د. زاهیر سوران
پسپۆری نەخۆشییە درمەکان & پسپۆری پزیشکی گشتی و پزیشکی بەشی خۆپاراستن – ستۆکهۆلم .
2007.09.09

شێرپەنجەی مەمك

پێناسە :

شێرپەنجە بریتییە لەو گۆرانكاریانەی بە سەرخانەكان یان شانەكانی ئەندامێكی لەشدا دێت و دەبێتە هۆی مردنی (نەمانی خوێنبەر و خوێنهێنەر) شوێنەكە ، زۆرجار پاش ئەوەی گەورە دەبێت بەشە گچكەكانی شێرپەنجەكە لە رێگای خوێنەوە بە نێو لەشدا بلاودەبێتەوە و ئەندامی دی تووش دەكات .

ئەوەی شایانی باسە وەك هەموو شێرپەنجەكانی دی دەستنیشانكردنی شێرپەنجەكە (لێرەدا مەبەست لەو گرێ یان لووانەیە كە لە مەمكی ئافرەتدا دەردەكەون) دەبێتە هۆی دەركەوتنی هەلومەرجی تایبەتی لە دەروون وجەستەی ئافرەتدا .

لەم سالانەی دووایدا ئاماژەی پێكراوە كە پیاویش تووشی شێرپەنجە مەمك دەبێت .

هەروەك پێشووتر ئاماژەمان پێكرد لەم بارەدا شێرپەنجە **دوو** جۆرە .

1– شێرپەنجەی باش ، واتە گرێكان باشن بە (Benign Tumor) ناودەبرێن .

2– شێرپەنجەی خراپ ، واتە خراپن بە (Malignant Tumor) ناودەبرێن .

زۆربەی زۆری گرێ باشەكان (لووەكان) بێ مەترسین بەلام هەر ناوی شێرپەنجە ناخۆشە و ترس لە دلی مرۆدا پەیدا دەكات . وەلێ باشتر وایە مرۆ لە گەلێدا هەلبكات ، لەبەرئەوەی نائارامی دەروونی كاریگەرێكی خراپ دەكاتە سەر رێرەوی زۆربەی زۆری نەخۆشییەكان بە شێرپەنجەشەوە . سەرەتا زۆربەی نەخۆشەكان هەول دەدەن لە ماوەیەكی كەمدا زۆرترین زانیاری دەربارەی شێرپەنجەكە وە دەست بهێنن ، پاشتر هێدی هێدی دلی خۆیان لای نزیكترین كەس دەكەنەوە و باسی لایەنەكانی نەخۆشییەكەیانی بۆ دەكەن كە زۆرجاران سووكناییەكی دەروونی بە نەخۆش دەگات .

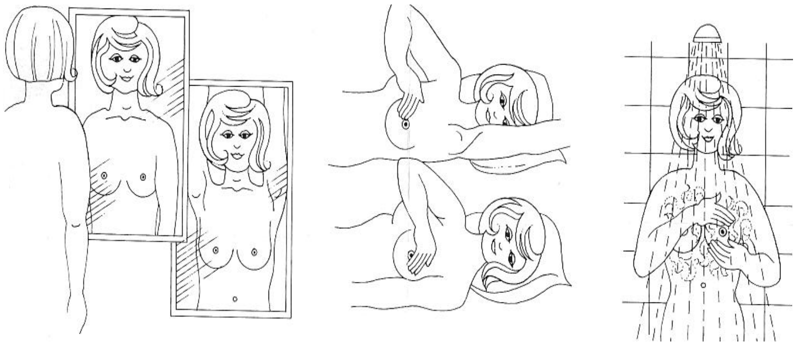
ئەوەی شایانی باسە زۆرجاران ئافرەت لە كاتی خۆ شوشتندا خۆی گرێكان دەدۆزێتەوە وپاشتر بۆ دلنیابوون لە باش و خراپی سەردانی پزیشك دەكات. كاتێك نەخۆش بیر لەنەخۆشییەكەی دەكاتەوە هەول دەدات بە زووترین كات سەردانی پزیشك بكات بۆ ئەوەی زێدەترین زانیاری لە مەڕ نەخۆشییەكەوە دەست بكەوێت .

