



DENSITATEA SÂNULUI

Un ghid cu
întrebări și
răspunsuri



Cuprins

Ce reprezintă sânii cu țesut mamar dens?

Pagina 3

Cum știe o femeie că are sânii cu țesut mamar dens?

Pagina 3

Cât de frecvente sunt cazurile de sânii denși?

Pagina 4

Ce factori influențează densitatea sânelor?

Pagina 5

Oferă indicii autopalparea cu privire la sânii denși?

Pagina 6

Densitatea țesutului mamar influențează riscul de a dezvolta cancer de sân?

Pagina 6

Materialul de față reprezintă traducerea și adaptarea autorizată a broșurii „Dense Breast. Q&A Guide” elaborate de către National Breast Cancer Foundation (Statele Unite ale Americii).

Densitatea sânilor este un subiect despre care au auzit multe femei, dar despre care poate nu știu ce înseamnă sau în ce mod afectează sănătatea sânilor per ansamblu.

Ce reprezintă sânii cu țesut mamar dens?

Fiecare sân prezintă o structură diferită de țesut mamar sau proporții variate de țesut adipos și țesut fibroglandular. În linii mari, țesutul mamar poate fi caracterizat fie non-dens (mai mult țesut adipos), fie dens (mai puțin țesut adipos, mai mult fibroglandular). Așadar, un sân cu țesut mamar dens echivalează cu o prezență mai mare a țesutului fibroglandular, care se evidențiază cu alb într-o mamografie.

Cum știe o femeie că are sânii cu țesut mamar dens?

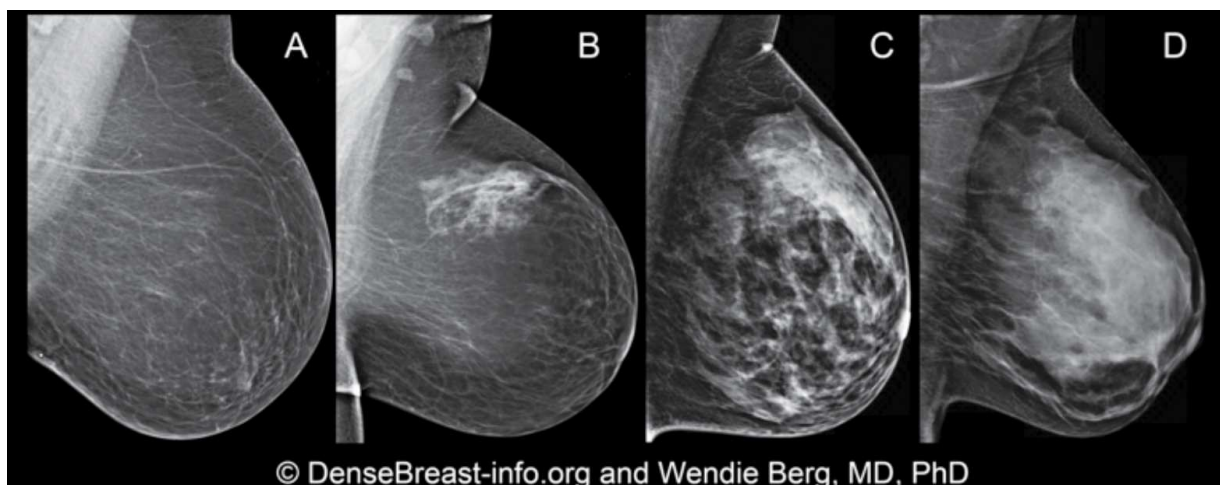
Cea mai bună modalitate de a descoperi dacă sânul are un țesut mamar dens o reprezintă mamografia. Radiologul va analiza procentul de țesut adipos și va determina nivelul densității țesutului mamar.

Într-o mamografie, țesutul adipos prezintă un aspect de culoare închisă, întunecată, în timp ce țesutul fibroglandular are un aspect alb. Țesutul mamar dens nu este transparent, precum țesutul adipos, de aceea de multe ori este mai dificil de analizat de către medic.

Densitatea țesutului mamar se identifică prin utilizarea sistemului de raportare și de date pentru imagistica mamară (BI-RADS).

