

# Krūts vēža skrīnings

*jeb krūšu veselības regulāra pārbaude*

---

Latvijas galvenā speciāliste onkoloģijā  
Dr. habil. med. Dace Baltiņa

# No 50 līdz 69 gadu vecumam

## Kāpēc man piedāvā veikt krūts vēža skrīningu?

Latvijas Veselības ministrija un Nacionālais veselības dienests piedāvā veikt bezmaksas krūts vēža skrīningu jeb profilaktisku krūšu rentgenoloģisku pārbaudi (mamogrāfiju). Skrīnings ļauj atklāt krūts vēzi agrīnā stadijā, kad tas vēl ir tik mazs, ka to nevar sataustīt vai citādi sajūt. Izmeklējums nepasargā no saslimšanas ar krūts vēzi, tādēļ pārbaude jāveic regulāri ik pēc noteikta laika intervāla.

Latvijā krūts vēža mamogrāfijas skrīningu veic sievietēm no 50 līdz 69 gadu vecumam ik pēc diviem gadiem.

**Tā ir valsts apmaksāta pārbaude, par kuru nav jāmaksā pacienta iemaksa.**

Ja esat jaunāka vai vecāka par šo vecuma grupu un Jums ir bažas par krūšu veselību, noteikti jāvērsas pie sava ģimenes ārsta vai ginekologa.

## Kas ir krūts vēža skrīnings?

Mamogrāfija ir krūšu rentgenoloģiska izmeklēšana ar zemas intensitātes rentgenstarojumu, kas ļauj iegūt attēlu uz īpaši kontrastainas fotofilmas ar augstu izšķirtspēju. Skrīninga mamogrāfija ir krūšu rentgenoloģiska pārbaude sievietēm, kurām nav nekādu sūdzību vai simptomu, kas liecinātu par nopietnām pārmaiņām krūts audos.

Mamogrāfijas laikā kļūst pārskatāmi visi krūts audi - no krūšu galiņiem līdz krūškurvja sienai, kā arī paduses. Ar to mamogrāfija būtiski atšķiras no

ultrasonoskopijas, kas ir fragmentāra metode. Šobrīd krūšu rentgenoloģiskā izmeklēšana ir vienīgā metode, ar kuras palīdzību var atklāt audzēju agrīnās stadijās, kad tas vēl ir ļoti maza izmēra. Atšķirībā no dzemdes kakla un zarnu vēža skrīninga, kad būtībā tiek meklēta vēzdraudes patoloģija (displāzija, polips, adenoma), kuru izārstējot cilvēks ir pasargāts no ista vēža attīstības, krūts mamogrāfiskās izmeklēšanas laikā tiek meklēti ļoti mazi audzēji, kurus var veiksmīgi ārstēt.

## Kas ir krūts vēzis?

Krūts vēzis ir nekontrolēta dažāda izmēra piena vadu dziedzeršūnu augšana, kuras laikā veidojas patoloģiski mezgli vai audu sabiezējumi. Audzējam attīstoties, ļaundabīgās šūnas var izplatīties citās ķermeņa daļās. Latvijā jau gandrīz pusgadsimtu krūts vēzis ir visizplatītākais ļaundabīgais audzējs sievietēm. Katru gadu no jauna ar to saslimst vairāk nekā 1000 sievietes.

Taču krūts vēzis ir arī viena no vislabāk ārstējamām onkoloģiskām slimībām, īpaši agrīni atklātos gadījumos. Galvenie krūts vēža riska faktori ir dzimums (sievietes slimo tieši 100 reizu biežāk nekā vīrieši), vecums (Latvijā ar krūts vēzi vairumā gadījumu saslimst pēc 50 gadu vecuma) un iedzimtība (taču lielākajai daļai sieviešu, kurām konstatēts krūts vēzis, asinsradiniekiem šī slimība nav bijusi).