هەرچەندە لە كوردستاندا كۆمەلە یان رێكخراوی مرۆیی دژی شێرپەنجە نییە وەلێ لە ولاتانی دی دا زانیاری (نووسین ، ئاخاوتن ومالپەری ئینتەرنێت) ی بەسوود نەخۆش هۆشیار دەكاتەوە و زۆرجاریش بە گفتوگۆی هێوركەرەوە باری دەروونی نەخۆش دەرەوێننەوە .

لە كوردستانی خۆماندا سالانە ژمارەیەكی نادیار لە ئافرەتان تووشی شێرپەنجەی مەمك دەبن لەبەرئەوە پێویستە مرۆ بە تایبەتی ژنان زێدەترئاگاداری لەشی خۆیان بن سالانە بە یارمەتی ئامێری مامۆگراقی كۆنترۆلی مەمكەكانیان بكەن. لە سوێددا سالانە نزیكەی 6 هەزار ئافرەت كە تەمەنیان لە نێوان 45–50–70 سالاندان كاتێك تووشی ئەم شێرپەنجەیە دەبن . هەرچەندە جاری وا هەبووە ئافرەت لە تەمەنی 23 سالیدا دەستنیشانی شێرپەنجە كەی كراوە (1) بەلام بە گشتی دەركەوتنی نەخۆشییەكە لە نێوان تەمەنی 40–60 سالیدا یان سەروو تردا جیاوازە .

توێكاری

ئەوەی شایانی باسە مەمك لە چەوری و بەستەرەشانە پێكهاتووە و جگە لە پێست لە خودی مەمكدا هیچ كام لە ماسولكەو دەماری تیادا نییە . لە نێومەمكدا ژمارەیەكی زۆر گلاندی شیری تیادایە كە شیر دروست دەكەن و پاش منداڵبوون لە رێگای كۆمەلێك كەنالی باریكترەوە لە گۆی مەمكەوە هەموویان دەكرێنەوە وشیر دەكەنە دەرەوە ، هۆرمۆن هەموو فەنكشنەكانی مەمك بەڕێوە دەبات.



(پێویستە هەموو ئافرەتێك مانگی جارێك كۆنترۆڵی خۆی بكات ، سەرچاوەی ژمارە 5)

هۆكان

– تیشك ، زۆربەی زۆری شێوەكانی تیشك دەبنە هۆی شێرپەنجە .

– بۆماوە ، رێژەی ئەو كەسانەی كە لە خێزانەوە شێرپەنجەیەیان بۆ ماوەتەوە دەگاتە لە 10٪ .

– زێدبوونی دەركردنی هۆرمۆنی ئێسترۆجێن كە دەبێتە هۆی مەترسی دی .

– دەرمان ، هۆرمۆنی دژی لێچوونەوە دەبێتە هۆی شێرپەنجە

– قۆناخی منداڵبوون و ماوەی مەهەكی خولی مانگانەی ئافرەت .

– ئەنجامی توێژینەوەی توێژیارە ئەمێریكاییەكان ئاماژەی پێدەكەن كە ئەو ژنانەی ماوەیەكی درێژ ئەنتیبایۆتیك بەكار دەهێنن زۆر مەترسی تووشبوونی شێرپەنجەی مەمكیان لێ دەكرێت .

هەرچەندە لە دوا ژمارەی مانگی ئەپریلی 2005 ی گۆڤاری پزیشكی JAMA ی ئەمێریكاییدا لە توێژینەوەیەكی بلاوكراوەدا ئاماژە بە جۆری دەرمانەكان نەكراوە بەلام بە گشتی باسی ئەنتیبایۆتیك دەكات كە مەترسی دەركەوتنی شێرپەنجەی مەمك زێد دەكات .