Nivelul densității este adesea notat în raportul mamografic prin litere de la a la d:

- a: **Aproape în întregime țesut adipos** – aproximativ 10% dintre femei.
- b: **Țesut fibroglandular redus** (prezintă țesut fibroglandular, dar sub 50% din sân; predomină țesutul gras, non-dens) – aproximativ 40% dintre femei.
- c: **Țesut fibroglandular bine reprezentat** (prezintă țesut fibroglandular în proporție de peste 75% din sân) – aproximativ 40% dintre femei.
- d: **Sâni extrem de denși** (90% țesut fibroglandular) – aproximativ 10% dintre femei.



În cazul femeilor ai căror sâni au țesutul mamar dens (c și d), acuratețea mamografiei este mai redusă decât în cazurile notate cu a și b. Pentru îmbunătățirea preciziei, specialiștii recomandă investigații imagistice suplimentare.

Pentru o mai bună înțelegere a sănătății sânilor tăi, păstrează copii ale rapoartelor de investigații imagistice efectuate, precum și ale tuturor documentelor medicale

Cât de frecvente sunt cazurile de sâni denși?

Conform datelor Institutului Național de Cancer al SUA (National Cancer Institute), în mamografiile a aproape jumătate dintre femeile cu vârste peste 40 de ani s-a evidențiat țesut mamar dens.

Structura sânelui se schimbă în timp, din cauza hormonilor. Înainte de a avea copii sau înainte de menopauză, multe dintre femei au sâni denși. După naștere sau după intrarea în menopauză, sânii tind să devină mai „grași”. Densitatea țesutului mamar poate varia în timp chiar de la dens, la normal până la non-dens. Este important să urmărești și să te interesezi constant despre densitatea sânelui, deoarece rezultatele imagistice de acum 10-20 de ani ar putea să nu mai fie valabile/actuale în prezent.

Pe măsură ce corpul tău se schimbă, fă o prioritate din sănătatea sânilor tăi.

Ce factori influențează densitatea sânilor?

Fiecare persoană are propriul profil genetic și predispoziția fie spre un țesut mamar dens, fie spre unul mai adipos. În multe cazuri, țesutul este dens în tinerețe și devine adipos odată cu înaintarea în vârstă și cu schimbările hormonale.

Alți factori:

- **Genetici.** S-a demonstrat că densitatea țesutului mamar este transmisă genetic sau influențată de factori genetici. Femeile ar trebui să fie proactive în ceea ce privește sănătatea și să cunoască bine istoricul familial.
- **Indicele de masă corporală redus.** Pierderea în greutate poate duce la creșterea procentului de țesut mamar dens în raport cu țesutul adipos din sân. Cercetările în acest domeniu sunt încă în derulare.
- **Terapia hormonală.** Factori externi, cum este terapia hormonală, pot provoca fie menținerea, fie creșterea densității țesutului mamar. De aceea, femeile care urmează terapii hormonale trebuie să fie foarte riguroase în privința respectării calendarului mamografiilor.

Împărtășește informații și discută subiectul densității sânilor cu persoanele de sex feminin din familie și anturaj.

Oferă indicii autopalparea cu privire la sânii denși?

Doar o mamografie poate indica dacă o femeie are sânii cu țesut mamar dens. Uneori, în cazul unui țesut mamar dens, sânul se poate simți cu noduli sau foarte tare, ceea ce îngreunează depistarea prin palparea a unei tumori.

De aceea, se recomandă autopalparea în poziții diferite (la duș, în poziție verticală și întinsă pe spate), pentru a evalua corespunzător orice zonă/ semn/ cauză de îngrijorare. Orice semn (în special orice mic nodul sau zonă indurată/mai fermă comparativ cu restul sânului) ar trebui supus atenției unui medic specialist, având în vedere că imagistica ne poate oferi detalii suplimentare cu privire la problema recent identificată.

Vă familiarizați cu propriul corp examinându-vă sânii o dată pe lună, în special după vârsta de 40 de ani, astfel încât să puteți sesiza orice modificare.

