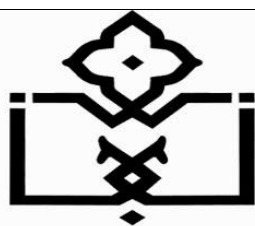


بیماری سینه فیبروکیستیک و سرطان اگر هر یک از علائم زیر را داشتید، بلافاصله با پزشکتان تماس بگیرید، چرا که ممکن است از نشانه‌های سرطان سینه باشند: • توده‌های جدید یا غیرعادی در سینه‌ها؛ • قرمزی یا چروک شدن پوست روی سینه‌ها؛ • ترشح از نوک سینه، به‌خصوص اگر روشن، قرمز یا خونی باشد؛ تورفتگی یا صاف شدن نوک سینه‌ها علائم بیماری سینه فیبروکیستیک چیست؟ اگر به بیماری سینه فیبروکیستیک مبتلا باشید، ممکن است علائم زیر را تجربه کنید • تورم؛ • حساس شدن سینه‌ها؛ • درد؛ • ضخیم شدن بافت؛ • وجود توده در یک یا هر دو سینه ممکن است تورم یا توده‌ها در یکی از سینه‌ها بیشتر از دیگری باشد. علائم شما احتمالاً درست قبل از پریدتان و به علت تغییرات هورمونی، شدیدتر خواهد شد اما ممکن است که در تمام ماه شاهد این علائم باشید	چه چیزی باعث بیماری سینه فیبروکیستیک می‌شود؟ بافت پستان شما، در واکنش به هورمون‌های تولیدشده توسط تخمدان‌ها، تغییر می‌کند. اگر سینه‌های فیبروکیستیک دارید، ممکن است در واکنش به این هورمون‌ها، تغییرات قابل‌توجهتری داشته باشید. این امر می‌تواند به ایجاد توده‌هایی متورم، حساس یا دردناک در سینه منجر شود. علائم این بیماری، درست قبل از پریود و در طول آن شایع‌تر هستند. ممکن است که علاوه بر توده‌هایی که توسط کیست‌ها یا تورم لوبول‌های سینه (غدد تولیدکننده شیر) ایجاد می‌شوند، به علت رشد بیش‌ازحد بافت فیبری، سفتی توده‌مانندی نیز در سینه‌هایتان احساس کنید. چه کسانی به بیماری سینه فیبروکیستیک یا کیست سینه دچار می‌شوند؟ هر زنی ممکن است به بیماری سینه فیبروکیستیک دچار شود، اما این بیماری اغلب در زنانی اتفاق می‌افتد که در سنین بین ۳۰ تا ۵۰ سالگی هستند. قرص‌های ضد بارداری می‌توانند علائم و نشانه‌ها را کاهش دهند و هورمون درمانی علائم و نشانه‌ها را افزایش می‌دهند علائم بعد از یائسگی می‌تواند برطرف یا کاهش یابد. 	بیماری سینه فیبروکیستیک یا کیست سینه چیست؟ بیماری سینه فیبروکیستیک، وضعیتی غیرسرطانی است که در آن، زن توده‌های دردناکی در سینه‌هایش دارد بیش از ۵۰ درصد از زنان، در برهه‌ای از زندگی‌شان به بیماری سینه فیبروکیستیک یا کیست سینه دچار خواهند شد از نشانه‌های سرطان سینه ممکن است که قرمزی روی سینه، صاف شدن یا تورفتگی نوک پستان‌ها باشند و برخی از ترشحات، بیماری سینه فیبروکیستیک که معمولاً سینه‌های فیبروکیستیک یا تغییر فیبروکیستیک نامیده می‌شود، نوعی بیماری خوش‌خیم و غیرسرطانی است که در آن سینه‌ها در هنگام لمس، توده‌ای و ناصاف به نظر می‌رسند. بیماری سینه فیبروکیستیک مضر یا خطرناک نیست، اما ممکن است که برای برخی از خانم‌ها آزاردهنده یا ناراحت‌کننده باشد. به گفته‌ی مایوکلینیک، بیش از نیمی از زنان، در برهه‌ای از زندگی خود به بیماری سینه فیبروکیستیک دچار خواهند شد. بسیاری از زنان مبتلا به سینه‌های فیبروکیستیک، هیچگونه علائم مرتبطی نخواهند داشت. گرچه داشتن سینه‌های فیبروکیستیک خطرناک نیست، اما می‌تواند تشخیص سرطان سینه را سخت‌تر کند
---	---	--