چەند توێژینەوەیەكی نوێ لەسەر ئەو ژنانە كراوە كە هەوڵیان داوە لە رێگای پیتاندنی نێو شووشەوە منداڵیان ببێت وەلێ لە هەوڵەكانیاندا سەرنەكەوتوون بە هۆی ئەو برە هۆرمۆنەی كە وەك هەژێنەرێك لە شێوەی دەرزی یان حەبدا دراوە بە ژنەكە مەترسی تووشبون بەم شێرپەنجەیە زێدی كردووە .

لە سەرەتای ساڵی 2007 دا ئەنجامی فراوانترین توێژینەوەی زانستی لە مەڕ دۆزینەوەی 2 جینی تایبەتی BRCA1,2 بلاوكرایەوە كە زێدەتر بە رێگای بۆماوەوە دەگوێزرێتەوە . توێژیاران هیواداران كە ئەنجامی ئەم توێژینەوە سەركەوتوە دەرگای نوێی دی لەم بوارەدا بكاتەوە .

هۆكارەكان

– قەڵەوی . – مەمكی توندوتۆڵ ، مەترسی تووشبوون زێدەدەكات .

– جگەرەكێشان . – ئەلكهۆل .

– لە گەڵ زێدبوونی تەمەندا مەترسی دەركەوتنی شێرپەنجەكە زێد دەكات .

زۆر لە پسپۆرانی شێرپەنجە دەبێژن كە وەرزش وخواردنی خۆراكی نوێ دەبنە هۆی كەمبوونەوەی مەترسی تووشبوون بە شێرپەنجە . وەلێ خۆ دوورخستنەوە لە قەڵەوی ، ئەلكهۆل و جگەرەكێشان زۆر بە سوودە .

جۆرەكانی شێرپەنجە باشەكان

– جۆری Fibroadenos ، ئاساییترین جۆری گرێی مەمكە ، بە دەگمەن پێویستی بە چارەسەركردن (نەشتەرگەری) هەیە .

– جۆری Fibroadenom ، شێرپەنجەیەكی ناسراوە لە ئافرەتی گەنجدا دەبینرێت ، گەر نەخۆش نائارام بكات پێویستە دەربكرێت .

–جۆری Cyst ، كیسەئاوی نێو مەمك ئاساییە و لە جۆرە باشەكانە ، زۆر جاران بە نارەحەتی لە خودی شێرپەنجە جوادادەكرێتەوە .

– جۆری پاپیلۆمی گۆی مەمك ، هەندێکجار لە گۆی مەمکەوە خوێن و جەراعەت دێتەدەرەوە ، پێویستە بە نەشتەرگەری سەرچاوەی خوێنبەربوونەکە بدۆزرێتەوە و چارەسەربکرێت .

– جۆری Mastit (گۆ مەمکەسۆی دووگیان) ، زۆرجاران تووشی ئەو ژنانە دەبێت کە شیردەدەن ، لەوانەیە تووشی کیژۆڵەی لاو ببێت و جۆریکە لە هەوکردنی گۆی مەمك ،گرنگترین نیشانەکانی بریتییە لە ئازار، سووربوونەوەی پێست ، تالێهاتن و ئاوسانی مەمك . لەم بارەدا پێویستە ئەنتیبایۆتیکی جۆری پەنسیلین بدرێتە ئافرەت .

– جۆری Gynecomastia ، (مەمك گەورەبوون) زۆرجار لە پیاودا و لە تەمەنی 15–30 سالێدا دەردەکەوێت ، بریتییە لە گەورە بوونی لیمفەگرێکانی مەمك .

هەندێك جار ئاوساوییەکە (گەورەبوونەکە) لە خۆیەوە دەڕەوێتەوە و نامێنێت ، لە کیژۆڵەی 10 سالاندا پێویست ناکات مرۆ نائارام بێت لەبەرئەوەی نیشانەی باڵق بوونە .

