

SUR BEZI SARATONI: UMUMIY MA'LUMOT VA TUSHUNCHALAR

Fayziyev Farrux Sharifovich

*Toshkent davlat tibbiyot universiteti Onkologiya kafedrası dotsenti tibbiyot fanlari
nomzodi*

Sadillayeva Zuxra Murodillo qizi

Toshkent davlat tibbiyot universiteti 2 davolash ishi 5 kurs talabasi

Sut bezi saratoni dunyo miqyosida ayollar orasida eng keng tarqalgan xavfli o'smalardan biridir. Bu kasallik har yili millionlab ayollarning hayotiga tahdid soladi va uning salbiy oqibatlarini kamaytirish uchun aholining xabardorligini oshirish juda muhimdir. Ushbu maqolada sut bezi saratonining asosiy jihatlari, jumladan, uning ta'rifi, xavf omillari, alomatlari, diagnostika va davolash usullari, shuningdek, profilaktika choralari batafsil yoritilgan. Kasallik haqida chuqur bilimga ega bo'lish, ayollarga o'z salomatligiga e'tibor berishga va shubhali holatlarda o'z vaqtida shifokorga murojaat qilishga yordam beradi.

Ertá tashxis qo'yish sut bezi saratonini muvaffaqiyatli davolashning kalitidir. Ushbu maqolada kasallikning oldini olish va uni bartaraf etish bo'yicha eng dolzarb ma'lumotlarni taqdim etishga harakat qilamiz.

Sut bezi saratoni nima? Kasallikning ta'rifi Sut bezi saratoni bu - hujayralar nazoratsiz o'sishi va bo'linishi natijasida yuzaga keladigan xavfli o'sma kasalligidir. Sut bezining tuzilishi sut bezlari, sut yo'llari va yog' to'qimalaridan iborat. Saratonga aylanishi mumkin bo'lgan hujayralar odatda sut yo'llarining ichki qismida (duktsiyel karsinoma) yoki sut bezlarida (lobulyar karsinoma) boshlanadi.

Bu xavfli hujayralar atrofdagi sog'lom to'qimalarga tarqalishi, shuningdek, limfa tugunlari orqali tananing boshqa qismlariga (masalan, suyaklar, o'pka, jigar, miya) metastaz berishi mumkin. Kasallikning bosqichi saraton hujayralarining qanchalik tarqalganiga bog'liq bo'ladi. Sut bezi saratonining bir necha turlari mavjud bo'lib, ularning har birining klinikasi o'ziga xos xususiyatlarga va o'ziga hos davolashga usullariga ega. Masalan, gormonga bog'liq saraton turlari gormon terapiyasiga yaxshi javob beradi, HER2-musbat saraton esa maxsus maqsadli dorilar bilan davolanadi.

Hujayralar differentsiatsiyasi kasallikning rivojlanishi tez yoki sekin bo'lishini belgilab beradi. Yuqori differensiallashgan o'smalarda rivojlanish sekin bo'lishi mumkin va ba'zan yillar davomida hech qanday alomatlarisiz kechishi mumkin. Shuning uchun muntazam tekshiruvlar va skrining dasturlari kasallikni erta bosqichlarda aniqlashda muhim rol o'ynaydi.

TUSHUNCHA Xavf omillari: Kimlar ko'proq moyil?

Sut bezi saratonining rivojlanishiga bir qator xavf omillari ta'sir qilishi mumkin. Ushbu omillarni bilish kasallikning oldini olish va erta tashxis qo'yishda muhimdir. Ba'zi xavf omillarini o'zgartirib bo'lmaydi, masalan, yosh, jins va irsiyat, ammo ba'zilarini, masalan, turmush tarzini nazorat qilish mumkin. Genetik moyillik

BRCA1 va BRCA2 genlaridagi mutatsiyalar sut bezi saratoni rivojlanish xavfini sezilarli darajada oshiradi. Oilada sut bezi saratoni yoki tuxumdon saratoni bo'lgan hollarda genetik testlar o'tkazish tavsiya etiladi.

Yosh

Yosh ulg'aygan sari sut bezi saratoni rivojlanish xavfi ortib boradi. Aksariyat holatlar 50 yoshdan oshgan ayollarda aniqlanadi.