## Kur veikt krūts vēža skrīningu?

Reizi divos gados Nacionālais veselības dienests sievietēm vecumā no 50 līdz 69 gadiem uz deklarēto dzīvesvietu nosūta vēstuli ar aicinājumu veikt valsts apmaksātu krūts vēža skrīningu

Uzaicinājuma vēstulē ir norādītas iestādes, kurās var veikt šo izmeklējumu iespējami tuvāk dzīvesvietai, un tālruņa numurs **8000 1234**, uz kuru zvanīt, ja rodas kādi jautājumi. Papildu informāciju atradīsiet Nacionālā veselības dienesta mājaslapā

[www.vmnvd.gov.lv](http://www.vmnvd.gov.lv).

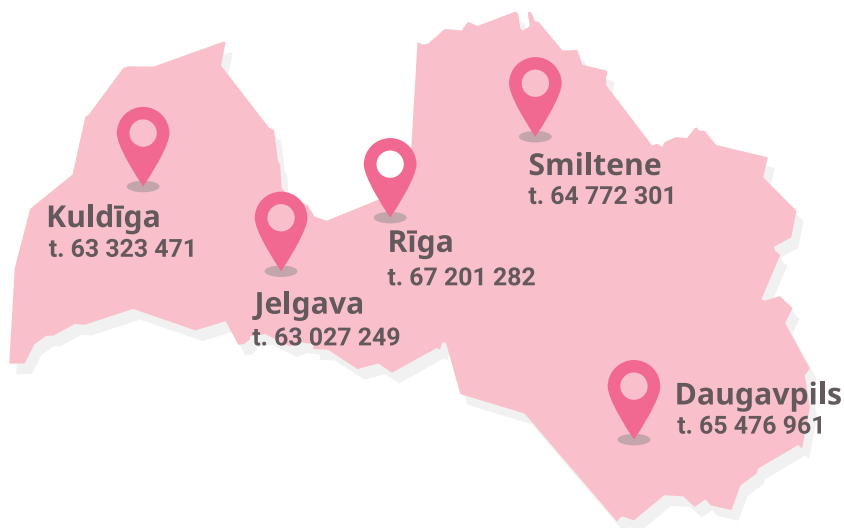
Tur sniegta arī informācija par iespēju veikt skrīninga mamogrāfiju tā saucamajā mobilajā mamogrāfijas busiņā (īpaši aprīkotā autobusā, kurā atrodas mamogrāfijas aparāts), kas Latvijā kursē pēc iepriekš izplānota grafika.

Jūs varat brīvi izvēlēties, kur veikt skrīninga mamogrāfiju, un tas nav obligāti jādara vēstulē norādītajās iestādēs. Piemēram, varat ielānot šo izmeklējumu veikt atvaļinājuma laikā, atrodoties kādā citā Latvijas vietā.

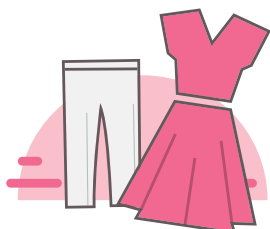
# Kā notiek skrīninga mamogrāfija?

Kad ieradīsieties krūts skrīninga veikšanas vietā, noteikti līdzi ņemiet uzaicinājuma vēstuli un personu apliecinošu dokumentu. Ja uzaicinājuma vēstule krūts profilaktiskās pārbaudes veikšanai ir bojāta vai nozaudēta, ir iespējams izgatavot tās kopiju. Uzaicinājuma vēstules un tās pielikumā

esošās skrīningtestēšanas kartes kopiju var saņemt, vēršoties sava ģimenes ārsta praksē, kur elektroniski ir pieejama informācija par praksē reģistrētajām pacientēm izsūtītajām uzaicinājuma vēstulēm. Vēstuli var atjaunot, arī vēršoties kādā no Nacionālā veselības dienesta teritoriālajām nodaļām:



Uzaicinājuma vēstulē ir norādīts Jūsu īpašais kods, ko ir ļoti svarīgi uzrādīt, veicot šo un, ja būs nepieciešams, arī turpmākos izmeklējumus. Kods kalpos par sava veida caurlaidi paātrinātai speciālista konsultācijai un izmeklējumu veikšanai. Jums lūgs atbildēt uz dažiem jautājumiem par Jūsu sūdzībām, pārslimotām slimībām, ļaundabīgiem audzējiem radinieku lokā un tamlīdzīgi.



