

Информация по вопросам сохранения женского здоровья

Мастопатия –самое распространенное заболевание, которому подвержена грудь. Мастопатия встречается у женщин любого возраста, бывает как у рожавших, так и у нерожавших женщин. Данное заболевание встречается у 8 женщин из 10. в 50-60% случаев мастопатия выявляется у женщин старше 40 лет. В 20% случаев-моложе 30 лет.

Что же такое мастопатия?

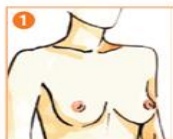
Мастопатия (или фиброзно-кистозная болезнь) – это доброкачественное заболевание молочных желез, при котором структура тканей молочных желез меняется, в них формируется множество уплотнений диффузного, узлового, кистозного или смешанного характера.

Симптомы мастопатии:

- Болезненные ощущения различного характера и интенсивности, усиливающиеся в предменструальные дни;
- Ощущение увеличения объёма молочных желез, отечность;
- Уплотнение или узловые образования при самоосмотре;
- Выделения из сосков.

Самообследование молочных желез

(Проводится на 6-12 день от начала менструации)



1 Осмотрите перед зеркалом форму груди и внешний вид кожи сосков с опущенными руками.



2 Поднимите руки за голову и осмотрите грудь. Обратите внимание на изменения формы или размеров одной из молочных желез и цвет кожи.



3 Запрокиньте правую руку за голову. Медленно, круговыми движениями прощупывайте правую грудь, обращая внимание на возможные припухлости и утолщения. Повторите то же с левой грудью.



4 Сдавите сосок у его основания большим и указательным пальцами и посмотрите, есть ли какие-либо выделения.



5 Обследуйте грудь в положении лежа. Прощупывайте круговыми движениями с легким надавливанием, начиная с краев молочной железы в направлении соска.



6 Прощупайте круговыми движениями левую и правую подмышечные впадины.