

## دستورالعمل غربالگری سرطان پستان

### منظور از تست‌های غربالگری چیست؟

غربالگری به مجموعه آزمایشات و معایناتی گفته می‌شود که برای یافتن بیماری در افرادی که فاقد هرگونه علامت بالینی هستند استفاده می‌شود. هدف از انجام آزمایشات غربالگری سرطان پستان، یافتن زودهنگام آن، قبل از ایجاد علائم (مانند توده یا ضایعه در پستان) است. تشخیص زودهنگام به معنای یافتن و تشخیص بیماری زودتر از زمانی است که علائم آن شروع می‌شوند.

اغلب سرطان‌های پستان که در طول معاینات غربالگری یافت می‌شوند، به احتمال زیاد کوچک‌تر بوده و کمتر به خارج از محدوده پستان‌ها انتشار یافته‌اند. اندازه سرطان پستان و میزان گسترش آن از مهمترین عوامل در پیش‌بینی پیش‌آگهی (پروگنوز) این بیماری هستند.

### روش‌های انجام غربالگری سرطان پستان:

#### ماموگرافی:

ماموگرافی، عکسبرداری با اشعه ایکس با دوز پایین از پستان است. ماموگرافی در اغلب موارد می‌تواند تغییرات پستان را که ممکن است سال‌ها قبل از بروز علائم فیزیکی سرطان ایجاد شوند، پیدا کند، زمانی که درمان به احتمال زیاد موفقیت‌آمیز خواهد بود. نتایج حاصل از چندین دهه تحقیقات به وضوح نشان می‌دهد که زنانی که به طور منظم ماموگرافی انجام می‌دهند، سرطان پستان در آنان زودتر تشخیص داده شده و کمتر به درمان‌های تهاجمی مانند جراحی برای برداشتن کل پستان (ماستکتومی) و شیمی درمانی نیاز پیدا می‌کنند.

با اینحال، ماموگرافی بی‌نقص نیست. برخی از سرطان‌های پستان توسط ماموگرافی تشخیص داده نمی‌شوند. همچنین اگر مورد مشکوکی در ماموگرافی غربالگری یافت شود، بیمار به آزمایش‌های دیگری (مانند ماموگرافی‌های بیشتر یا سونوگرافی پستان) نیاز خواهد داشت. زنانی که ماموگرافی انجام می‌دهند باید مزایا و محدودیت‌های غربالگری را درک کنند.

#### MRI:

برای برخی از زنان با ریسک بالای ابتلا به سرطان پستان، غربالگری MRI پستان همراه با ماموگرافی سالانه توصیه می‌شود. MRI به تنهایی به عنوان یک آزمایش غربالگری توصیه نمی‌شود زیرا ممکن است برخی از سرطان‌هایی را که ماموگرافی پیدا می‌کند از دست بدهد.

### معاینه بالینی پستان و انجام خودارزیابی:

شواهد بسیار کمی وجود دارد که نشان دهد این معاینات به تشخیص زودهنگام سرطان، در زمانی که زنان با ماموگرافی غربالگری می‌شوند، کمک می‌کند. هنگامی که سرطان پستان به دلیل علائم بالینی (مانند توده در پستان) تشخیص داده می‌شود، زنان این علامت را در طول فعالیت‌های معمول مانند حمام کردن یا لباس پوشیدن کشف می‌کنند. با این وجود، زنان باید با ظاهر و احساس طبیعی پستان‌های خود آشنا باشند و هرگونه تغییر را فوراً به پزشک خود گزارش دهند.

لازم به ذکر است، در حالی که انجمن سرطان آمریکا معاینات بالینی پستان یا خودارزیابی را به عنوان بخشی از برنامه معمول غربالگری سرطان پستان توصیه نمی‌کند، این بدان معنا نیست که این معاینات نباید هرگز انجام شوند. در برخی شرایط، به‌ویژه برای زنانی که در معرض خطر بالاتر از حد متوسط هستند، پزشک متخصص ممکن است معاینه بالینی پستان را همراه با ارائه مشاوره در مورد خطرات و راه‌های تشخیص زودهنگام ارائه دهد. برخی از زنان نیز ممکن است با انجام خودارزیابی منظم به عنوان راهی برای پیگیری ظاهر و احساس پستان‌های خود احساس امنیت بیشتری داشته باشند.

