



UW Medicine



Скрининговые маммограммы

Визуальная диагностика рака груди

В этой брошюре разъясняется, что такое скрининговые маммограммы. В том числе - для чего они нужны, когда их следует делать и как подготовиться к этой проверке.

Что такое скрининговая маммограмма?

Маммограмма - это визуальное обследование на рак груди. Оно проводится при помощи рентгеновских лучей.

Существует 2 вида маммограмм:

- *Скрининговые маммограммы* предназначены для проверки на рак груди при отсутствии симптомов или жалоб.
- *Диагностические маммограммы* используются для выяснения причины симптома, например, опухоли в молочной железе.



Квалифицированный техник-женщина поможет вам принять нужную позу для диагностики груди.

Зачем делать скрининговую маммограмму?

Скрининговые маммограммы помогают обнаружить рак груди на ранней стадии до того, как вы или врач в состоянии почувствовать изменения в молочных железах на ощупь. То есть благодаря им мы обнаруживаем рак, когда он еще не развился и легче поддается лечению. Это может спасти женщине жизнь. Когда рак обнаруживают рано, шансы на излечение выше.

Когда делать скрининговую маммограмму?

Рекомендации по поводу скрининговых маммограмм публикует несколько организаций, в том числе Американское онкологическое общество (American Cancer Society, ACS), Американская рабочая группа профилактических услуг (United States Preventive Services Task Force, USPSTF) и Национальная комплексная онкологическая сеть (National Comprehensive Cancer Network, NCCN). Все эти организации рекомендуют разное время проверки. Однако все они считают, что раннее начало ежегодной маммографии в возрасте 40 лет спасает жизнь наибольшему количеству больных.



Отсканируйте этот QR-код с помощью камеры вашего телефона, чтобы получить цифровую копию данной памятки.

Именно поэтому ACS и NCCN пришли к выводу, что женщины со средним риском рака груди должны иметь возможность начать прохождение ежегодной скрининговой маммограммы в 40-летнем возрасте. Все вышеуказанные организации признают, что женщины могут принимать разные решения о времени и периодичности проверок.

- Иногда женщины решают начать скрининг-проверки не в 40 лет, а позже. Или проходить их реже - например, раз в два года.
- Женщинам с более высоким риском рака груди рекомендуется начать проходить проверку до достижения 40-летнего возраста.
- Скрининговые маммограммы могут быть противопоказаны женщинам, у которых имеются серьезные нарушения здоровья.

Проконсультируйтесь с врачом по поводу вашего риска рака груди, ваших ценностей и желаний. Вместе вы сможете сделать наилучший для вас выбор.

Подробнее о маммограммах

Рентгеновские снимки, которые делаются при маммограмме, используются для создания двухмерных (*обычных*) и трехмерных (*объемных*) изображений. Оба эти вида изображений помогают обнаружить рак груди.

- Для **двухмерных маммограмм** делается снимок каждой молочной железы в двух проекциях: спереди и сбоку.
- При **трехмерных маммограммах** делается множество снимков в одних и тех же двухмерных проекциях. В результате получается набор очень «тонких» изображений, называемых *срезами*.

Трехмерные маммограммы помогают рентгенологу яснее видеть нездоровые ткани. Это уменьшает необходимость последующих анализов ткани, которая может выглядеть нездоровой на двухмерных маммограммах. Поэтому в настоящее время University of Washington Medical Center (UWMC) и Fred Hutchinson Cancer Center используют в основном трехмерные маммограммы.

С июня 2018 года провайдеры медицинских услуг в штате Вашингтон обязаны покрывать расходы на трехмерные маммограммы на тех же условиях, что и на обычные.

Каков риск при прохождении маммограммы?

Для большинства женщин польза от маммограммы перевешивает риск. Однако, как и все анализы, маммограммы связаны с определенным риском:

- Маммограммы позволяют обнаружить большинство видов рака груди, но не все его виды. Если у вас имеются опасения по поводу состояния молочных желез, обсудите симптомы со своим врачом или специалистом по здоровью молочных желез. Это важно сделать, даже если вы недавно проходили маммограмму и она не показала никаких отклонений.

- Маммограмма может вызвать "ложную тревогу". То есть показать возможное отклонение, которое после дополнительных анализов не оказывается раковым заболеванием. Такие дополнительные анализы могут включать дальнейшую рентгеноскопию или взятие образца ткани (*биопсию*) для исследования в лаборатории. В центрах UWMC и Fred Hutch "ложная тревога" случается менее чем у 10% женщин (т.е. менее чем у 10 женщин из 100). Это более успешный показатель, чем средний по всем медицинским учреждениям США.

