



# Faktorët e rrezikut dhe zbulimi i hershëm i kancerit të gjirit

Pyetjet dhe përgjigjet më të nevojshme

Një informacion i Ligës kundër Kancerit



# PËRMBAJTJA

<b>Rreziqet e kancerit të gjirit</b>	<b>3</b>
<b>Zbulimi i hershëm</b>	<b>7</b>
<b>Çfarë mund të bëni vetë?</b>	<b>12</b>
<b>Adresa të dobishme</b>	<b>17</b>
<b>Informacione të tjera</b>	<b>22</b>

# RREZIQET E KANCERIT TË GJIRIT

## Sa shpesh shfaqet kanceri i gjirit?

Kanceri i gjirit është për femrat sëmundja më e shpeshtë kancerogjene. Në Zvicër sëmuren rreth 5900 femra në vit për herë të parë nga kanceri i gjirit, kjo do të thotë më shumë se 16 të prekura në vit.

## A sëmuren edhe meshkujt nga kanceri i gjirit?

Po. Sipas statistikave, në Zvicër sëmuren rreth 40 meshkuj në vit nga kanceri i gjirit.

## A mund të preken edhe femrat e reja nga kanceri i gjirit?

Shumica e femrave, që sëmuren nga kanceri i gjirit, i kanë kaluar tashmë vitet e menopauzës. Por mund të preken edhe femra të reja. Një në pesë femra të sëmura me këtë diagnozë është nën moshën 50 vjeç.

## Sa femra me kancer në gji e mundin sëmundjen?

Në Zvicër mbi 80% e femrave të sëmura jetojnë 5 vjet mbas diagnostikimit. Nëse kanceri i gjirit zbulohet në fazë të hershme, shanset e një trajtimi të suksesshëm janë në përgjithësi më të larta.

## Cilët faktorë rritin rrezikshmërinë për t'u prekur nga kanceri i gjirit?

Faktorët më të rrezikshëm të kancerit të gjirit tek femrat janë:

- Moshë – me rritjen e moshës rritet dhe rrezikshmëria e sëmundjes.
- Familjarët (nëna, motra, vajza), që janë sëmurë nga kanceri i gjirit.
- Predispozita e trashëguar ndaj kancerit të gjirit – tek rreth 5 deri 10 për qind e të gjitha grave me kancer në gji, shkaktarët e sëmundjes gjenden në predispozitën e trashëguar (p.sh. tek gjeni BRCA).

- Terapia me rrezatim në zonën e gjirit (p.sh. në rastin e trajtimit të një limfome).
- Terapia shumëvjeçare me kombinim hormonal (estrogjen dhe progjesteron) për trajtimin e problemeve të menopauzës.
- Preparatet mjekësore me bazë hormonale («pilulat») kundër shtatëzani së padëshiruar, të marra nga i sëmuri aktualisht apo në 10 vitet e fundit.
- Mbipesha mbas menopauzës.
- Konsumimi i alkoolit.

## Cilat janë shenjat dalluese, që një femër mund të ketë kancer në gjiri?

Disa femra të prekura në fillim dallojnë një gjendër pa dhimbje ose forcim të gjirit. Gjiri dhe/ose thitha e gjirit kanë ndryshuar ngjyrën, formën dhe madhësinë. Sekretioni i lëngshëm nga thitha e gjirit është shenjë treguese e kancerit të gjirit. Rrallëherë i gjithë gjiri është i tendosur apo ka dhimbje – këto shenja janë të ndryshme nga tendosja apo dhimbjet e zakonshme gjatë menstruacioneve. Por këto simptoma mund të kenë edhe shkaqe të tjera.

Nëse një femër vë re ndryshime, ajo duhet t'i sqarojë me mjeken/mjekun e saj përkatës.

## **A mund të ketë një femër kancer në gji, edhe kur nuk ndjen asnjë shqetësim?**

Kanceri i gjirit në shumicën e rasteve nuk shkakton asnjë shqetësim në fazën e tij fillestare. Fazat e tij të hershme mund të zbulohen nëpërmjet mamografisë.