Mamogrammas parasti veic radiologa asistentes (parasti tās ir sievietes). Jums būs līdz viduklim jāizģērbjas, tādēļ iesakām, nākot uz šo izmeklējumu, nevilkt kleitu, bet gan bikses vai svārkus.



Radiologa asistente Jūs aicinās nostāties pie mamogrāfijas aparāta un novietot vienu krūti uz īpašas plātnītes. Asistente palīdzēs Jums sakārtot krūti uz plātnītes tā, lai tā būtu iespējami vairāk izlīdzināta. Pēc tam radiologa asistente noregulēs otru plātnīti virs krūts, lai krūti saplacinātu. Ir aparāti, kuru plātnītes saspiež krūti, bet citkārt to dara asistente. Krūti iespiežot starp divām plātnītēm, tiek nodrošināts krūts nekustīgums un iegūts skaidrāks rentgenattēls. Pēc tam Jums palūgs uz īsu brīdi aizturēt elpu un nekustēties.



Parasti katrai krūtij veic divus rentgenuzņēmumus – vienu no augšas un vienu no sāniem. Kopējais apmeklējuma laiks ir mazāks par pusstundu, ieskaitot gērbšanos. Turklāt mamogrāfijas veikšanai nepieciešamas vien pāris minūtes.

### Lūdzu, informējiet radiologa asistenti šādos gadījumos:

- ja Jums ir krūšu implantanti. Parasti tas nav šķērslis skrīninga mamogrāfijas veikšanai, tomēr, lūdzu, informējiet par to radiologa asistenti, lai viņa atbilstīgi rīkotos;
- ja iepriekš veiktā mamogrāfija Jums radīja izteiktu diskomfortu. Iespējams, radiologa asistente šoreiz Jūsu krūti starp plātnītēm iespiedīs maigāk vai ieteiks procedūru veikt ar citu aparātu. Katrā ziņā šādas nepatīkamas sajūtas parasti pāriet un nav Jums bīstamas;
- ja Jums ir nesen veikta mamogrāfija. Noteikti informējiet speciālistu par nesen veiktu mamogrāfiju, jo krūšu skrīninga izmeklējumu ar mamogrāfijas metodi profilaktiskos nolūkos ir ieteicams veikt vienu reizi divos gados.

### Kāda ir sajūta mamogrāfijas laikā?

Sajūtas mamogrāfijas laikā ir tādas pašas kā veicot plaušu rentgenuzņēmumu. Krūts saspiešana starp plātnītēm daļai sieviešu var radīt nepatīkamu diskomfortu vai sāpes, taču tas nav bīstami un parasti šīs sajūtas ātri zūd.

# Krūts vēža skrīninga rezultāti

Saskaņā ar Latvijā noteikto kārtību pēc skrīninga mamogrāfijas rezultāta Jums jāierodas tajā iestādē, kur veikts izmeklējums. Jūs saņemsiet skrīninga mamogrāfijas atbildes veidlapu, kurā būs norādīts, vai kaut kas atrasts un kā Jums turpmāk rīkoties. Skrīninga mamogrāfijas atbilde reizē kalpos arī par nosūtījumu papildu izmeklējumiem, ja tādi būs nepieciešami. Atbilde parasti tiek saņemta divu nedēļu laikā pēc izmeklējuma veikšanas. Ja skrīninga mamogrāfija veikta mobilajā mamogrāfijas busiņā, pēc izmeklējuma atbildes jānododas uz norādīto adresi, ko saņemsiet izmeklējuma dienā. Pastāv arī iespēja, ka mamogrāfijas atbildi, iepriekš vienojoties ar iestādi, kur veikts izmeklējums, varat saņemt savā e-pastā.