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات
بهداشتی درمانی استان زنجان

مرکز آموزشی درمانی الغدير ابهر

واحد آموزش بیمار

بیماری سینه فیبروکیستیک



شماره تلفن بیمارستان الغدير جهت پاسخگویی به
سوالات بیماران 02435368200 بخش

بیماری سینه فیبروکیستیک چگونه درمان می‌شود؟

اکثر زنان مبتلا به بیماری سینه فیبروکیستیک نیازی به درمان تهاجمی نیاز ندارند و معمولاً درمان خانگی برای کاهش درد و ناراحتی مربوط به این بیماری کافی است. معمولاً داروهای مسکن بدون نیاز به نسخه، مانند ایبوپروفن (ادویل) و استامینوفن (تیلنول)، می‌توانند هرگونه درد و ناراحتی را بطور موثری تسکین دهند. همچنین می‌توانید برای کاهش درد و حساسیت سینه‌ها، یک سوتین ساپورتیو (پشتیبان) کاملاً اندازه، بپوشید. قرار دادن کمپرس سرد یا گرم نیز در برخی از خانمها باعث کاهش درد و ناراحتی می‌شود. حوله‌ای را گرم کنید و روی سینه‌ی خود بگذارید یا مقداری یخ را در پارچه‌ای بریزید و روی سینه‌تان قرار دهید. هر دو روش را امتحان کنید تا ببینید که کدامیک برای شما مؤثرتر است.

منابع: آموزش های دوران باردای و امادگی برای
زایمان (ادراه سلامت مادران)
مقالات علمی

تهیه کننده : سمیه خان محمدی کارشناس مامایی

با تایید : دکتر نگین حاجی علی اکبری متخصص
زنان و زایمان
تدوین : واحد آموزش بیمار

توده‌های سینه فیبروکیستیک معمولاً در طول ماه تغییر سایز می‌دهند و عموماً متحرک هستند. اما گاهی اوقات، در صورتی که مقدار زیادی بافت فیبری وجود داشته باشد، این توده‌ها ممکن است در یک مکان، ثابت باشند. همچنین ممکن است که شما در زیر بازو اتان احساس درد کنید. برخی از زنان نیز شاهد ترشحات سبز یا قهوه‌ای تیره از نوک پستان‌شان خواهند بود. اگر مایعی شفاف، قرمز یا خونی از نوک پستان‌تان خارج شد، فوراً به پزشک مراجعه کنید، چون می‌تواند نشانه‌ی سرطان سینه باشد.

بیماری سینه فیبروکیستیک چگونه تشخیص داده می‌شود؟

پزشک شما می‌تواند با انجام معاینه‌ی سینه، بیماری سینه فیبروکیستیک را تشخیص دهد. همچنین ممکن است که برای بررسی دقیق‌تر تغییرات سینه‌ی شما، سونوگرافی، ماموگرافی یا MRI تجویز کند. دانشگاه جان هاپکینز، ماموگرافی دیجیتال را برای خانمهای مبتلا به سینه فیبروکیستیک توصیه می‌کند، چرا که این تکنولوژی می‌تواند تصاویر دقیق‌تری از سینه ارائه دهد. در برخی از موارد، سونوگرافی می‌تواند به تشخیص بافت نرمال پستان از ناهنجاری‌ها کمک کند. اگر پزشکتان درباره‌ی ظاهر کیست یا مورد دیگری در سینه‌تان نگران باشد، ممکن است که برای تشخیص سرطانی یا غیرسرطانی بودن آن از بیوپسی کمک بگیرد. این بیوپسی معمولاً به وسیله‌ی اسپیراسیون سوزنی ظریف انجام می‌شود. بیوپسی، نوعی روش جراحی است که در آن با استفاده از یک سوزن کوچک از مایع یا بافت مشکوک نمونه‌برداری می‌شود.