## **A ka ilaçe mjekësore, të cilët ulin rrezikshmërinë për t'u prekur nga kanceri i gjirit?**

Ka ilaçe mjekësore, të cilët ulin rrezikun e sëmundjes së kancerit të gjirit. Por për shkak të efekteve të tyre anësore, ato u jepen vetëm femrave me rrezikshmëri vërtetë të lartë: femrave që kanë patur një herë kancer në gji, për të ulur rrezikun e rikthimit, dhe femrave me rrezikshmëri shumë të lartë për shkak të trashëgimisë.

# ZBULIMI I HERSHËM

## Përse bëhet zbulimi i hershëm i kancerit të gjirit?

Me anë të kontrolleve për evidentimin e hershëm, kanceri i gjirit mund të zbulohet kur është ende i vogël dhe nuk ka lëshuar metastaza. Në rastin e zbulimit të hershëm të kancerit të gjirit shanset për të mbijetuar tek femrat e prekura janë në përgjithësi më të larta dhe trajtimi është më i lehtë dhe më i përballueshëm për pacientin.

## Cilët janë kontrollet e gjirit?

Tek femrat mbi moshën 50 vjeç kontrolli më i zakonshëm është mamografia. Nëse është e nevojshme bëhen edhe kontrolle me ekografi, nëse rezultatet e mamografisë janë të paqarta, ose nëse indet e gjëndrës janë shumë të dendur. Kontrollet me imazhe apo tomografi të rezonancës magnetike (MRI, MRT) bëhen në rastin e rezultateve të paqarta të diagnostikimit ose tek femrat në moshë të re me rrezikshmëri të lartë të kancerit të gjirit. Të gjitha femrave të çdo moshe u këshillohet të kontrollohen tek

mjekja/mjeku përkatës në rast se vënë re ndryshime të pazakonshme të gjirit.

## **Çfarë është mamografia?**

Mamografia është një kontroll i gjirit me rreze rëntgen. Me anën e mamografisë zbulohen ndryshimet a shkaktuara nga sëmundja në gji. Tek femrat mbi moshën 50 vjeç mamografia është metoda më e rëndësishme për zbulimin e hershëm të kancerit të gjirit.

## **A janë të dëmshme rrezet e mamografisë?**

Rrezet rëntgen mund të jenë të dëmshme. Por sasia e rrezeve të mamografisë është shumë e vogël. Dobia e zbulimit të hershëm të kancerit të gjirit është sipas specialistëve shumë më e madhe se sa rreziku i dëmtimit nga rrezet.

## **Çfarë do të thotë screening i mamografisë?**

Screening i mamografive bëhet në kuadër të një programi, i cili përmbush kërkesa të qarta të cilësisë. Kantonet, të cilat kanë vënë në zbatim programin për zbulimin e hershëm të kancerit të gjirit, ftojnë të gjitha femrat mbi



moshën 50 vjeç të bëjnë kontrollin me mamografi një herë në 2 vjet.

## **Në cilat kantone zbatohet programi i zbulimit të hershëm të kancerit të gjirit?**

Aktualisht kantonet Bazel qytet, Bernë, Friburg, Gjenevë, Graubunden, Jura, Nëshatel, St. Gallen, Tiçino, Turgau, Vod dhe Valis zbatojnë programin, në kuadër të të cilit femrat mbi moshën 50 vjeç ftohen një herë në 2 vjet të bëjnë mamografi për zbulimin e hershëm të kancerit të gjirit. Kantonet e tjera deri tani nuk e kanë këtë program. Megjithatë kantone të ndryshme janë në zhvillim të proceseve politike (gjendja e fundit: qershor 2017).