Lielākajai daļai sieviešu šie rezultāti ir normas robežās. Aptuveni 96 no katrām 100 pārbaudītajām sievietēm mamogrāfijas rezultāti neliecina par vēzi. Latvijā mamogrāfijas rezultātus pieņemts šifrēt ar lielo burtu "R" un ciparu. Tas ir tikai īpašs veids, kā vienoti apzīmēt radioloģisko ainu.

Burts un cipars nekādā gadījumā nenozīmē, ka Jums ir vēzis. Jāuzsver, ka mamogrāfiski iespējams vienīgi konstatēt aizdomas par ļaundabīga procesa iespējamību, savukārt vēža diagnozi pierāda, veicot šūnu (pēc punkcijas) vai audu parauga (pēc biopsijas) mikroskopisku izmeklēšanu.



## **R1 nozīmē, ka Jūsu krūšu rentgenoloģiskais attēls atbilst normai.**

Abas krūtis ir simetriskas, nav veidojumu, audu arhitektūras pārmaiņu, deformāciju vai aizdomīgu mikrokalcinātu. Ļaundabīgas pārmaiņas nav atrastas. Ja Jums nav nekādu sūdzību vai šaubīgu veidojumu, gaidiet nākamo uzaicinājuma vēstuli pēc diviem gadiem un tad ierodieties uz kārtējo skrīninga mamogrāfiju.



## **R2 norāda uz pārliecinošām labdabīgām rentgenoloģiskām pārmaiņām.**

Nav pazīmju, kas norādītu uz ļaundabīgu audzēju. Ja Jums nav nekādu sūdzību vai šaubīgu veidojumu, gaidiet nākamo uzaicinājuma vēstuli pēc diviem gadiem un tad ierodieties uz kārtējo skrīninga mamogrāfiju.



## **R3 norāda uz potenciāli labdabīgu atradi.**

Nepieciešama īslaicīga novērošana un papildu izmeklēšana (ultrasonoskopija, mamogrāfija) pusgada laikā. Ļaundabīga audzēja iespējamība ir ļoti nīcīga. Visticamāk, krūtis konstatētas labdabīgas pārmaiņas vai arī tajās ir daudz rentgenoloģiski blīvu veselu audu, kas apgrūtina novērtēšanu.

Dažām sievietēm ir jāveic vēl citi papildu izmeklējumi. Biežākais iemesls tam ir vai nu rentgenoloģiski blīvi audi, kas apgrūtina to novērtēšanu, vai arī audu summācijas efekts, kad, krūti saspiežot starp plātnītēm, tas noticis nevienmērīgi. Šādos gadījumos radiologs, kurš veicis sākotnējo izmeklējumu, novērtēs, vai Jums nepieciešama atkārtota mamogrāfija (mazliet atšķirīga no iepriekšējās, piemēram,

citā leņķī vai ar papildu kompresiju) vai ultrasonogrāfija, it īpaši, ja šādas atrades iemesls ir rentgenoloģiski blīvi krūts audi (piemēram, Jums vēl joprojām ir menstruācijas, Jūs lietojat hormonu tabletes cikla regulēšanai vai menopauzes simptomu mazināšanai). Parasti šie papildu izmeklējumi veicami pusgada laikā.