Gormonal omillar

Uzoq vaqt estrogen gormoniga ta'sir qilish, masalan, erta hayz ko'rish, kech menopauza, gormonoterapiya (menopauza simptomlarini davolash uchun), noto'g'ri kontrasepsiya sut bezi saratoni xavfini oshirishi mumkin.

Turmush tarzi

Semirib ketish, spirtli ichimliklarni suiste'mol qilish, jismoniy faollikning yo'qligi va nosog'lom ovqatlanish ham xavf omillari hisoblanadi.

Boshqa xavf omillariga nurlanishning ta'sir qilish (ayniqsa, ko'krak qafasidagi nurlanish), siqib turuvchi kiyimlar, anamnezidagi sut bezi kasalliklari (masalan, atipik giperplaziya, mastit va mastopatiya) kiradi.

Alomatlar va belgilar: Erta tashxis qo'yishning ahamiyati Sut bezi saratonini erta bosqichda aniqlash davolash samaradorligini sezilarli darajada oshiradi. Shuning uchun ayollar o'z sut bezlarini muntazam ravishda tekshirib turishlari va har qanday o'zgarishlarga e'tibor berishlari kerak.

- Sut bezidagi tugun yoki qattqlik:

Bu sut bezi saratonining eng keng tarqalgan belgisidir. Tugun og'riqsiz bo'lishi mumkin va teriga yoki atrofdagi to'qimalarga yopishgan bo'lishi mumkin.

- Sut bezi shakli yoki hajmining o'zgarishi:

Bir sut bezining boshqasidan farqli ravishda kattalashishi, kichrayishi yoki shaklining o'zgarishi.

- Teridagi o'zgarishlari:

Sut bezi terisining qizarishi, po'st tashlashi, chuqurchalar paydo bo'lishi ("limon po'stlog'i" ko'rinishi) yoki qalinlashishi. So'rg'ichning ichkariga tortilishi (inversiya), so'rg'ich atrofidagi terining qizarishi, qichishi yoki shishishi.

- So'rg'ichdan g'ayritabiiy ajralmalar, ayniqsa qonli ajralmalar.
- Qo'ltiq osti limfa tugunlarining kattalashivi:

Saraton hujayralari limfa tugunlariga tarqalganda, qo'ltiq ostida yoki o'mrov sohasi usti yoki ostida limfa tugunlari kattalashuvi paydo bo'lishi mumkin.

Agar bu alomatlardan birortasi aniqlansa, darhol shifokorga murojaat qilish zarur. Bu alomatlar har doim ham saratonni anglatmasligi mumkin, ammo ularni tekshirish va sababini aniqlash juda muhimdir.

Diagnostika usullari: Qanday aniqlanadi? Sut bezi saratonini aniqlash uchun bir qator diagnostika usullari qo'llaniladi. Bu usullar kasallikni erta bosqichlarda aniqlash va davolash rejasini tuzishda muhim rol o'ynaydi.

Ultratovush tekshiruvi, Mammografiya Sut bezi saratonini erta bosqichlarda aniqlash uchun eng samarali tekshirish usuli. Bu rentgen nurlari yordamida sut bezi

to'qimalarini tekshirishdir. 40 yoshdan oshgan ayollarga shifokor ko'rsatmasiga ko'ra mammografiya o'tkazish tavsiya etiladi.

Magnit-rezonans tomografiya (MRT)

Yuqori xavf guruhiga kiruvchi ayollarda yoki mammografiya va UTT natijalari yetarli bo'lmaganda qo'llaniladi. MRT sut bezidagi nisbatani kichik o'zgarishlarni aniqlashda juda sezgir.

Biopsiya

Saraton tashxisini tasdiqlovchi eng aniq usul. Shubhali to'qima namunasi olinadi va mikroskop ostida tekshiriladi. Biopsiya turlari orasida ingichka ignali aspiratsiya, tripan biopsiya va ochiq biopsiya mavjud.

Qon tahlillari

Saraton markerlari, gormon reseptorlari va HER2 holatini aniqlash uchun o'tkaziladi. Bu davolash rejasini tuzishda muhim ma'lumot beradi.