## **Kush e paguan mamografinë për zbulimin e hershëm të kancerit të gjirit?**

Mamografia për zbulimin e hershëm të kancerit të gjirit është shërbim që mbulohet nga siguracioni shëndetësor bazë vetëm kur ky kontroll është pjesë e programit për zbulimin e hershëm të kancerit të gjirit ose në rastin e rrezikshmërisë së lartë familjare për t'u prekur nga

kanceri i gjirit. Në kantonet pa këtë program mamografia bëhet mbas konsultimit me mjekun apo mjekun përkatës.

## **Cilat janë dobitë që mund të sjellë zbulimi i hershëm i kancerit të gjirit?**

Studimet shkencore tregojnë se programi i mamografisë sipas standarteve cilësore të kontrolluara mund të parandalojë rastet vdekjeprurëse të kancerit të gjirit. Në rastet e zbulimit të hershëm të kancerit të gjirit trajtimi mjekësor është në të shumtën e rasteve më i lehtë dhe më i përballueshëm për pacientin.

## **Cilat janë pasojat e padëshirueshme të zbulimit të hershëm?**

Si në çdo kontroll edhe në rastin e mamografisë mund të çohet në rezultate të gabuara. Pra mund të ndodhë që disa femrave u duhet të bëjnë edhe kontrole të tjera për të konstatuar se këto kontrole nuk ishin të nevojshme.

Me anën e mamografisë mund të zbulohen tumorë, të cilët ndoshta nuk do t'u shkaktonin asnjëherë shqetësime femrave (ky rast quhet

«mbidiagnozë»). Fatkeqësisht sot nuk është mundur të parashikohet se cilët lloje tumoresh mbeten të parrezikshëm për organizmin e njeriut. Nga ana tjetër mund të ndodhë që të zbulohet një tumor i llojit malinj, i cili mbetet i pashërueshëm.

### **Rekomandime të Ligës së Kancerit**

Liga Zvicerane kundër Kancerit rekomandon dhe mbështet programet sreening të mamografisë, të cilat zbatohen sipas standarteve cilësore evropiane. Për këtë Liga Zvicerane kundër Kancerit mban të njëjtin qëndrim si Organizata Botërore e Shëndetësisë.

Bordi Mjekësor Zviceran (Swiss Medical Board), një komision zviceran, i cili vlerëson shërbimet mjekësore, në raportin e tij të publikuar në shkurt 2014, ka arritur në konkluzionin, se programet aktuale të mamografisë duhet të kenë afat kohor dhe se nuk duhet të iniciohen programe të reja. Meqënëse raporti nuk përmban të dhëna të reja dhe për këtë ka mangësi në përmbajtje, Liga Zvicerane kundër Kancerit nuk ka asnjë arsye për të ndryshuar qëndrimin e saj ndaj screening të mamografisë.

# ÇFARË MUND TË BËNI VETË?

**Kanceri i gjirit mund të prekë çdo femër. Por çdo femër mund të kontribuojë që të ulë sa më shumë rrezikun e sëmundjes nga kanceri i gjirit, dhe në rastin e sëmundjes ta zbulojë mundësisht sa më shpejt të jetë e mundur.**

## **Informim dhe këshillim**

Këshillohuni me mjeken apo mjekun tuaj, në rast se i përkisni këtij grupi të femrave me rrezikshmëri të lartë ndaj kancerit të gjirit:

- familjarë të tjerë me kancer në gji (nëna, motra, vajza)
- Predispozita e trashëguar ndaj kancerit të gjirit dhe/ose kancerit në vezore
- sëmundje vdekjeprurëse në vezore

## Zbulimi i hershëm i kancerit të gjirit

Shumë kantone (shih faqe 9) kanë në program të ftojnë një herë në dy vjet të gjitha femrat mbi moshën 50 vjeç të bëjnë mamogarfi pothuajse falas për zbulimin e hershëm të kancerit të gjirit. Pjesëmarrja nuk është e detyrueshme.