Krūti veido dažāda blīvuma audi. Sievietēm menopauzē krūtīs dominē taukaudi, kas rentgenoloģiski izskatās melni vai tumši pelēki. Blīvāki audi parasti ir gaišāki. Audzēji vairumā gadījumu ir balti un uz vienmērīgi pelēcīga vai melna fona ir viegli pamanāmi. Tiesi tādēļ mamogrāfija ir izvēlēta par krūts vēža skrīninga metodi. Taču daļai sieviešu, kas vecākas par 50 gadiem, nav iestājusies menopauze. Vienām turpinās menstruācijas, citas lieto hormonu tabletes, lai mazinātu mokošās klimaksa izpausmes. Šādos gadījumos krūtīs it kā mākslīgi tiek uzturētas jaunākas un ir rentgenoloģiski blīvākas, ar reprodūktīvam vecumam tipiskām pārmaiņām (cistas, fibradenomas, blīvu dziedzerādu sakopojumi).

Skrīninga mamogrāfijā konstatētas aizdomīgas pārmaiņas. Par laimi, ne katras aizdomas par ļaundabīgu audzēju apstiprinās, tādēļ noteikti veicami papildu izmeklējumi. Vispārliciecināka no metodēm ir biopsija, kuras laikā ar speciālu instrumentu no aizdomīgā apvidus redzes kontrolē (parasti – ultrasonoskopijas laikā) izknieb nelielu audu gabaliņu un pārbauda zem mikroskopa. Ja vēža šūnas neatrod, tad audzēja diagnoze neapstiprinās un Jūs gaidāt nākamo uzaicinājumu.



**R4 norāda uz aizdomām (25–50%) par ļaundabīgām pārmaiņām,** tādēļ noteikti veicama aizdomīgā veidojuma punkcija vai biopsija.

Ar skrīninga mamogrāfijas atbildi dodieties uz vienu no atbildes veidlapā norādītajām iestādēm (Rīgas Austrumu klīniskās universitātes slimnīcas Latvijas Onkoloģijas centru, P. Stradiņa Klīnisko universitātes slimnīcu, Piejūras slimnīcu Liepājā vai Daugavpils reģionālo slimnīcu), lai veiktu pēckrīninga izmeklējumu. Pierakstoties uz izmeklējumu, obligāti jāinformē, ka izmeklējums nepieciešams pēc skrīninga pārbaudes, tad Jums šis pakalpojums tiks nodrošināts paātrinātā kārtā.



**R5 norāda uz pārmaiņām, kas rentgenoloģiski ļoti atgādina**

**ļaundabīgu audzēju.** Vēža iespējamība ir ļoti liela (75–99%), tādēļ noteikti veicama aizdomīgā veidojuma punkcija vai biopsija. Rīcība tāda pati kā R4 gadījumā.

# Uzaicinājuma vēstule ir derīga līdz pat nākamajam uzaicinājumam

## Vai man ir obligāti jāatsaucas uzaicinājumam?

Iet vai neiet uz izmeklējumu, protams, ir Jūsu brīva izvēle. Pēc tam Jūs varat just atvieglojumu, ka vēža Jums nav, vai arī apzināties, ka atklātās pārmaiņas ir izārstējamas un var pasargāt Jūs no slimības ielaišanas.

Latvijā katru gadu krūts vēzi skrīninga mamogrāfijas laikā atrod sievietēm, kurām nebija ne mazāko aizdomu par ļaundabīgu audzēju. Nebijis šī izmeklējuma, visticamāk, ārstu redzeslokā viņas nonāktu pēc gada vai diviem, kad audzējs jau būtu izplatījies

un būtu mazākas cerības izārstēties.

Jūs varat arī nogaidīt, jo uzaicinājuma vēstule ir derīga līdz pat nākamajam uzaicinājumam, tātad divus gadus pēc kārtas. Taču pieredze rāda, ja sieviete neizmanto šo uzaicinājumu 2-3 mēnešu laikā kopš vēstules saņemšanas, iespēja, ka viņa aizies veikt skrīninga mamogrāfiju, sarūk. Uzaicinājuma vēstule parasti ar laiku aizmirstas un pazūd, kas vēl vairāk mazina motivāciju izmeklēt krūts veselību.

