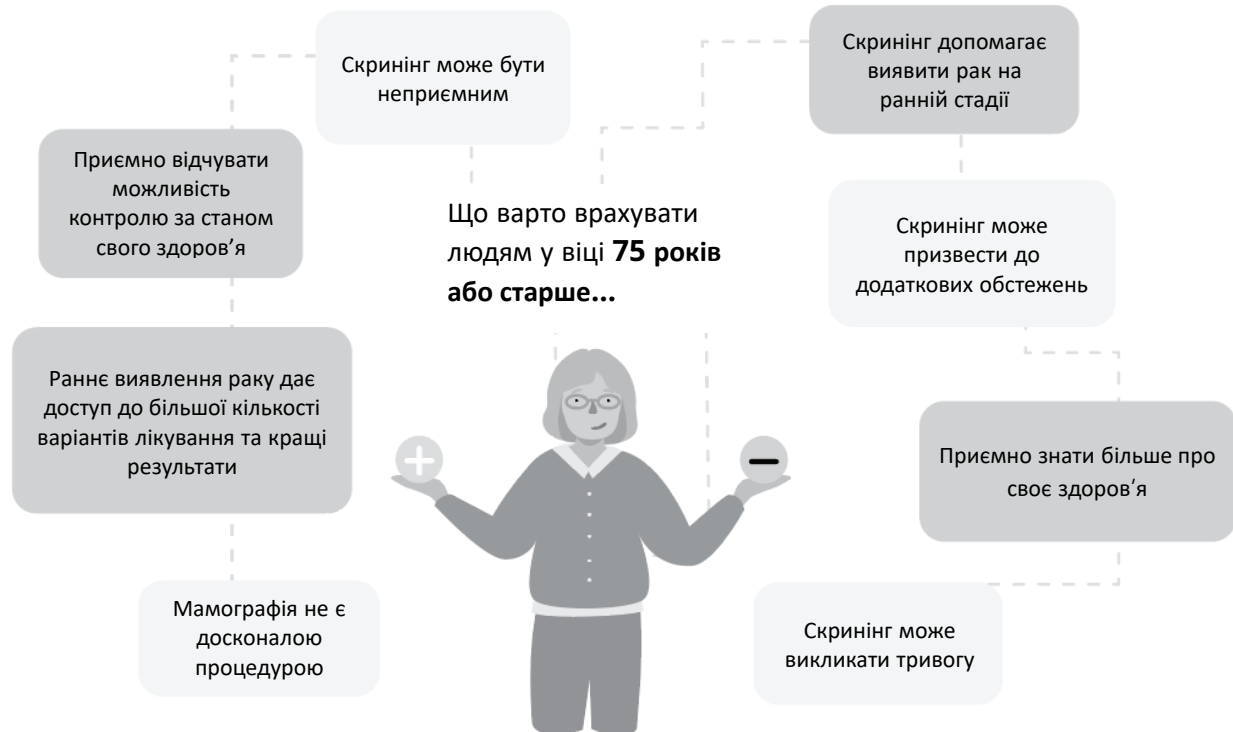


Чи варто мені проходити скринінгову маммографію у віці 75 років або старше?

Маммографія (рентгенівське обстеження молочних залоз) може допомогти виявити рак молочної залози на ранній стадії – до появи будь-яких змін і тоді, коли його легше лікувати. Ваш вік і сімейна історія хвороб (якщо у когось із батьків, дитини або рідної сестри/брата був рак молочної залози) можуть впливати на ризик.



Чому важливо прийняти обґрунтоване рішення?

Рак молочної залози часто може розвиватися повільно та не спричиняти жодних симптомів протягом життя, особливо якщо ваші попередні результати не показували жодних відхилень від норми. Саме тому, якщо вам 75 років або більше, рішення щодо того, чи варто продовжувати проходити обстеження, залежить від вас. Цей довідник допоможе визначити оптимальний варіант саме для вас.