Безопасны ли маммограммы?

Когда вы проходите маммограмму, вы получаете малую дозу облучения. В повседневной жизни мы все получаем так называемое "фоновое" облучение из окружающей среды. Облучение, получаемое при маммограмме, примерно такое же, как получаемое любым жителем США из окружающей среды на протяжении 2 месяцев.

Эта малая доза облучения вполне безопасна и практически не может повредить вашему здоровью. Если у вас возникнут вопросы по поводу облучения, спросите *техника* (сотрудника, который делает снимки вашей груди) или врача в день обследования.

Как подготовиться к маммограмме?

В день обследования:

- **Не** наносите дезодорант, тальк или лосьон на подмышечные впадины и молочные железы. Это обеспечит наилучшее качество снимков.
- Принесите с собой все свои предыдущие маммограммы (если имеются). Это облегчит задачу врача (*рентгенолога*), который будет изучать ваши снимки.

Перед обследованием сообщите врачу или технику, если:

- У вас появились какие-либо новые проблемы с молочными железами;
- Вам делали операции на молочных железах, биопсию или импланты;
- Вы принимаете лекарства, содержащие гормоны или влияющие на уровень гормонов в организме;
- У вас или в вашей семье имели место случаи рака груди;
- Вы беременны или предположительно можете быть беременны.

Чего следует ожидать во время маммограммы?

Сначала квалифицированный техник-женщина поможет вам принять нужную позу. Молочные железы помещаются на специальную подставку и ненадолго прижимаются планкой. Сначала делаются снимки одной молочной железы, затем другой. Все обследование занимает около 15 минут.

- Вы почувствуете давление, когда молочная железа будет прижиматься планкой для каждой серии снимков; это нормально.

- Если вам станет больно, скажите об этом технику. Наши техники сделают все возможное, чтобы ваше обследование было максимально комфортным.

Кто интерпретирует результаты?

Ваши снимки будет изучать и интерпретировать специалист по визуальной диагностике молочных желез. Рентгенологи из UWMC и Fred Hutch, читающие маммограммы, сертифицированы Американским рентгенологическим советом и прошли дополнительное обучение по визуальной диагностике молочных желез. Наши рентгенологи превосходят национальные требования к качеству работы.

Как получить результаты?

Вы получите письмо с вашими результатами по почте в течение 7-10 рабочих дней. Кроме того, ваш провайдер медицинских услуг получит отчет и сможет ответить на ваши вопросы.

Если вы не получите письмо с результатами маммограммы в течение 10 дней, позвоните по телефону 206.606.7800.

Что, если в письме с результатами будет предложено пройти дополнительные обследования?

В письме вам может предлагаться пройти дополнительные маммограммы или УЗИ. В этом случае просим вас не беспокоиться. Это происходит достаточно часто. Это лишь означает, что рентгенологу необходимо тщательнее изучить те или иные участки ваших молочных желез. Бывает также, что некоторые снимки требуется сделать повторно, из-за технических проблем с первой маммограммой.

Важно, чтобы вы прошли это дополнительное обследование. Возможно при этом будут использоваться другие методы и аппараты для получения более четких снимков.

Вопросы?

Ваши вопросы важны. С вопросами или сомнениями обращайтесь к своему врачу или провайдеру медицинских услуг.

Для записи на маммограмму позвоните 206.606.7800.

Для записи на дополнительное обследование позвоните 206.606.7800.

UW Medicine



Fred Hutch
Cancer Center

Screening Mammograms

An imaging test to find breast cancer

This handout explains screening mammograms. It includes why they are used, when they should be done, and how to prepare for the test.

What is a screening mammogram?

A *mammogram* is an imaging test to find breast cancer. It uses X-rays to take images of the breasts.

There are 2 types of mammograms:

- *Screening* mammograms are used to find breast cancer in women who do not have breast symptoms or complaints.
- *Diagnostic* mammograms are used to look for the cause of a symptom, such as a lump in the breast.



A specially trained female technologist will help you get in the right position to take images of your breasts.

Why should I have a screening mammogram?

Screening mammograms help find breast cancers early, before you or your doctor can feel any changes in your breasts. This means we find the cancer when it is smaller and can be treated more easily. This can save a woman's life. When cancer is found early, the chance of cure is higher.

When should I get a screening mammogram?

Several groups have guidelines about screening mammograms, including the American Cancer Society (ACS), the United States Preventive Services Task Force (USPSTF), and the National Comprehensive Cancer Network (NCCN). Each of these groups suggests a different timeline for testing. All groups agree that starting yearly screening mammography at age 40 saves the most lives.