Davolash usullari: Zamonaviy yondashuvlar Sut bezi saratonini davolash kasallikning bosqichi, saraton turini va bemorning umumiy axvoliga qarab individual tarzda belgilanadi. Zamonaviy tibbiyotda bir nechta davolash usullari qo'llaniladi, ular ko'pincha kombinatsiyalangan holda ishlatiladi.

- Xirurgik aralashuv

O'smani olib tashlashning asosiy usuli. U ikki asosiy turga bo'linadi:

1. Lyumpektomiya (sut bezini saqlovchi operatsiya):

Faqat o'sma va uning atrofidagi sog'lom to'qima olib tashlanadi.

2. Mastektomiya:

Butun sut bezi olib tashlanadi. Ba'zan bir yoki ikkala sut bezini ham olib tashlanishi mumkin. Mastektomiyadan keyin sut bezini rekonstruksiya qilish mumkin.

- Kimyoterapiya.

Saraton hujayralarini o'ldiradigan dorilardan foydalanish. U operatsiyadan oldin (o'smani kichraytirish uchun) yoki operatsiyadan keyin (qolgan saraton hujayralarini yo'q qilish uchun) qo'llanilishi mumkin.

- Radioterapiya (nur terapiyasi)

Yuqori energiyali rentgen nurlari yordamida saraton hujayralarini o'ldirish. Ko'pincha lyumpektomiyadan so'ng qo'llaniladi.

- Gormonoterapiya

Agar saraton hujayralarida estrogen retseptorlari mavjud bo'lsa, gormonoterapiya ushbu gormonning ta'sirini blokirovka qilish orqali saraton hujayralarining o'sishini to'xtatadi.

- Maqsadli terapiya

Saraton hujayralarining o'sishini rag'batlantiruvchi o'ziga xos molekulalarga qaratilgan dorilar. Masalan, HER2- musbat saraton uchun ishlatiladi.

- Immunoterapiya

Bemorning immunitet tizimini saraton hujayralariga qarshi kurashishga undaydigan davolash usuli.

Oldini olish: Profilaktika choralari

Sut bezi saratonining oldini olish uchun bir qator choralar mavjud bo'lib, ular xavfni kamaytirishga yordam beradi. Garchi ba'zi xavf omillariga ta'sir qilib bo'lmasada, sog'lom turmush tarzi va muntazam skrining kasallik xavfini pasaytirishda muhimdir.

Sog'lom ovqatlanish Meva, sabzavot va don mahsulotlariga boy parhezga rioya qilish. Qizil go'sht va qayta ishlangan ovqatlarni iste'mol qilishni cheklash.

Jismoniy faollik Haftada kamida 150 daqiqa o'rtacha yoki 75 daqiqa yuqori intensivlikdagi jismoniy mashqlar bilan shug'ullanish.

Spirтли ichimliklardan voz kechish Spirтли ichimliklarni iste'mol qilishni cheklash yoki undan butunlay voz kechish, chunki u saraton xavfini oshiradi.

Normal vaznni saqlash Semirib ketish saraton xavfini oshirishi sababli, sog'lom vaznni saqlash juda muhim.

Muntazam skrining Yoshingizga qarab muntazam ravishda mammografiya, UTT yoki MRT tekshiruvlaridan o'tish va o'z-o'zini tekshirishni odat tusiga kiritish. Bundan tashqari, imkon bo'lsa, uzoq muddatli gormonoterapiyadan (ayniqsa, estrogen va progesteron kombinatsiyasi) qochish yoki uni shifokor bilan muhokama qilish muhimdir. Agar oilangizda saraton kasalligi mavjud bo'lsa, genetik tekshiruvkar o'tkazish ham tavsiya etiladi.