! Важливо! Якщо ви:

- **Мали рак молочної залози в минулому** – зверніться до постачальника медичних послуг для проведення відповідного діагностичного обстеження молочних залоз.
- **Маєте грудні імпланти** – зверніться до постачальника медичних послуг для проведення відповідного діагностичного обстеження молочних залоз.
- **Маєте симптоми раку молочної залози (ущільнення, виділення з сосків або інші зміни)** – негайно зверніться до постачальника медичних послуг. Вам може знадобитися діагностичне обстеження.
- **Робили маммографію обох грудей протягом останніх 12 місяців** – ви повинні зачекати щонайменше 1 рік перед проходженням наступної скринінгової маммографії.
- **Маєте когось із батьків, дитину або рідного брата/сестру, у яких є або був рак молочної залози** – ви можете продовжувати проходити скринінгову маммографію щороку. Поговоріть із постачальником медичних послуг, щоб перевірити, чи є продовження проведення обстежень у формі скринінгу на рак молочної залози доцільним для вас.

Переваги й обмеження

Подумайте про переваги й обмеження мамографії. Позначте пункти, які є важливими для вас. Додайте свої варіанти у порожніх рядках.

Переваги	Обмеження
<p>Допомагає виявити рак на ранній стадії: Мамографія може виявити рак на етапі, коли пухлина ще невелика, що означає більше варіантів лікування та вищу ймовірність успіху. Раннє виявлення та лікування раку дасть мені більше часу й енергії для спілкування з родиною та друзями.</p>	<p>Мамографія не є досконалою процедурою: Мамографія може не виявити деякі випадки раку через їх розташування або щільність тканини молочних залоз (хибнонегативний результат) або ж може виявити рак, який не спричинив би проблем протягом мого життя (гіпердіагностика).</p>
<p>Може допомогти жити довше: Проходження мамографії може допомогти мені жити довше, оскільки скринінг дозволяє виявити рак, коли пухлина ще невелика та легше піддається лікуванню.</p>	<p>Додаткові обмеження: Після скринінгової мамографії мені можуть знадобитися додаткові обмеження, такі як діагностична мамографія, ультразвукове дослідження або біопсія, щоб детальніше обстежити молочну(-і) залозу(-и).</p>
<p>Приємно дбати про своє здоров'я: Мамографія допомагає мені піклуватися про здоров'я молочних залоз і краще усвідомлювати загальний стан свого здоров'я. Проходження мамографії дозволяє мені подбати про себе, і це дає відчуття впевненості.</p>	<p>Біль: Мамографія може бути дискомфортною через тиск на молочну залозу під час виконання рентгенівських знімків. Компресія потрібна, щоб розподілити тканину молочної залози й утримувати її на місці, аби уникнути нечітких зображень.</p>
<p>Рівень ризику для мене зростає з віком: Рівень ризику розвитку раку молочної залози зростає з віком. Понад 80% нових випадків раку молочної залози, які щороку діагностують у Британській Колумбії, припадають на людей віком 50 років або старше.</p>	<p>Можливе лікування: Після скринінгової мамографії мені може знадобитися лікування, наприклад хірургічне втручання, лікарські засоби, променева терапія та/або хіміотерапія. Я розумію, що наслідки лікування можуть відрізнятися від людини до людини. Вони можуть бути позитивними або негативними залежно від віку, стану здоров'я, цінностей і цілей людини. Я розумію, що це глибоко особисте рішення і що додаткові роки життя не завжди означають кращу якість життя.</p>
<p>Дає мені відчуття впевненості: Знання про те, чи маю я рак молочної залози, допоможе мені краще розуміти стан свого здоров'я й ухвалювати правильні рішення на майбутнє. Завдяки покращенню медичної допомоги та зростанню очікуваної тривалості життя скринінгова мамографія все ще може бути корисною для мене після 74 років.</p>	<p>Тривога, пов'язана зі скринінгом: Під час мамографії та після неї, очікуючи на результати, я можу відчувати тривогу, занепокоєння або стрес.</p>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Що робити, якщо вам 75 років або більше і ви ніколи не проходили скринінгову мамографію?