## Kāds man būs labums no skrīninga apmeklējuma?

**Gūsiet pārliecību par savu krūšu veselību.** Skrīninga mamogrāfija nesamazina risku saslimt ar krūts vēzi, tomēr ļauj pārliecināties, ka procedūras veikšanas brīdī aizdomīgi veidojumi nav atrasti un Jūs esat vesela tajā nozīmē, ka krūts vēža Jums, visticamāk, nav.

**Skrīninga mamogrāfijā krūts vēzi iespējams atklāt 2-4 gadus pirms sūdzību parādīšanās.** Pat ja Jums nav nekādu sūdzību un ne pati, ne Jūsu ginekologs vai ģimenes ārsts krūtīs neko nav sataustījis, rentgenoloģiskā izmeklēšana var atklāt audzēju.

**Skrīninga mamogrāfijā atklātie audzēji parasti ir nelieli un agrinās stadijās.** Krūts vēzis šobrīd ir viens no labāk ārstējamiem audzējiem, īpaši, ja tas atklāts agrīni. Jo mazāks ir audzējs, jo lielāka iespējamība, ka ārsts piedāvās veikt krūti saglabājošu operāciju, kuras laikā jāizņem tikai slimie audi.

**Skrīninga mamogrāfijas regulārs apmeklējums mudinās Jūs vērigāk izturēties pret savu veselību.** Novērots, ka sievietes, kuras regulāri apmeklē skrīninga mamogrāfiju, tikpat regulāri veic arī citas veselības pārbaudes un apzinīgāk seko ārsta norādēm.



## Kādas var būt neērtības saistībā ar skrīninga apmeklējumu?

**Izmeklējuma veikšanai jāatvēr papildu laiks un līdzekļi (piemēram, transportam).** Nokļūšana līdz skrīninga mamogrāfijas veikšanas vietai un atpakaļ no tās var prasīt papildu izdevumus, taču tie būs tikai reizi divos gados un noteikti atsvērs iegūto rezultātu.

**Procedūra var būt sāpīga vai radīt diskomfortu.** Jā, nenoliedzami, dažām sievietēm krūts saspiešana var radīt nepatīkamas sajūtas. Taču ļoti daudzām sievietēm reproduktīvā vecumā novēro ciklisku krūšu sāpīgumu un piebriedumu arī bez ārējas iedarbības. Krūšu saspiešana mamogrāfijas laikā paredzama vienu reizi divos gados, turklāt ļoti daudzām sievietēm atkārtota mamogrāfija vairs šādas sūdzības nerada.

**Izmeklējums var radīt lieku uztraukumu,** īpaši sievietēm, kurām sākotnēji it kā atrod pārmaiņus krūts audos, kuros, papildus izmeklējot, ļaundabīgu audzēju neatklāj.

**Krūts vēzi var nepamanīt.** Šāda iespējamība, lai arī ļoti reti, tomēr pastāv, un biežākais iemesls ir rentgenoloģiski neviendabīgi blīvi audi, kas mazu audzēju apgrūtina ieraudzīt. Tādēļ ļoti svarīgi ir veikt papildu izmeklējumus, ja tādi ir nozīmēti.



## Vai divu gadu intervāls ir pietiekams?

Šāds intervāls izvēlēts, balstoties uz citu valstu pieredzi un daudzu gadu novērojumiem. Ļoti retos gadījumos audzējs var attīstīties starp diviem secīgiem skrīninga izmeklējumiem. Tad tos sauc par intervālaudzējiem, un tie parasti ir agresīvi un ātri augoši.

## Kas notiks, ja es kādu skrīninga reizi izlaidīšu?

Jūs palielināsiet varbūtību, ka audzēju atklās novēloti. Skrīnings sniedz iespēju to atklāt laikus.