Vini në peshore dobitë dhe rreziqet personale, përpara se të vendosni pro apo kundër screening të mamografisë. Nëse kantoni juaj nuk e përmban këtë program, bisedoni me mjeken apo mjekun tuaj temën e zbulimit të hershëm të kancerit të gjirit.

## Preparatet mjekësore me bazë hormonale

Marrja e disa preparateve të caktuara me bazë hormonale mund të rrisë rrezikshmërinë e sëmundjes me kancer në gji.

- Para se të vendosni për marrjen e preparateve me bazë hormonale për mbrojtjen nga

shtatëzania e padëshiruar ose për trajtimin e menopauzës, sqarohuni në fillim saktësisht me mjekun tuaj mbi të mirat dhe rreziqet e tyre. Ndoshta mund të ketë alternativa më të përshtatëshme për ju.

- Nëse merrni një preparat me bazë hormonale, bëni rregullisht kontrolle mjekësore në distanca kohore periodike.

## Dhënia gji

Studimet tregojnë se tek femrat të cilat kanë dhënë gji për një kohë të gjatë ulet lehtë rreziku ndaj kancerit të gjirit.

## Vetëkontrollimi i gjirit

Vetëkontrollimi i gjirit është një metodë e thjeshtë për të dalluar ndryshimet në gji.

Por ai nuk e zëvendëson kontrollin mjekësor apo mamografinë për zbulimin e hershëm të kancerit në gji. Studimet mbi vetëkontrollimin e rregullt nuk kanë treguar se mund të ulin

numrin e rasteve vdekjeprurëse nga kanceri në gji. Megjithatë nuk përjashtohet fakti se në raste individuale një femër mund të përfitojë nga vetëkontrollimi i rregullt i gjirit.

## Vajtja tek mjeku në rast shqetësimesh

Nëse vini re këto ndryshime të pazakonshme në gjirin tuaj, shkoni sa më shpejt të jetë e mundur të sqaroheni me mjeken ose mjekun tuaj:

- Nyje ose forcim të gjirit ose nën sqetull
- Ndryshime në madhësinë, formën dhe ngjyrën e gjirit
- Ndryshime të lëkurës, për shembull skuqje ose tkurrje të lëkurës
- Tkurrje e thithave ose sekrecione të gjakshme nga thithat e gjirit
- Dhimbje ose tendosje që dallohen ndryshe nga menstruacionet

## Të jetosh shëndetshëm

Kujdesuni të keni një stil jetese sa më të shëndetshëm të jetë e mundur. Kështu ulni rrezikun e sëmundjeve të ndryshme.

- Mënjanoni mbipeshën
- Lëvizni mjaftueshëm
- Konsumoni alkool vetëm në sasi të vogël dhe jo çdo ditë
- Hani ushqim të balancuar dhe të larmishëm, me shumë fruta dhe perime
- Mos pini duhan



# ADRESA TË DOBISHME

- Linja telefonike** Nr. tel. 0800 11 88 11,  
konsultim konfidencial  
falas mbi kancerin
- Adresa e e-mailit** helpline@krebsliga.ch,  
shërbim konsultimi online
- Forumi në internet** www.krebsforum.ch,  
forum në internet i Ligës  
kundër Kancerit
- Cancerline** www.krebsliga.ch/  
cancerline, chat për  
fëmijë, adoleshentë dhe  
të rritur në lidhje me  
temën e kancerit.

## **Mbështetje dhe konsultim – Liga kundër Kancerit në rajonin tuaj**

### **Krebsliga Aargau**

Tel. 062 834 75 75

[www.krebsliga-aargau.ch](http://www.krebsliga-aargau.ch)

### **Krebsliga beider Basel**

Tel. 061 319 99 88

[www.klbb.ch](http://www.klbb.ch)

### **Bernische Krebsliga**

**Ligue bernoise  
contre le cancer**

Tel. 031 313 24 24

[www.bernische-krebsliga.ch](http://www.bernische-krebsliga.ch)

