



ΓΡΑΦΕΙ Η ΝΑΤΑΣΣΑ ΠΑΖΑΪΤΗ,  
Ειδική Χειρουργός Μαστού

## Πυκνός μαστός μπορεί να κρύψει μία βλάβη

Απαντώντας στο ερώτημα αναγνώστριας του περιοδικού «Υγεία για Όλους»: **Η μαστογραφία μου γράφει ότι έχω πυκνό μαστό.**

**Τι σημαίνει αυτό και τι πρέπει να κάνω;**  
Θα απαντήσουμε στα υποερωτήματα: τι είναι πυκνός μαστός; Πως μπορώ να το γνωρίζω; Ποια η σημασία του και σε τι με βοηθά η μαστογραφία.

### ΤΙ ΣΗΜΑΙΝΕΙ ΠΥΚΝΟΣ ΜΑΣΤΟΣ;

Ο μαστός αποτελείται από τον αδενικό ιστό, ινώδη στοιχεία που ονομάζονται σύνδεσμοι, και από λίπος. Σε κάθε γυναίκα ο μαστός διαφέρει σε σύσταση και η αναλογία των παραπάνω στοιχείων καθορίζουν την πυκνότητά του. Όταν ένας μαστός έχει περισσότερο λίπος και λιγότερα ινώδη και αδενικά στοιχεία ονομάζεται λιποβριβής και στη μαστογραφία απεικονίζεται ως ακτινοδιαφανής. Όταν τα ινώδη και αδενικά στοιχεία είναι σε μεγαλύτερη αναλογία σε σχέση με το λίπος ο μαστός ονομάζεται πυκνός και στη μαστογραφία απεικονίζεται με πολλές λευκωπές σκιάσεις.

### ΠΩΣ ΜΠΟΡΩ ΝΑ ΓΝΩΡΙΖΩ ΕΑΝ ΕΧΩ ΠΥΚΝΟ ΜΑΣΤΟ;

Η σύσταση του μαστού και η αναλογία των στοιχείων που τον αποτελούν φαίνεται ξεκάθαρα σε μία μαστογραφία. Εάν προσέξετε στο τέλος της

γνωμάτευσης της μαστογραφίας υπάρχει ένας κωδικός που δηλώνει την πυκνότητα του μαστού και συνήθως καταγράφεται ως ACR. Το Αμερικάνικο Κολλέγιο Ακτινολόγων (American College of Radiology ACR) περιέγραψε τέσσερις κατηγορίες κατάταξης του μαστού (ACR-BIRADS) ανάλογα με την πυκνότητά του.

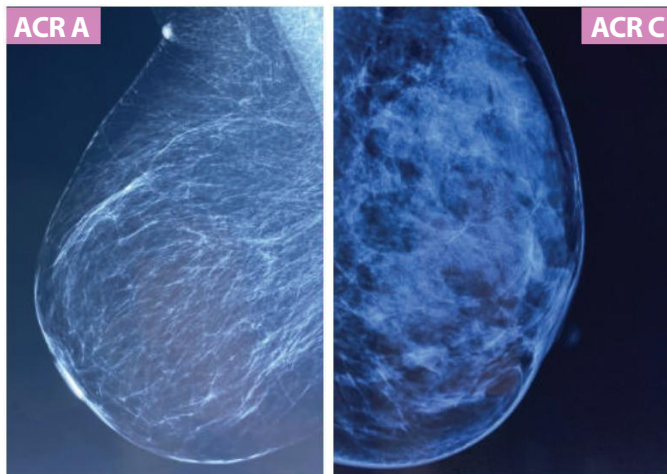
- **ACR A:** Λιποβριβής, ακτινοδιαφανής μαστός
- **ACR B:** Μικρής πυκνότητας μαστός. Λίγες περιοχές με διάσπαρτα ινοαδενικά στοιχεία και περισσότερο λιπώδη ιστό
- **ACR C:** Μεγάλης πυκνότητας μαστός. Το μεγαλύτερο μέρος του μαστού αποτελείται από ετερογενώς κατανομημένο ινώδη και αδενικό ιστό και λιγότερο λίπος
- **ACR D:** Εξαιρετικά πυκνός μαστός, δηλαδή τα ινώδη και αδενικά στοιχεία καταλαμβάνουν όλο το μαστό και στη μαστογραφία εμφανίζονται κυρίως λευκές περιοχές

### ΓΙΑΤΙ Η ΠΥΚΝΟΤΗΤΑ ΤΟΥ ΜΑΣΤΟΥ ΕΧΕΙ ΣΗΜΑΣΙΑ;

Ο λιπώδης ιστός στην μαστογραφία απεικονίζεται μαύρος. Τα αδενικά και ινώδη στοιχεία απεικονίζονται λευκά. Λευκές, όμως, απεικονίζονται και όλες οι αλλοιώσεις καθώς και οι όγκοι του μαστού. Επομένως, σε έναν λιποβριβή μαστό μία αλλοίωση διακρίνεται αμέσως και ο καρκίνος του

μαστού μπορεί να διαγνωστεί εύκολα. Όσο μεγαλύτερη πυκνότητα έχει ο μαστός τόσες περισσότερες λευκές περιοχές υπάρχουν που μπορεί να κρύψουν μία βλάβη καθιστώντας την διάγνωση του καρκίνου του μαστού δυσχερή.