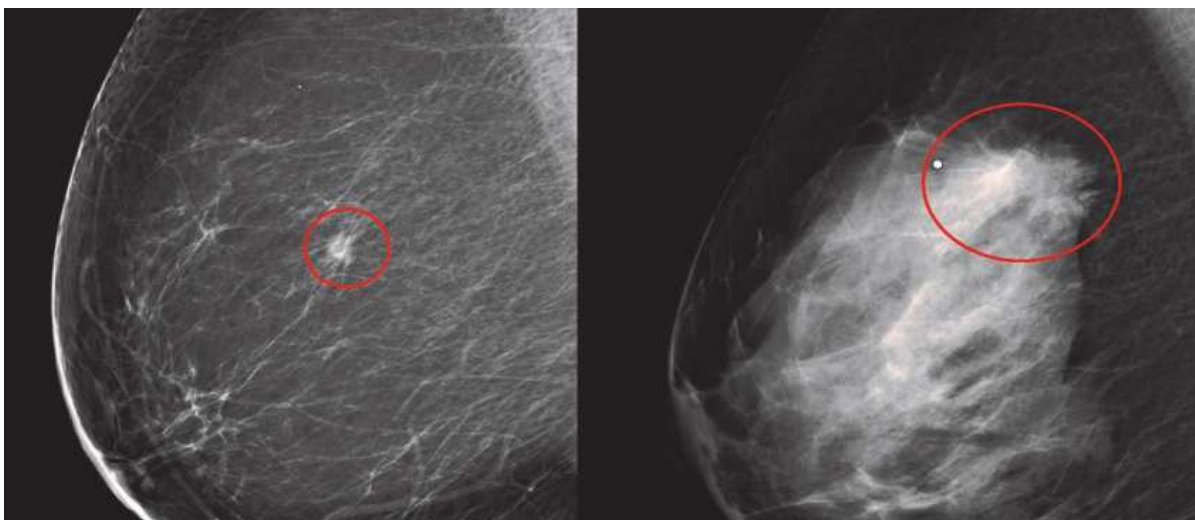
Densitatea țesutului mamar crește riscul de a dezvolta cancer de sân?

Densitatea sânilor influențează riscul de cancer mamar în două moduri:

- poate avea un efect de mascare, îngreunând detectarea cancerului în baza unei mamografii
- este un factor de risc independent pentru cancerul de sân

Densitatea sânului se referă la cantitatea de țesut fibroglandular (evidențiat alb în mamografie), raportat la elementele de țesut adipos (care se prezintă întunecat pe mamografie). Cu cât sunt mai multe zone albe pe mamografie, cu atât sunt mai mari șansele ca țesutul dens să obstrucționeze detectarea cancerului mamar, întrucât și modificările anormale ale sânului și cancerul se prezintă tot cu alb pe mamografie.

Densitatea în sine este, de asemenea, un factor de risc independent pentru cancerul de sân. Cu alte cuvinte, femeile cu sânii denși au un risc mai mare de a dezvolta cancer mamar, iar riscul crește odată cu nivelul densității țesutului.



Comparație între o tumoră mică într-un țesut mamar adipos (stânga) și o tumoră într-un sân cu țesut fibroglandular dens (dreapta). Mai multe detalii pe DenseBreast-info.org.

De reținut: Chiar dacă există posibilitatea ca densitatea țesutului să afecteze interpretarea mamografiei, aceasta este recomandată tuturor femeilor cu vârsta de peste 40 de ani, indiferent de densitatea țesutului și riscul de a dezvolta cancer mamar. Depistarea precoce, cu ajutorul imagisticii, poate reduce rata mortalității în cancerul mamar. Femeile cu țesut mamar dens s-ar putea să nu primească cele mai concludente rezultate (doar) în urma unei mamografii, de aceea ar trebui completat prin investigații imagistice suplimentare.

**Cazul fiecărei paciente și circumstanțele sunt diferite.
Femeile cu sâni denși ar trebui să colaboreze cu medicul
pentru a stabili un plan de screening adecvat.
Mamografiile anuale sunt recomandate tuturor femeilor
cu vârsta de peste 40 de ani.**

SURSE

- <https://www.nationalbreastcancer.org/resources/dense-breasts-guide/>
- <https://www.mayoclinic.org/tests-procedures/mammogram/in-depth/dense-breast-tissue/art20123968>
- <https://www.cancer.gov/types/breast/breast-changes/dense-breasts>
- <https://densebreast-info.org/>