

# KANCERI I GJIRIT

## **Çfarë është kanceri i gjirit**

Kanceri i gjirit është një sëmundje ku qelizat e gjirit rriten jashtë kontrollit. Kanceri i gjirit mund të fillojë në pjesë të ndryshme të gjirit dhe mund të përhapet jashtë tij nëpërmjet enëve të gjakut dhe enëve limfatike, pra duke dhënë metastaza. Të dy sekset, si gratë ashtu edhe burrat mund të preken nga kanceri i gjirit, edhe pse ky kancer është shumë më i zakonshëm te gratë.

Disa gra janë në rrezik më të lartë për kancerin e gjirit sesa disa të tjera për shkak të historisë së tyre mjekësore, personale, familjare, ose për shkak të ndryshimeve të caktuara gjenetike.

## **Sa i përhapur është kanceri i gjirit**

Bazuar në të dhënat e Agjencisë Ndërkombëtare mbi Kërkimet mbi Kancerin në Botë (GLOBOCAN), e cila përlllogarit një vlerësim të situatës reale në çdo vend të botës, kanceri i gjirit ka incidencën më të lartë ndër llojet e kancerit që prekin gratë kudo në botë. Pjesa më e madhe e vdekjeve nga kanceri i gjirit ndodh në vendet me të ardhura të ulëta e mesatare, ku shumica e grave me kancer gjiri diagnostikohen në faza të vonshme.

## **Cilat gra janë të rrezikura për kancerin e gjirit**

Kanceri i gjirit prek të gjitha gratë, por rreziku rritet me rritjen e moshës. Përgjithësisht preken moshat mbi 50 vjeç, por kanceri i gjirit mund të shfaqet edhe në moshë fare të reja. Studimet kanë treguar se rreziku për kancerin e gjirit është rezultat i një kombinimi faktorësh.

*Disa nga faktorët e rrezikut përfshijnë:*

- Moshë-rreziku rritet me rritjen e moshës; por nga kanceri i gjirit preken dhe moshat e reja
- Ndryshimet në disa gjene - deri 10% e kancereve të gjirit janë si rezultat i një defekti gjenetik. Gratë që kanë trashëguar këto ndryshime gjenetike janë në rrezik të lartë edhe për kancer të vezoreve.
- Fillimin e hershëm të menstruacioneve - femrat që u fillojnë menstruacionet para moshës 12 vjeç, janë të ekspozuara ndaj hormoneve për një periudhë më të gjatë kohore, duke rritur rrezikun për kancer gjiri.
- Fillimin e menopauzës pas moshës 55 vjeç - ashtu si fillimi i hershëm i menstruacioneve, edhe menopauza e vonshme rrit ekspozimin e femrës ndaj hormoneve për një periudhë më të gjatë kohore, duke rritur kështu rrezikun për kancerin e gjirit.
- Shtatzënitë në moshë të madhe ose moslindjen e fëmijëve.
- Mungesën e aktivitetit fizik.
- Të qenit mbipeshë apo obeze pas menopauzës.
- Indi i gjirit i ngjeshur/i dendur
- Historitë personale me kancer gjiri-femrat që kanë pasur kancer gjiri kanë më shumë gjasa për t'u prekur përsëri nga kanceri i gjirit.
- Historitë familjare me kancer gjiri - rreziku i një gruaje për kancer gjiri është më i lartë nëse ka patur nënën, motrën, vajzën (të afërm të shkallës së parë) me kancer gjiri.
- Alkoolpirjen dhe pirjen e duhanit

Nëse një grua ka faktorë rreziku për kancer gjiri, ajo duhet të flasë me mjekun lidhur me mënyrat që mund të ulin rrezikun, si dhe kontrollet që duhen bërë.

## **Cilat janë shenjat e kancerit në gji**

Njerëz të ndryshëm kanë shenja të ndryshme të kancerit të gjirit. Por, disa të tjerë nuk kanë shenja fare dhe mund ta konstatojnë kancerin e gjirit vetëm pas një mamografie rutinë.