Επιπλέον, ο πυκνός μαστός σχετίζεται με αυξημένο κίνδυνο εμφάνισης καρκίνου του μαστού. Η αύξηση του κινδύ-

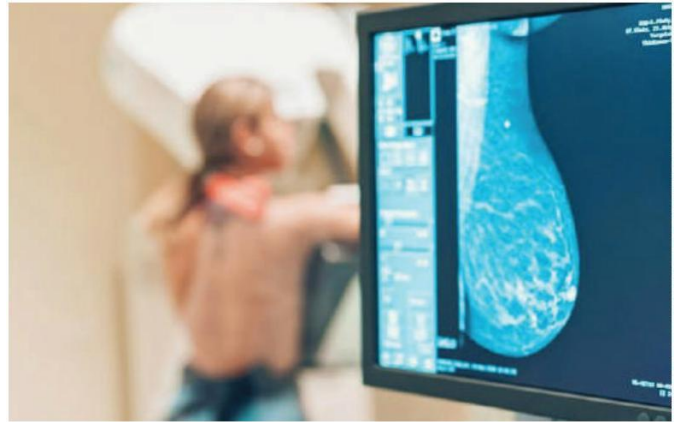


νου είναι στατιστικό μέγεθος και δεν έχει ακόμη διευκρινισθεί επιστημονικά ο λόγος που η αυξημένη πυκνότητα του μαστού συνδέεται με την αυξημένη πιθανότητα εμφάνισης καρκίνου του μαστού.

### ΕΑΝ ΕΧΩ ΠΥΚΝΟ ΜΑΣΤΟ ΕΧΕΙ ΟΦΕΛΟΣ Η ΜΑΣΤΟΓΡΑΦΙΑ;

Η μαστογραφία είναι η κορυφαία διαγνωστική μέθοδος

του πρώιμου καρκίνου του μαστού. Ακόμη και σε έναν πολύ πυκνό μαστό η παρουσία των συρρέουσων μικροσποπιτανώσεων που δηλώνουν την πιθανή έναρξη μιας κακοήθειας μπορεί να διαγνωστεί. Σήμερα μάλιστα με την Ψηφιακή Τομοσύνθεση, την πιο εξελιγμένη μαστογραφική απεικόνιση, δίνεται η δυνατότητα τρισδιάστατης απεικόνισης του μαστού αυξάνοντας έτσι τη διαγνωστική ακρίβεια. Όμως, ακόμα και η Τομοσύνθεση είναι απαραίτητο να συνοδεύεται από συμπληρωμα-



**Η Νατάσα Παζαϊτή** έχει τεράστια εμπειρία στην **διαγνωστική και επεμβατική χρήση υπερήχων μαστού** και είναι η **μοναδική στην Ελλάδα και από τις λίγες χειρουργούς στον κόσμο** που έλαβε πιστοποίηση για την χρησιμοποίηση υπερήχων μαστού από το **North Bristol NHS Trust-Southmead Hospital**.

Έχει παρακολουθήσει πληθώρα σεμιναρίων στην Αθήνα, το Μιλάνο και το Παρίσι και έχει εκπαιδευτεί στη **Λαπαροσκοπική Χειρουργική στο University of Dundee και στο European Institute of TeleSurgery στο Στρασβούργο**.

Διετέλεσε επιστημονικός συνεργάτης στη **Μονάδα Μαστού της Πανεπιστημιακής Χειρουργικής Κλινικής του Ιπποκράτειου Νοσοκομείου Αθηνών**, Υπεύθυνη του Κέντρου Μαστού στη **Γυναικολογική Κλινική Embio Medical Center**, Επιστημονική Υπεύθυνη της **Μονάδας Μαστού στη Βιοκλινική Αθηνών** και Διευθύντρια του Τμήματος Μαστού της **Αθηνναϊκής Κλινικής**. Σήμερα είναι Διευθύντρια της Κλινικής Χειρουργικής Ογκολογίας και Αποκατάστασης Μαστού στο **Metropolitan General**.