## Kādi ir krūts vēža simptomi?

Regulāra krūšu izmeklēšana – gan taustot un apskatot pašai, gan šo izmeklējumu veicot ārstam – ļaus ātrāk pamanīt pārmaiņas. Krūts vēža izpausmes dažādām sievietēm var atšķirties, un ne katra no minētajām pazīmēm noteikti liecina par vēzi. Svarīgi ir nenobīties un neatstāt bez ievēribas minētos simptomus

un sūdzības. Var gadīties, ka Jūs tos pamanīsiet laikā starp mamogrāfijas skrīninga izmeklējumiem. Labāk lieku reizi pārbaudīties, nevis gaidīt un mierināt sevi ar domu, ka gan jau pāries vai ka tas jau nav nopietni.

## Tipiskākie krūts vēža simptomi un sūdzības:

- sataustāms agrāk nebijis veidojums vai sabiezējums;
- krūtsgala pārmaiņas (mitrošanās, zvīņošanās, apsārtums, ievilkums, sabiezējums);
- izdalījumi no krūtsgala – īpaši jāuzmanās sievietēm menopauzē, kad nekādiem izdalījumiem no krūtsgala nevajadzētu būt, ja vien sieviete nesaņem hormonu aizstājošus medikamentus (estrogēnus vai kombinētus medikamentus). Reproductīvā vecumā noteikti aizejiet pie ārsta, ja izdalījumi ir asiņaini, ūdeņaini vai krūti sataustāmi arī kādi veidojumi;
- krūts šķietami palielinājies, ir audu pacēlumi vai ievilkumi, krūts deformācija, apsārtums, sabiezējums un āda, sāniski paspiežot, atgādina citrona miziņu ar vairākām sīkām bedrītēm;
- sāpes krūtī. Lai gan plaši izplatīts mīts, ka krūts vēzis ir nesāpīgs, nereti tieši sāpes (izkļiedētas pa visu krūti vai noteiktā apvidū) var būt pirmais simptoms, ko nevajadzētu ignorēt;
- sāpes un diskomforta sajūta padusē (it kā piedzīta vai ar svešķermeņa sajūtu);
- taustāms veidojums padusē.

**Svarīgi!** Krūts vēzis var attīstīties arī bez redzamiem un jūtamajiem simptomiem, tāpēc ir īpaši nozīmīgi veikt skrīninga izmeklējumu, kas ļauj atklāt slimību agrīnajās stadijās, kad sievietei var vēl nebūt sūdzību.

## Vai krūts skrīnings var izglābt man dzīvību?

Krūts vēža skrīnings nepasargās Jūs no vēža attīstības, taču, ja to veiksiet regulāri, tas palīdzēs atklāt slimību laikus, kad pastāv ļoti lielas izredzes pilnīgi izārstēties.

## Ko darīt, ja esmu jaunāka vai vecāka par skrīninga mērķa grupas sievietēm?

Ja esat norūpējies par savu krūšu veselību, dodieties pie sava ģimenes ārsta. Vispirms ārsts Jūsu krūtis apskatīs un iztaustīs, pēc tam pajautās, vai jūsu ģimenē asinsradiniekiem ir bijis krūts vai olnīcu vēzis, un tikai tad pēc iegūtajiem rezultātiem lems par krūšu papildu izmeklējumiem. Sievietēm, kuras neatbilst skrīninga grupai, krūtis pie ārsta vajadzētu pārbaudīt reizi gadā, sākot no 30 gadu vecuma.

Ja ārsts izvērtēs mamogrāfijas nepieciešamību un izsniegs nosūtījumu, izmeklējumu varēs veikt, maksājot tikai pacienta iemaksu.



Veselības ministrija



Nacionālais veselības dienests

Bez maksas informatīvais tālrunis

**8000 1234**

Nacionālais veselības dienests

Cēsu iela 31 k-3, 6. ieeja, Rīga, LV-1012

E-pasts: [nvd@vmnvd.gov.lv](mailto:nvd@vmnvd.gov.lv)

Mājaslapa: [www.vmnvd.gov.lv](http://www.vmnvd.gov.lv)