Якщо у вас загалом добрий стан здоров'я, ви можете проходити скринінгову мамографію кожні 1 або 2 роки залежно від вашого рівня ризику. Постачальник медичних послуг може допомогти вам вирішити, чи є скринінг оптимальним варіантом для вас.

Подумайте про свій загальний стан здоров'я

Тепер, коли ви ознайомилися з перевагами й обмеженнями скринінгу на рак молочної залози, подумайте про своє здоров'я та про те, як скринінг може вплинути на решту вашого життя: **Чи переважають позитивні сторони скринінгу та будь-якого лікування, яке мені може знадобитися, ризики скринінгу та його можливий вплив на якість мого життя?**

Стан вашого здоров'я може впливати на те, чи буде для вас корисним скринінг і будь-яке рекомендоване лікування. Це пов'язано з тим, що з віком скринінг може завдавати більше шкоди, ніж користі, залежно від стану здоров'я людини. Наприклад, відновлення після біопсії молочної залози може бути складнішим та/або болючішим для людини з деменцією, ніж для здорової людини.

Ось кілька запитань, які допоможуть вам замислитися над тим, чи є скринінг оптимальним варіантом для вас. Напишіть свою відповідь поруч із кожним запитанням:

Чи важливо для мене проходити скринінг? Чому так або чому ні?	
Чи дозволяє мій стан здоров'я та/або фізична спроможність пройти скринінг і будь-які рекомендовані додаткові обстеження, такі як біопсія?	
Якщо мамографія виявить рак молочної залози, чи буде його лікування пріоритетнішим за лікування інших моїх захворювань? Чи змінить це підхід до лікування інших моїх захворювань?	
Якщо мамографія виявить рак молочної залози і мені знадобиться лікування раку, чи можуть методи лікування інших моїх захворювань заважати цьому лікуванню або знижувати його ефективність?	
Якщо внаслідок додаткових процедур та/або лікування виникнуть будь-які непередбачувані ускладнення, як це вплине на якість мого життя?	

Ваше рішення

Що ви вирішили?

Я продовжуватиму проходити мамографію

Я ще не визначилася (-вся)

Я не продовжуватиму проходити мамографію

Ви невпевнені у своєму виборі?

Так

Ні

Sure of myself (Упевненість)	Чи впевнені ви, що обрали найкращий варіант для себе?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Understand information (Розуміння інформації)	Чи знаєте ви про переваги й обмеження скринінгу?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Risks and benefits (Ризики та переваги)	Чи впевнені ви щодо того, які переваги та обмеження є для вас найважливішими?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Encouragement (Підтримка)	Чи маєте ви достатньо підтримки та порад, щоб прийняти обґрунтоване рішення?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

@SURE test; O'Connor & Légaré 2008

Досі не впевнені?

Візьміть цей довідник із собою на зустріч з вашим постачальником медичних послуг для отримання підтримки. Запишіть нижче будь-які запитання, які у вас можуть виникнути, щоб поставити їх під час прийому:



Застереження

Зазначена у цьому довіднику інформація призначена лише для ознайомлення. Її не слід розглядати як медичну рекомендацію, засіб для професійної діагностики або медичний висновок без попередньої консультації з постачальником медичних послуг. Ця інформація не замінює необхідності звернення до постачальника медичних послуг щодо будь-яких питань, пов'язаних зі здоров'ям.

Список джерел

1. Beth Israel Deaconess Medical Center. (2022). Should I Continue Having Mammograms? For Women Age 75 to 84 Years. Boston. Available at https://eprognosis.ucsf.edu/decision_aids/Mammography_75-84.pdf.
2. Cancer Care Ontario. Cancer Fact: My CancerIQ – cancer prevention goes digital in Ontario. February 2015. Available at <https://www.mycanceriq.ca/>.
3. Légaré F, Kearing S, Clay K, Gagnon S, D'Amours D, Rousseau M, O'Connor A. Are you SURE?: Assessing patient decisional conflict with a 4-item screening test. *Can Fam Physician*. 2010 Aug;56(8):e308-14. PMID: 20705870; PMCID: PMC2920798.