τικές εξετάσεις, δηλαδή τον υπέρηχο και την κλινική εξέταση μαστού από ειδικό μαστολόγο-χειρουργό μαστού. Αυτός θα εκτιμήσει ανάλογα με τα ευρήματα των εξετάσεων αλλά και το οικογενειακό ιστορικό της γυναίκας εάν χρειάζεται επιπλέον διαγνωστική προσέγγιση με Μαγνητική μαστογραφία.

Κάθε γυναίκα μπορεί και πρέπει να βασίσει την υγεία της στην πρόληψη. Οι σύγχρονες διαγνωστικές εξετά-

σεις δίνουν την δυνατότητα έγκαιρης και έγκυρης διάγνωσης του καρκίνου του μαστού ακόμα και σε έναν εξαιρετικά πυκνό μαστό. Η επικοινωνία όμως με τον ειδικό γιατρό είναι απαραίτητη γιατί αυτός θα καθορίσει τι εξετάσεις πρέπει να γίνουν -ή τι διαγνωστικό πρωτόκολλο πρέπει να ακολουθηθεί- προκειμένου να αποφύγουμε την υποδιάγνωση με ελλιπείς εξετάσεις ή την υπερδιάγνωση με άσκοπες και αναίτιες εξετάσεις.



**ΚΕΝΤΡΟ ΥΓΕΙΑΣ ΜΑΣΤΟΥ**  
**ΝΑΤΑΣΑ ΠΑΖΑΪΤΗ, MD, PhD, FEBS**  
 ΓΕΝΙΚΗ ΧΕΙΡΟΥΡΓΟΣ - ΕΙΔΙΚΗ ΧΕΙΡΟΥΡΓΟΣ ΜΑΣΤΟΥ  
 Ειδική στην Ογκολογική και Επαναρρωτική Χειρουργική του Μαστού  
 Λαπαροσκοπική και Ενδοσκοπική Χειρουργική

Λ. Κηφισίας 49, Αμπελόκηποι 115 23 Αθήνα,  
 Τηλ.: 210- 6910660 6973 000404, [www.natasapazaiti.gr](http://www.natasapazaiti.gr)

### Tips

- Πολλές γυναίκες θεωρούν τους μαστούς τους σημαντικούς για τη σεξουαλική τους ελκυστικότητα, ως σύμβολο της θηλυκότητας το οποίο είναι σημαντικό για την αυτοεικόνα τους. Από τη δεκαετία των 40, το στήθος μας υπόκειται σε αλλαγές, τις οποίες πρέπει να γνωρίζουμε, ώστε να μην πανικοβαλλόμαστε αλλά ούτε και να εφησυχάζουμε, όταν αυτές συμβαίνουν.
- Η μαστογραφία είναι μία ειδικού τύπου ακτινογραφία του στήθους. Διενεργείται από τους τεχνολόγους με τη χρήση ειδικού μηχανήματος, του μαστογράφου. Χρησιμοποιεί την ελάχιστη δυνατή ποσότητα ακτίνων Χ, ώστε η γυναίκα να επιβαρύνεται όσο το δυνατόν λιγότερο.
- Προς το παρόν είναι η μόνη απεικονιστική μέθοδος με αποδεδειγμένη συνδρομή στην ελάττωση της θνησιμότητας από καρκίνο του μαστού σε πληθυσμιακό επίπεδο (ηλικίες 40-74 έτη) και στη βελτίωση της ποιότητας ζωής επειδή με την πρώιμη ανίχνευση του καρκίνου επιτρέπει τη χρήση θεραπειών με λιγότερες παρενέργειες.
- Η προληπτική μαστογραφία δεν μειώνει τον κίνδυνο εμφάνισης καρκίνου του μαστού, αλλά με την πρώιμη διάγνωση αυξάνει το ποσοστό επιβίωσης από τη νόσο.
- Ο **ψηφιακός μαστογράφος** δίνει αποδεδειγμένα πολύ καλύτερη εικόνα στον γιατρό που διαβάζει τα αποτελέσματα της μαστογραφίας.
- Η **συστηματική αυτοεξέταση και ψηλάφηση στήθους** μπορεί να βελτιώσει το ποσοστό ανίχνευσης καρκίνου του μαστού. Μάλιστα, το 90% των περιπτώσεων γυναικών με καρκίνο του μαστού έχει ανακαλυφθεί από τις ίδιες. Κάθε γυναίκα πρέπει να εξετάζει τον εαυτό της μια φορά τον μήνα, από την ηλικία των 20 και μετά. Συνιστάται κάθε γυναίκα να πραγματοποιεί ψηλάφηση στήθους, ακόμη και μετά την εμμηνόπαυση ή και κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης. Προτιμήστε να κάνετε τον έλεγχο αυτό μια εβδομάδα μετά την περίοδο, όταν το στήθος σας δεν είναι ευαίσθητο ή πρησμένο.