## دسته‌بندی افراد بر اساس ریسک ابتلا به سرطان پستان:

در رابطه با تقسیم بندی گروه‌های مختلف با توجه به ریسک فاکتورهای ابتلا، زنان به دو گروه زیر تقسیم می‌شوند:

### ۱- زنان با ریسک متوسط ابتلا:

برای اهداف غربالگری، زنانی که سابقه شخصی سرطان پستان، سابقه خانوادگی ابتلا به سرطان پستان، جهش ژنتیکی شناخته شده برای افزایش خطر ابتلا به سرطان پستان (مانند ژن BRCA) و پرتودرمانی قفسه سینه قبل از ۳۰ سالگی را نداشته باشند، در گروه با ریسک متوسط قرار می‌گیرند.

### ۲- زنان با ریسک بالای ابتلا:

زنانی که واجد یکی از شرایط زیر باشند، در گروه با ریسک بالا طبقه‌بندی می‌شوند:

- داشتن یک جهش شناخته شده در ژن BRCA<sup>۱</sup> یا BRCA<sup>۲</sup> (بر اساس انجام آزمایشات ژنتیکی)
- داشتن یک خویشاوند درجه یک (والدین، برادر، خواهر یا فرزند) با جهش ژن BRCA<sup>۱</sup> یا BRCA<sup>۲</sup>
- داشتن خویشاوند/خویشاوندان درجه یک که به سرطان پستان مبتلا شده باشند (ابتلای زیر ۵۰ سالگی همراه با افزایش ریسک است)
- انجام پرتودرمانی قفسه سینه قبل از ۳۰ سالگی
- افراد مبتلا به سندرم Li-Fraumeni، سندرم Cowden، سندرم Bannayan-Riley-Ruvalcaba یا داشتن بستگان درجه یک که مبتلا به یکی از این بیماری‌ها باشد.

## آخرین دستورالعمل‌های نحوه انجام غربالگری برای زنان با ریسک متوسط ابتلا:

بسیاری از انجمن‌های معتبر علمی در سراسر جهان، دستورالعمل‌های انجام غربالگری برای سرطان پستان را منتشر می‌کنند، انجمن سرطان آمریکا که یکی از معتبرترین ارگان‌های بهداشتی در دنیا است، دستورالعمل زیر را برای تمام زنان با ریسک متوسط ابتلا به سرطان پستان پیشنهاد می‌کند.

- زنان ۴۰-۴۴ سال: امکان شروع غربالگری با ماموگرافی سالانه وجود دارد.
- زنان ۴۵-۵۴ سال: هر سال باید ماموگرافی انجام شود.
- زنان بیشتر از ۵۵ سال: می‌توانند یک سال در میان ماموگرافی را انجام دهند و یا می‌توانند آن را همچنان سالانه تکرار نمایند. غربالگری باید تا زمانی ادامه یابد که یک شخص در سلامت کامل بوده و انتظار می‌رود حداقل ۱۰ سال دیگر به زندگی ادامه دهد.

## آخرین دستورالعمل‌های نحوه انجام غربالگری برای زنان با ریسک بالای ابتلا:

زنانی که بر اساس برخی ریسک فاکتورها، در معرض خطر بالای ابتلا به سرطان پستان هستند، باید هر ساله MRI پستان و ماموگرافی انجام دهند، در این اشخاص فرایند غربالگری از سن ۳۰ سالگی شروع می‌شود.

MRI، باید علاوه بر ماموگرافی غربالگری و نه به جای آن، انجام شود چرا که اگرچه MRI با احتمال بیشتری سلول‌های سرطانی را شناسایی می‌کند، اما ممکن است برخی از سرطان‌هایی که ماموگرافی آنها را تشخیص می‌دهد، از دست بدهد.

- ١- <https://www.breastcancer.org/screeningtesting/mammograms/recommendations>
- ٢- <https://www.cancer.org/cancer/types/breast-cancer/screening-tests-and-early-detection/>
- ٣- <https://www.mayoclinic.org/tests-procedures/breast-exam>
- ٤- <https://www.medicalnewstoday.com/articles/when-to-do-an-exam>
- ٥- [https://www.cdc.gov/cancer/breast/basic\\_info/screening](https://www.cdc.gov/cancer/breast/basic_info/screening).
- ٦- <https://www.nationalbreastcancer.org/breast-self-exam/>