21 век - век красоты. Современные женщины — это ухоженные, следящие за собой, стремящиеся выглядеть молодо, не отставая от модных тенденций, женщины. В любых обстоятельствах и ситуациях, вне зависимости от дохода и социального положения, будь то кассир или директор фирмы, современная женщина старается всегда выглядеть "с иголочки": макияж, маникюр, гардероб. И на все это у наших женщин хватает времени. В бешеном темпе современного мира даже, придя уставшая с работы, приготовив ужин, убрав дом, сбегав на дачу, она, современная женщина, найдет в себе силы и время записаться на маникюр, в парикмахерскую, на чистку лица, фитнес, пробежаться по магазинам и т. д.. И на следующее утро снова "блистать" на работе.

 И в этой погоне за "призрачной" красотой женщины часто забывают о своей настоящей красоте - **здоровье**. А ведь вся эта внешняя оболочка (макияж, маникюр, прическа) поблекнет, если упустить и потерять главное - здоровье. Наш организм нуждается в постоянной заботе и внимании. И если он их получает, то взамен дарит нам внешнюю красоту и привлекательность, так ценимые современным обществом.

Уделите внимание своему организму, и он ответит вам тем же. Начните свой день с осмотра своего тела: все ли в порядке, все ли так, как было вчера, нет ли чего-то нового, необычного, того, что заставило бы вас насторожиться.

 Давайте поговорим об органе, который, действительно, делает женщину женщиной, отличая от мужчин, и делая прекрасной - это молочная железа.

Молочная железа - парный орган, относящийся к железам внешней секреции. Состояние и строение молочных желез существенно меняются на разных этапах менструального цикла, беременности, в период кормления ребенка, во время старения. Изменения молочных желез, связанные с менструальным циклом, при нарушении выработки гормонов, в организме могут вести к развитию различных патологических процессов.

Существует большое количество разнообразных заболеваний молочной железы. К ним относятся заболевания, имеющие как доброкачественную природу (киста, липома, фиброаденома, мастопатия), так и заболевания, имеющие злокачественный характер. К злокачественным относится рак молочной железы, который бывает разных форм. Существует множество факторов, которые способствуют развитию рака.

К факторам риска относятся:

— неблагополучный семейный анамнез и генетические факторы —

носительство генов BRCA-1, BRCA-2;

— раннее начало менструаций (до 12 лет) и позднее наступление менопаузы (после 55 лет и старше), нерегулярная и поздняя половая жизнь;

— поздний возраст первых родов (старше 30 лет), бесплодие, аборты;

— очень короткий период или отсутствие кормления грудью;

— дефицит витамина D;

— прием алкоголя. Некоторые исследователи показывают, что даже дозированный прием спиртного увеличивает риск развития заболевания на 50 %;

— курение;

— возраст. Рак молочной железы редко, но встречается до 20 лет. Число случаев его значительно возрастает между 25 и 50 годами, после чего рост продолжается, но медленнее;

— механические травмы молочной железы;

— нарушение функции печени, щитовидной железы, яичников.

Если один из пунктов вас насторожил, вы заметили что-то подобное у себя, это не повод для паники. Это толчок для обращения к врачам-специалистам для скринингового обследования молочной железы. К нему относится маммография.

Маммография - скрининговый рентгенологический метод инструментальной диагностики заболеваний молочной железы.

Маммография рекомендована для всех женщин старше 50 лет в качестве профилактического метода обследования. Введение процедуры в практику позволило на 35% снизить смертность от рака молочной железы.

Доза облучения при стандартном рентгенологическом обследовании незначительна для нанесения вреда организму и практически не вызывает риска развития каких-либо осложнений.

Многие пациентки боятся проходить маммографию из-за рентгеновского облучения, хотя ради красоты согласны на многое, иногда даже совсем неполезное. Недешевые услуги, болезненные инъекции, применение химических веществ – это еще не весь перечень того, на что решаются представительницы прекрасного пола, чтобы быть на высоте. Некоторые женщины думают, что маммографию возможно заменить на УЗИ. Но эти методы только взаимно дополняют, но не заменяют друг друга. УЗИ показано женщинам до 35 лет, а после сорока лет маммография выступает на первое место.

Второй причиной отказа от маммографии является методика проведения процедуры с болезненным сжатием груди – это необходимая мера для получения качественных снимков, но обычно исследование дискомфортно только при маленькой груди, ее болезненности или при мастопатии.

Наше государство, заботясь о здоровье своих граждан, предоставляет уникальную возможность пройти данную процедуру бесплатно. Так что, если у Вас возникли малейшие сомнения в правильном функционировании Вашего организма, незамедлительно обратитесь к специалистам. Найдите время на настоящую красоту! Никто не знает Ваш организм лучше вас, и никто не позаботится о нем лучше, чем Вы!

Если человек сам следит за своим здоровьем, то трудно найти врача, который знал бы лучше полезное для его здоровья, чем он сам.

 Сократ