**Ligue fribourgeoise  
contre le cancer**

**Krebsliga Freiburg**

tél. 026 426 02 90

[www.liguecancer-fr.ch](http://www.liguecancer-fr.ch)

**Ligue genevoise  
contre le cancer**

tél. 022 322 13 33

[www.lgc.ch](http://www.lgc.ch)

### **Krebsliga Graubünden**

Tel. 081 252 50 90

[www.krebsliga-gr.ch](http://www.krebsliga-gr.ch)

**Ligue jurassienne  
contre le cancer**

tél. 032 422 20 30

[www.liguecancer-ju.ch](http://www.liguecancer-ju.ch)

**Ligue neuchâteloise  
contre le cancer**

tél. 032 886 85 90

[www.liguecancer-ne.ch](http://www.liguecancer-ne.ch)

### **Krebsliga Ostschweiz**

SG, AR, AI, GL

Tel. 071 242 70 00

[www.krebsliga-ostschweiz.ch](http://www.krebsliga-ostschweiz.ch)

### **Krebsliga Schaffhausen**

Tel. 052 741 45 45

[www.krebsliga-sh.ch](http://www.krebsliga-sh.ch)

### **Krebsliga Solothurn**

Tel. 032 628 68 10

[www.krebsliga-so.ch](http://www.krebsliga-so.ch)

### **Thurgauische Krebsliga**

Tel. 071 626 70 00

[www.tgkl.ch](http://www.tgkl.ch)

### **Lega ticinese contro il cancro**

Tel. 091 820 64 20

[www.legacancro-ti.ch](http://www.legacancro-ti.ch)

### **Ligue vaudoise contre le cancer**

tél. 021 623 11 11

[www.lvc.ch](http://www.lvc.ch)

### **Ligue valaisanne contre le cancer (Sion)**

tél. 027 322 99 74

[www.lvcc.ch](http://www.lvcc.ch)

### **Krebsliga Wallis (Brig)**

Tel. 027 604 35 41

[www.krebsliga-wallis.ch](http://www.krebsliga-wallis.ch)

### **Krebsliga Zentralschweiz**

LU, OW, NW, SZ, UR

Tel. 041 210 25 50

[www.krebsliga.info](http://www.krebsliga.info)

### **Krebsliga Zug**

Tel. 041 720 20 45

[www.krebsliga-zug.ch](http://www.krebsliga-zug.ch)

### **Krebsliga Zürich**

Tel. 044 388 55 00

[www.krebsligazuerich.ch](http://www.krebsligazuerich.ch)

### **Krebshilfe Liechtenstein**

Tel. 00423 233 18 45

[www.krebshilfe.li](http://www.krebshilfe.li)

## Organizata të tjera

### **Brustoperierte Frauen** (Zentralschweiz)

Kontakt: Krebsliga Zentralschweiz

Tel. 041 210 25 50, [info@krebsliga.info](mailto:info@krebsliga.info)

### **«Vivre comme avant»**

Association d'aide aux femmes atteintes  
d'un cancer du sein

tél. 032 435 60 75

[doudou.ljc@bluewin.ch](mailto:doudou.ljc@bluewin.ch), [www.vivre-comme-avant.ch](http://www.vivre-comme-avant.ch)

### **Marrainage Cancer du Sein**

permanence 7/7, 365 jours

Genève: tél. 078 622 37 44

[marrainage@savoirpatient.ch](mailto:marrainage@savoirpatient.ch), [www.savoirpatient.ch](http://www.savoirpatient.ch)

Valais: tél. 079 840 16 66

[marrainageVS@savoirpatient.ch](mailto:marrainageVS@savoirpatient.ch), [www.savoirpatient.ch](http://www.savoirpatient.ch)

Vaud: tél. 021 623 11 30, [marraines.cancerdusein@gmail.com](mailto:marraines.cancerdusein@gmail.com)

[www.marrainescancerdusein.ch](http://www.marrainescancerdusein.ch)