That's why both the ACS and the NCCN agree that women with an average risk for breast cancer should have the choice to start yearly screening mammograms at age 40. All of the groups recognize that each woman

might make a different decision about when and how often to have screening.

- Some women might choose to start screening later than age 40. They may also choose to have screening less often, such as every other year.
- Women with higher risk for breast cancer should start screening earlier than age 40.
- Screening mammograms may not be a good idea for women who have other serious health problems.

Please talk with your doctor about your breast cancer risk, your values, and your desires. Together, you can make the choice that is best for you.

More About Mammograms

X-rays taken during a mammogram are used to make 2D (*conventional*) and 3D (*tomosynthesis*) images. Both types of images help find breast cancer.

- For **2D mammograms**, an image of each breast is taken in 2 views: a top-to-bottom view and a side view.
- **3D mammograms** take many images in the same 2 views. This creates a stack of very thin images called *slices*.

3D mammograms help your radiologist see any unhealthy tissue more clearly. This may lessen the need for follow-up tests of tissue that may appear abnormal on 2D mammograms. That's why the University of Washington Medical Center (UWMC) and Fred Hutchinson Cancer Center now use 3D mammograms most of the time.

As of June 2018, health insurance providers in Washington state are required to cover tomosynthesis under the same terms and conditions as they cover screening mammography.

What are the risks of getting a mammogram?

For most women, the benefits of getting a mammogram outweigh the risks. But, like all tests, mammograms have some risks:

- Most breast cancers can be seen on mammograms, but some cannot. If you have breast concerns, talk with your doctor or breast health specialist about your symptoms. It is important to do this even if you just had a mammogram that did not show any problems.
- A mammogram can result in a "false alarm." A false alarm is when a mammogram shows a possible problem that turns out to not be cancer after more tests are done. These tests may include more imaging exams or having a small tissue sample (*biopsy*) taken for testing in the lab.

At UWMC and Fred Hutch, false alarms occur for less than 10% of women (fewer than 10 out of 100 women). This is better than the average rate for healthcare facilities in the U.S.

Are mammograms safe?

When you have a mammogram, you are exposed to a low level of radiation. In our daily lives, we are all exposed to the “background radiation” that is found in nature. The radiation you receive from a mammogram is about the same that someone living in the U.S. picks up from nature over a 2-month period.

This low dose of radiation is very safe and is not likely to harm your health. If you have any questions about radiation, please talk with your *technologist* (the person who takes the images of your breasts) or doctor on the day of your exam.

How do I prepare for a mammogram?

On the day of your exam:

- Do **not** put deodorant, talcum powder, or lotion under your arms or on your breasts. This will help ensure that your images are the best quality.
- Bring any past mammograms (if you have them) with you. These are helpful to the doctor (*radiologist*) who will look at your images.

Before your exam, tell your doctor or technologist if you:

- Have any new problems in your breasts
- Have a history of breast surgeries, biopsies, or implants
- Are taking medicine that contains hormones or affects the hormone levels in your body
- Have a family or personal history of breast cancer
- Are pregnant, or if there is any chance you might be pregnant

What should I expect during the mammogram?

First, a specially trained female technologist will help you get in the right position. Your breast will be placed on a special platform and briefly compressed with a paddle. Images are taken of one breast at a time. The entire exam takes about 15 minutes.

- It is normal to feel pressure on your breast when it is compressed by the paddle for each image.
- Tell the technologist if you feel pain. Our technologists will do all they can to make you as comfortable as possible.

Who interprets the results?

An expert trained in breast imaging will read and interpret your images. The UWMC and Fred Hutch radiologists who read mammograms are certified by the American Board of Radiology and have received extra training in breast imaging. Our radiologists exceed the national criteria for excellence.

How do I get the results?

You will receive a letter with your results in the mail in 7 to 10 working days. Your healthcare provider will also receive a report and can answer any questions you have.

If it has been 10 days since your mammogram and you have not received your results letter, please call 206.606.7800.

What if my results letter asks me to return for more tests?

Your letter may ask you to return for more mammogram images or for an ultrasound. Please do not worry if this happens. This is fairly common. It only means that the radiologist would like a better look at areas of your breast. Or, some images may need to be done again because of technical problems with your first mammogram.

It is important that you return for this extra imaging. We may use different methods and equipment to make sure we get very clear images.

To schedule extra imaging, please call 206.606.7800.

Questions?

Your questions are important. Call your doctor or healthcare provider if you have questions or concerns

To schedule a mammogram, call 206.606.7800.