Disa shenja që mund të jenë tregues të kancerit të gjirit janë:

- Një gjëndër apo një kokërr në gji ose nën sqetull. Shumë faktorë mund të shkaktojnë gjëndra në gjoks duke përfshirë edhe kancerin, por jo çdo gjëndër në gji është kancer.
- Trashje ose ënjtje e një pjese të gjirit.
- Ndryshime të lëkurës së gjirit-skuqje, plagë apo dëmtime të tjera të lëkurës së gjirit.
- Skuqje, çarje apo trashje e lëkurës përreth thithit të gjirit, gropëzim i thithit të gjirit.
- Rrjedhje nga gjiri përveç qumështit të gjirit, duke përfshirë edhe gjakun.
- Çdo ndryshim në madhësinë apo formën e gjirit.
- Dhimbje në gji.
- Fryrje apo ënjtje e krahut nga njëra anë-disa herë kanceri i gjirit mund të përhapet edhe në gjëndrat limfatike nën krah dhe të shkaktojë fryrje apo ënjtje të tij. Prandaj, gjëndrat limfatike të ënjtura duhen konsideruar një shenjë e mundshme e kancerit të gjirit.
- Çdo ndryshim tjetër i pazakontë në gji.

Ndryshimet në gji jo detyrimisht do të thonë se një femër ka kancer gjiri. Megjithatë, nëse një femër ka simptomat e mësipërme duhet të shkojë menjëherë te mjeku të kontrollohet.

## **Si zbulohet kanceri i gjirit**

Ekzistojnë disa mënyra kontrolli për gjirin si:

1. Vetëkontrolli mujor i gjirit
2. Ekzaminimi klinik i gjirit nga një personel shëndetësor
3. Mamografia
4. Eko e gjirit

### **1. Vetëkontrolli mujor i gjirit**

Vetëkontrolli mujor i gjirit është një veprim shumë i thjeshtë që çdo femër mund ta bëjë pa shumë mundim; me lëvizje rrotulluese me dorë kontrollohen me rradhë gjinjtë, deri në pjesën e sipërme të krahorit dhe sqetullat. Vetëkontrolli i gjirit rekomandohet të bëhet 1 herë në muaj që nga moshën 20 vjeç. Periudha më e përshtatshme është disa ditë mbas menstruacioneve. Mjaft raste të kancerit të gjirit janë zbuluar nga vetë gratë. Një femër duhet ta kthejë në zakon kontrollin mujor të gjirit.

### **2. Ekzaminimi klinik i gjirit**

Ekzaminim klinik i gjirit është një kontroll i gjirit i kryer nga një personel mjekësor i trajnuar, i cili mund të kapë kancerin në stadi të hershme. Ekzaminim klinik i gjirit rekomandohet të bëhet 1 herë në vit ose së paku çdo 2 vjet.

### 3. Mamografia

Mamografia kap kancerin e gjirit në faza shumë të hershme. Mamografia mund të kryhet në çdo kohë, por do të ishte më e përshtatshme që të zgjidhet momenti kur gjinjat nuk janë të fryrë apo të dhimbshëm si p.sh. 3-4 ditë mbas menstruacioneve. Nuk duhet ndonjë parapërgatitje e veçantë për të bërë mamografinë. Kur gratë shkojnë për mamografi, është mirë të veshin bluza me fund ose pantallon, në mënyrë që të lehtësojnë procedurat e ekzaminimit të gjirit.

Rezultati i mamografisë zakonisht merret mbas disa javësh. Për gratë që kanë kryer mamografi më parë, këshillohet të kenë filmat e tyre me vete për t'i lejuar mjekut të bëjë krahasimin.

Nëse mamografia është normale, duhet vazhduar bërja e saj sipas intervaleve kohore të rekomanduara. Kanceri i gjirit mund të shfaqet në çdo kohë, madje edhe nga një mamografi tek tjetra, prandaj mamografia duhet bërë në mënyrë të vazhdueshme dhe jo vetëm një herë.

Nëse mamografia është e parregullt nuk do të thotë gjithmonë se ka kancer. Për këtë duhet të bëhen teste shtesë dhe kontrolli nga një specialist i gjirit apo një kirurg. Kjo nuk do të thotë që ju keni kancer ose keni nevojë për kirurgji. Bisedoni me mjekun për të mësuar se cila metodë kontrolli është më e drejtë për ju, dhe kur duhet ta bëni atë.