Hayot tarzi va sut bezi saratoni

Sog'lom hayot tarzi sut bezi saratoni xavfini kamaytirishda va kasallikdan keyingi tiklanish jarayonida muhim rol o'ynaydi. To'g'ri ovqatlanish, jismoniy faollik va stressni boshqarish salomatlikni yaxshilaydi va umuman hayot sifatini oshiradi. Ovqatlanish

- Antikoksidantlarga boy ovqatlar: Mevalar, sabzavotlar, yong'oqlar.
- To'liq don mahsulotlari: Qora non, guruch, sulii yormasi.
- Yog'li baliqlar: Omega-3 yog' kislotalari mavjud.
- Cheklash: Qizil go'sht, ishlov berilgan go'sht mahsulotlari, shirinliklar.
- Jismoniy faollik, stressni boshqarish
- Muntazam mashg'ulotlar: Yurish, yugurish, suzish yoki yoga.
- Vaznni nazorat qilish: Semirib ketishning oldini olish.
- Stressni kamaytirish: Meditatsiya, nafas olish mashqlari, biror bir qiziqarli mashg'ulot(hobbi) bilan shug'ullanish.
- Yetarli uyqu: Har kuni 7-8 soat uyqu.

Bu omillarga e'tibor berish nafaqat saraton xavfini kamaytiradi, balki umumiy immunitetni mustahkamlaydi va organizmning kasalliklarga qarshi kurashish qobiliyatini oshiradi.

Psixologik qo'llab-quvvatlash va rehabilitatsiya Sut bezi saratoni tashxisi nafaqat jismoniy, balki ruhiy jihatdan ham og'ir sinovdir. Shuning uchun bemorlar va ularning oilalari uchun psixologik qo'llab-quvvatlash va rehabilitatsiya juda muhimdir. Bu jarayon nafaqat davolash samaradorligini oshiradi, balki bemorning hayot sifatini yaxshilaydi.

Psixologik tavsiyalar Individual yoki guruhli terapiya bemorlarga qo'rquv, tashvish va depressiya bilan kurashishga yordam beradi. Qo'llab-quvvatlash guruhlari

Boshqa bemorlar bilan muloqot qilish, tajriba almashish va bir-biriga yordam berish hissiy yukni yengillashtiradi. Jismoniy reabilitatsiya.

Operatsiyadan keyingi tiklanish, harakatchanlikni oshirish va limfostaz kabi asoratlarning oldini olish uchun jismoniy mashqlar. Oila a'zolarini qo'llab-quvvatlash Oilaga bemorning ahvolini tushunish va unga qanday yordam berish bo'yicha ma'lumot berish muhimdir. Kasallik bilan kurashishda ruhiy kuch va iroda juda muhimdir. Tibbiy mutaxassislar, psixologlar va qo'llab-quvvatlash guruhlar birgalikda bemorlarga bu qiyinchiliklarni yengishga yordam beradi.

Xulosa va keyingi qadamlar Sut bezi saratoni jiddiy kasallik bo'lib, uning oldini olish, erta tashxis qo'yish va samarali davolash orqali hayotni saqlab qolish va bemorning hayot sifatini yaxshilash mumkin. Ushbu maqolada keltirilgan ma'lumotlar ayollarga o'z salomatligiga ongli ravishda yondashishga yordam berishga qaratilgan. Esda tuting:

- Muntazam tekshiruvlar: Yoshingizga qarab muntazam skrining tekshiruvlaridan o'ting.
- O'z-o'zini tekshirish: Sut bezlaringizni muntazam ravishda tekshirib turing va har qanday o'zgarishlarga e'tibor bering.
- Sog'lom turmush tarzi: To'g'ri ovqatlaning, jismoniy faol bo'ling va vazningizni nazorat qiling.
- Shifokorga murojaat: Shubhali alomatlar paydo bo'lganda darhol mutaxassisga murojaat qiling.

Tibbiyot fanining rivojlanishi tufayli sut bezi saratonini davolash usullari doimiy ravishda takomillashib bormoqda. Umid bilan qarash va kurashish har bir bemorning g'alabaga erishish uchun muhim qadamdir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YHATI:

1. N.Murodxodjayev, T.K.Xudoyqulov, M.D.Jo'rayev "ОНКОЛОГИЯ" 2002
2. <https://urologic.uz/tpost/j4uxfm5rc1-kokrak-bezi-saratonini-davolash>
3. <https://www.gazeta.uz/oz/2024/01/31/breast-cancer/>