şəhadət, orta, və adsız barmaqların içəri səthini işlədin. Barmaqlar döş qəfəsi divarına paralel olmalıdır.



HƏR DƏFƏ NƏ QƏDƏR BÖLGƏNİ MÜAYİNƏ ETMƏK LAZIMDIR?

Süd vəzisində 1 sm sahədə barmaqların ucu ilə dairələr çəkərək hiss edin

Müayinə zamanı barmaqları nə gədər dərinə basmalıyam?

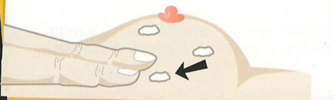
Süd vəzisindəki törəmələr fərqli dərinliklərdə yerləşə bilər. Bu səbəbdən barmaqlarınızı eyni nöqtədə hərəkət etdirərkən 3 fərqli təzyiqlə barmaqlarınızı basın.

BİRİNCİ DAİRƏ: (yüngül təzyiq)

Birinci dairəni yüngül basaraq hərəkət edin.
Üst təbəqədəki törəmələr bu üsulla təyin edilir.
İlk dairəni çox basarkən hərəkət etsəniz, üst təbəqədəki törəmə diqqətdən qaçırıla bilər.

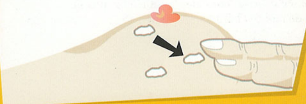
İKİNCİ DAİRƏ: (orta dərəcədə təzyiq)

İkinci dairədə orta dərəcədə təzyiq edərək orta təbəqədəki törəmələri təyin edin. Bu zaman barmaqlar döş qəfəsi divarına parallel olmalıdır.



ÜÇÜNCÜ DAİRƏ: (güclü təzyiq)

Üçüncü dairədə qabırğa sümüklərini hiss edəcək gədər süd vəzisinə təzyiq edin. Bu zaman dərində yerləşən törəmələri hiss edə bilərsiniz



SÜD VƏZİLƏRİNİZİ NECƏ MÜAYİNƏ ETMƏLİSİNİZ?

Şəkildəki vəziyyətdə uzanın. Qoltuq altından başlayaraq, şəkildə göründüyü kimi eyni nöqtədən dairəvi hərəkətlərlə aşağı xəttə kimi gedin, sonra buna parallel xətt üzrə yuxarı qalxın.
Şəkildəki kimi parallel xəttlər üzrə dairəvi hərəkətlər edərək davam edin.

Süd vəzi xərçəngində müayinə metodları

Süd vəzinizi əlinizlə müayinə edərkən bir sərtlik hiss edirsinizsə?
Süd vəzinizi əlinizlə müayinə edərkən bir sərtlik hiss edilirsə tez həyəcanlanmayın, əgər bu menstruasiya dövrünü əhatə edirsə menstruasiya qurtarana qədər gözləyin və təkrar müayinə edin. Bəzən menstruasiyadan əvvəl əllənən sərtlik menstruasiyadan sonra geri sorulur. Əgər sorulmasa həkimə müraciət edin.

Süd vəzi müayinəsi üçün hansı həkimə müraciət etməlisiniz?
Süd vəzində baş verən dəyişikliklər səbəbi ilə müraciət edəcəyiniz ilk həkim-mammoloqdur.

Süd vəzisində əllə hiss edilən bərklik və ya düyün nə ola bilər?
Əllə hiss edilən törəmə kista ola bilər. Kista içi maye ilə dolu bir boşluqdur. Kista şəklində olan törəmənin xərçəng olma təhlükəsi azdır. Əllə hiss edilən törəmələr içi hüceyrələrlə dolu qatı şəkildə də olur. Bu düyünlü mastopatiya, fibroadenoma və süd vəzi xərçəngi ola bilər.

Süd vəzilərinin muayinə metodları
Süd vəzilərinin əsas muayinə metodları ultrasəs muayinəsi və mammoqrafiyadır. Gənc qadınlarda süd vəzilərinin sıxlığı yüksək olduğundan ultrasəs muayinəsi daha effektivdir. Mammoqrafik muayinədən fərgli olaraq ultrasəs muayinəsi zamanı törəmənin ölçüsü, forması və konturlarından başqa boşluqlu və ya boşluqsuz olması da müəyyən edilir. 30 yaşdan sonra qadınlara mammoqrafiya və ultrasəs muayinəsi birlikdə aparılır.

Bu müayinələrlə dəqiq diaqnoz qoyula bilərmi?
Hər iki muayinə bizə sadəcə törəmənin şəkli və xərçəng olma təhlükəsi haqqında xəbər verir, amma bu dəqiq diaqnoz deyil. Dəqiq diaqnoz yalnız mövcud törəmədən biopsiya yolu ilə qoyula bilər.

20 yaşdan yuxarı

Hər ay menstruasiyadan sonrakı həftə içində özünüzü müayinə edin.

2 ildən bir ixtisaslı həkim tərəfindən müayinə olunun.

30 yaşdan yuxarı

Hər ay özünüzü müayinə edin.

30 yaşinda bir dəfə mammoqrafiya çəkdirin.

Hər il ixtisaslı həkim tərəfindən müayinə olunun.

40 yaşdan yuxarı

Hər ay özünüzü müayinə edin.

Hər il mammoqrafiya çəkdirin.

Hər il ixtisaslı həkim tərəfindən müayinə olunun.

Riski 30-40% azaltmaq üçün

- Artıq çəkidən azad olun
- Meyvə-tərəvəzdən çox istifadə edin.
- İdmanla məşğul olun
- Alkoqol və siqaretdən istifadə etməyin.