### 4. EKO e gjirit

EKO rekomandohet për ato femra që kanë gji të dendur, kanë dëmtim që nuk interpretohet qartë me anë të mamografisë, kanë mbushje të gjirit me silikon dhe vetëm pak ind mund të përfshihet në mamografi, si dhe ato që nuk mund të ekspozohen ndaj rrezeve X (shtatzëna).

### Rekomandime mbi moshën, rrezikun dhe shpeshësinë e depistimit për kancerin e gjirit

1. Gratë që nuk kanë asnjë faktor rreziku, kanë një rrezik mesatar për të zhvilluar kancer gjiri. **A tyre u rekomandohet:**

*Nëse janë 20-40 vjeç*

- Ekzaminim klinik i gjirit te personeli mjekësor çdo tre vjet
- Vetëkontroll mujor i gjirit

*Nëse janë 40-50 vjeç*

- Ekzaminim klinik te personeli mjekësor çdo vit
- Vetëkontroll mujor i gjirit

*Nëse janë 50-70 vjeç.*

- Mamografi çdo 2 vjet
- Ekzaminim klinik te personeli mjekësor çdo vit
- Vetëkontroll mujor i gjirit

**2. Gratë që kanë disa faktorë rreziku** (si histori familjare apo personale, probleme beninje të gjirit, fillim të hershëm e mbarim të vonshëm të menstruacioneve, moslindje ose lindje mbi moshën 30 vjeç, obezitet, ind gjiri të ngjeshur dhe ekspozim ndaj rrezatimit terapeutik) kanë një rrezik më të lartë se mesatarja për kancer gjiri. Atyre **u rekomandohet:**

- Ekzaminim klinik i gjirit te personeli mjekësor çdo vit
- Konsultë me specialistin e gjirit
- Mamografi (dhe EKO nëse është e nevojshme) çdo vit nga mosha 40 vjeç
- Vetëkontroll mujor i gjirit

**3. Grave që kanë faktorë gjenetikë** (janë bartëse të difektit BRCA1 apo BRCA 2), kancer gjiri te një familjar mashkull, kancer gjiri dhe kancer vezoresh në të njëjtin person, në dy ose më shumë familjarë të ngushtë **u rekomandohet:**

- Ekzaminim klinik i gjirit çdo gjashtë muaj
- Mamografi dhe/ose rezonancë magnetike çdo vit nga mosha 25 vjeç
- Konsultë me specialistin e gjirit dhe specialistin gjenetik

### **Si trajtohet kanceri i gjirit**

Kanceri i gjirit është ndër llojet e kancerit pothuajse tërësisht i trajtueshëm. Kanceri i gjirit trajtohet në disa mënyra si: ndërhyrjet kirurgjike, kimioterapia, terapia hormonale, terapia me rrezatim. Mënyra e trajtimit varet nga lloji i kancerit të gjirit dhe se sa është i përhapur ai. Njerëzve me kancer të gjirit shpesh u duhet të marrin më shumë se një lloj të trajtimit. Fatmirësisht, pothuajse të gjitha mënyrat e trajtimit bashkëkohor ofrohen edhe në Shqipëri. Së fundi kanë hyrë edhe preparate të cilat rrisin jetëgjatësinë për pacientët në faza të avancuara. Trajtimet e reja vonojnë progresin e sëmundjes shumë më mirë se preparatet e deritanishme, duke ofruar një mundësi të re për pacientët.

### **Çfarë është kujdesi paliativ**

Kujdes paliativ është trajtimi gjithëpërfshirës për personat të cilët vuajnë nga sëmundje që janë kërcënuese për jetën (si kanceri i gjirit në këtë rast). Kujdesi paliativ trajton vuajtjen fizike nga sëmundja, si dhe çështjet që lidhen me të drejtën njerëzore për të patur një fund sa më cilësor të jetës në të gjitha aspektet si fizike, sociale, psikologjike e shpirtërore. Kujdesi paliativ nuk kufizohet vetëm në kujdesin ndaj të sëmurit por edhe në nevojat e familjarëve. Në Shqipëri ekzistojnë shërbime të kujdesit paliativ publik dhe jopublik që u shërbejnë të sëmurëve në shtëpi në faza të avancuara me kancer gjiri. Këto shërbime janë të pajisura me staf multidisciplinar të trajnuar për të ofruar shërbim cilësor.