Pranešimas spaudai

2025-10-22

**Dezodorantai, liemenėlės, nakvišų aliejus: kas iš tiesų didina krūties vėžio riziką?**

**Spalis – krūties vėžio sąmoningumo mėnuo, kurio metu ypatingas dėmesys skiriamas ankstyvai diagnostikai ir prevencijai. Medicininiai duomenys rodo, kad pirmoje stadijoje diagnozuota liga yra visiškai išgydoma daugeliui pacientų – penkerių metų išgyvenamumas siekia apie 98 procentus. Vilniaus plataus profilio klinikos „Meliva“ (anksčiau – „Kardiolitos Klinikos“) Krūtų ligų centro gydytoja mamologė Julija Vitko akcentuoja, kad efektyvi profilaktika apima ne tik vaizdinius tyrimus, bet ir gydytojo mamologo konsultaciją, kurios metu įvertinama moters individuali rizika bei sveikatos istorija.**

**„**Svarbiausia – nebijoti, nes profilaktinė patikra nėra bauginantis procesas. Priešingai – tai galimybė pasirūpinti savo sveikata ir jaustis saugiai. Moterims vis dar būdinga atidėlioti vizitus dėl baimės išgirsti nemalonią diagnozę, tačiau anksti nustatytas krūties vėžys dažnu atveju yra visiškai išgydomas. Be to, išsami gydytojo mamologo konsultacija dažnai padeda išsklaidyti abejones ir sumažina nereikalingą stresą net ir tada, kai aptinkami nežymūs pakitimai“, – tikina gydytoja mamologė.

**Mitai sėja baimę**

Pasak J. Vitko, viena pagrindinių priežasčių, kodėl moterys delsia tikrintis arba kreipiasi per vėlai, yra klaidingi įsitikinimai, kuriais pasitikima labiau nei mokslu grįsta informacija. Vienas iš dažniausiai pasitaikančių mitų – kad sportinės ar liemenėlės su lankeliais blokuoja limfos tekėjimą ir taip gali padidinti krūties vėžio riziką.

„Toks teiginys neturi jokio mokslinio pagrindo. Limfinė sistema veikia nepriklausomai nuo dėvimos aprangos, todėl liemenėlės neturi jokios įtakos vėžinių ląstelių vystymuisi“, – teigia J. Vitko.

Dar vienas gajus įsitikinimas, kad dezodorantuose ir antiperspirantuose esantys aliuminio junginiai ar parabenai gali būti absorbuojami per odą ir kauptis krūtyse, taip sukeldami ligą. Pasak gydytojos mamologės, šis mitas itin paplitęs internete, tačiau nėra jokių patikimų mokslinių tyrimų, patvirtinančių ryšį tarp dezodorantų naudojimo ir krūties vėžio. Tą aiškiai pažymi ir tokios autoritetingos institucijos kaip Amerikos vėžio draugija (angl. „American Cancer Society“).

**Svarbu nepiktnaudžiauti maisto papildais**

Gydytoja mamologė pasakoja, kad dalis moterų vis dar pernelyg pasitiki įvairiais maisto papildais, nakvišų aliejumi ar vitaminais, tikėdamos, kad šie preparatai gali apsaugoti nuo krūties vėžio. Tačiau toks požiūris, jos teigimu, dažnai sukuria klaidingą saugumo jausmą, kuris atitolina nuo tikrosios prevencijos – ištyrimo ir medicininės konsultacijos.

„Moksliniai tyrimai rodo, kad kai kurie antioksidantai, ypač vartojami didelėmis dozėmis arba sintetinių papildų forma, tam tikrais atvejais gali net padidinti tam tikrų vėžio formų riziką. Vienintelė išimtis yra vitaminas D. Tyrimai rodo, kad jo trūkumas, ypač po menopauzės, gali būti siejamas su padidėjusia rizika, tačiau šis ryšys turėtų būti vertinamas individualiai – atlikus kraujo tyrimus ir pasikonsultavus su gydytoju“, – sako J. Vitko.

Taip pat verta atsakingai vertinti informaciją apie krūtų implantus. Didžioji dalis mokslinių šaltinių patvirtina, kad implantai patys savaime nepadidina krūties vėžio rizikos. Vis dėlto tam tikrų tipų tekstūruoti implantai yra siejami su itin reta limfomos forma – BIA-ALCL, kuri išsivysto kapsulėje aplink implantą. Nors tai nėra krūties vėžys, šis pavienis, tačiau mediciniškai reikšmingas atvejis dar kartą primena, kaip svarbu reguliariai tikrintis ir neignoruoti profilaktinių vizitų.

Kalbėdama apie žindymą, gydytoja mamologė pabrėžia, kad jis turi šiek tiek apsauginį poveikį ir krūtų sveikatai. Žindymo metu natūraliai sumažėja menstruacijų dažnis, taip pat mažėja svyruojančių hormonų, ypač estrogenų, kiekis. Tačiau, vertinant mokslinius duomenis, šis apsauginis poveikis nėra reikšmingas – kalbama apie nedidelį, keliais procentais sumažėjusį susirgimo pavojų.

**Vien savityros neužtenka**

Vis dar nemažai moterų mano, kad krūtų patikrai pakanka kartais apčiuopti krūtis duše ar prieš veidrodį. Nors savityra išlieka svarbi prevencijos dalis, tai, pasak gydytojos mamologės, nėra pakankama krūtų sveikatos priežiūros forma. Tokia patikra leidžia pastebėti tik jau pakitusį, padidėjusį darinį, o ankstyvuosius pakitimus tiksliausiai nustato vaizdiniai tyrimai.

„Krūtų echoskopija kartu su gydytojos konsultacija leidžia išsamiai įvertinti ne tik krūtų struktūrą, bet ir individualius moters rizikos veiksnius bei bendrą sveikatos būklę. Konsultacijos metu aptariami visi svarbūs aspektai – moters nusiskundimai, šeimos onkologinių ligų istorija, vartojama kontracepcija, hormonų terapija, gimdymų ir žindymo patirtis, taip pat lėtinės ligos, galinčios turėti įtakos krūtų būklei. Tyrimo rezultatai paaiškinami ir kartu sudaroma tolimesnės stebėsenos ar tyrimų strategija – kada kartoti echoskopiją, ar reikalinga mamografija, kaip dažnai turėtų būti atliekama profilaktinė patikra“, – pažymi Vilniaus plataus profilio klinikos „Meliva“ gydytoja mamologė J. Vitko.