### **Gruppo «Sostegno pazienti EOC»**

Centro di Senologia EOC, tel. 079 605 12 60

[sostegno.senologia@gmail.com](mailto:sostegno.senologia@gmail.com)

### **English Speaking Cancer Association (ESCA)**

Office: Tel. 022 791 63 05

Helpline (outside of office hours): Tel. 022 723 22 31

[info@cancersupport.ch](mailto:info@cancersupport.ch), [www.cancersupport.ch](http://www.cancersupport.ch)

### **English Speaking Cancer Support Group in Basel**

cancersupportbasel@gmail.com

www.cancersupportbasel.wordpress.com

### **Europa Donna Schweiz**

3000 Bern, Tel. 077 431 89 04

info@europadonna.ch, www.europadonna.ch

### **Association Savoir Patient (ASAP)**

Réseau Cancer du Sein

Agir ensemble pour améliorer les soins et la qualité de vie.

Bd de la Cluse 55, 1205 Genève

Tél. 022 379 49 78

rcs@savoirpatient.ch, www.savoirpatient.ch

### **swiss cancer screening**

Geschäftsstelle

Effingerstrasse 33, 3008 Bern

Tel. 031 511 49 30

info@swisscancerscreening.ch

www.swisscancerscreening.ch

Këtu gjeni adresat e programeve për zbulimin e hershëm të kancerit, broshurën «Zbulimi i hershëm përmes mamografisë. Të zbulohet me kohë kanceri i gjirit – Të përmirësohen shanset për shërim» si dhe informacione të tjera mbi zbulimin e hershëm të kancerit të gjirit.

# INFORMACIONE TË TJERA

## Nëse doni të dini më shumë

Në faqen e internetit

[www.krebsliga.ch/brustkrebs](http://www.krebsliga.ch/brustkrebs) ose

[www.liguecancer.ch/cancerdusein](http://www.liguecancer.ch/cancerdusein) ose

[www.legacancro.ch/cancrodelsen](http://www.legacancro.ch/cancrodelsen) o

gjeni informacione dhe broshura në

gjermanisht, frengjisht dhe italisht.

Ose pyesni këshilluesin specialist të telefonit  
mbi kancerin: 0800 11 88 11

## Broshurat mund të porositen në këto adresa:

- Telefon 0844 85 00 00
- [shop@krebsliga.ch](mailto:shop@krebsliga.ch)
- [www.krebsliga.ch/broschueren](http://www.krebsliga.ch/broschueren)
- Liga kundër Kancerit në kantonin tuaj

# Impressum

## **Botues**

Krebsliga Schweiz, Effingerstrasse 40  
Postfach, 3001 Bern

Tel. 031 389 91 00, Fax 031 389 91 60  
info@krebssliga.ch, www.krebssliga.ch  
PK 30-4843-9

## **Autore**

Dr. med. Eva Ebnöther, Zollikon

## **Konsultimi shkencor mbi tekstin**

Dr. med. Karin Huwiler dhe grupi i  
ekspertëve për parandalimin e kancerit  
të gjirit, Krebsliga Schweiz, Bern

## **Fotot**

Radius Images/Alamy

## **Grafika**

Wassmer Graphic Design, Zäziwil

## **Shtypshkronja**

Jordi AG, Belp

Kjo broshurë mund të merret edhe në  
gjuhën gjermane, angleze, franceze,  
italiane dhe serbe/kroate/boshnjake.

© 2017, 2015

Krebsliga Schweiz, Bern

Botimi i 8-të

KLS / 10.2018 / 300 A / 071408041111



**krebsliga**  
**ligue contre le cancer**  
**lega contro il cancro**

[www.krebsliga.ch/brustkrebs](http://www.krebsliga.ch/brustkrebs)  
[www.liguecancer.ch/cancerdusein](http://www.liguecancer.ch/cancerdusein)  
[www.legacancro.ch/cancrodelsenno](http://www.legacancro.ch/cancrodelsenno)