نیشانەکان

گرنگترین نیشانەکان بریتین لە :

– گریێ (لوو) لە مەمکدا (زۆرجاران ئافرەت بە رێکەوت خۆی دەستنیشانی گرێکەی دەکات) .

– گریێ لە باڵدا، لەوانەیە لیمفە گرێکان شێرپەنجەکە بگوێزنەوە بۆ باڵ . زۆرجاران بە ئاسانی گرێکە (لووەکە) دەبینرێت .

– گەورەبوونی مەمك ، هەندێك جارشێرپەنجەکە گەورەدەبێت و ئەمەش دەبێتە هۆی رەق بوون و گەورەبوونی قەبارەی مەمك ، دەبینین یەکێکیان لەوی دی گەورەترە یان هەردووکیان گەورەن .

– گۆرانکاری پێست ، زۆرجاران پێست وەك توێکڵی پرتەقاڵی لیێ دێت .

– بچوکبوونەوەی مەمك ، زۆرجاران قەبارەی مەمك دەچێتە یەك و گچکە دەبێتەوە زۆرجار گۆی مەمك دەچێت بە ناو (قوڵ) دا .

– هەندێك جار لە گرێکانی مەمکەوە خوێن یان کێم و جەراعەت دێتە دەرەوە .

زۆرجاران جگە لەم نیشانە ئافرەت هەست بە ماندوویەتی دەکات یان نیشانە کلاسیکیەکانی سووربوونەوە (گەرمی شوێنەکە ، ئازار وپەنمان) ی تیادا دەردەکەوێت .

رێڕەوی نەخۆشییەکە

ئەوی راستی بێت لە کەسێکەوە بۆ یەکێکی دی رێڕەوی نەخۆشییەکە جیاوازە .

– لە هەندێك کەسدا بە خێرایی بڵاودەبێتەوە .

– هەڵدانەوە ، واتە شێرپەنجەکە جارێکی دی دەردەکەوێتەوە .

– بە پێی جۆر وقۆناخی شێرپەنجەکە هەندێکجار پاش دەستنیشانکردن مرۆ 5 سالان دەژی .

دەستنیشانکردن

– نیشانەکانی نەخۆش و ئامێری پزیشکی پێشکەوتوو دەستنیشانیان دەکات .

– ماموگرافی (Mammography) .

– سۆنۆگرافی (Ultrasonography) .

– ئامرازی زرنگانەوەی موگناتیسی (MRI-Magnetic) ، زۆر لە ماموگرافی هەستدارتر و باشترە .

– تاقیکردنەوەی تیشکی گریێ لیمفاوییەکانی مەمك .

– بەتاڵکردنەوەی ئەو شلەیەی بە هۆی سۆنۆگرافییەوە دەستنیشان دەکرێت و ناردنی بۆ تاقیگا بۆ دەستنیشانکردنی ناوەڕۆکەکەی .

– وەرگرتنی نمونەیەك لە مەمك (بە رێگای نەشتەرگەری) و ناردنی بۆ تاقیگای تایبەتی .

قۆناخەکانی شێرپەنجەی مەمك

1– قۆناخی یەك ، شێرپەنجەکە گچکەیە ، لە نێوان 0–2 سم دایە و لیمفەگرێکانی نەگرتۆتەوە .

2– قۆناخی دوو ، شێرپەنجەکە گچکەیە ، لە نێوان 2–5 سم دایە و لیمفەگرێکانی نەگرتۆتەوە .

3– قۆناخی سێ ، شێرپەنجەکە لە 5 سم گەورەترە ، بە لەشدابڵاونەبۆتەوە .

4– قۆناخی چوار ، شێرپەنجەکە گەورەترە و بە لەشدا بڵاوبۆتەوە .

كوتان

ئەوەی شایانی باسە لە دنیادا چەندان توێژیار لە هەوڵی ئەوەدان تا کوتانێك بەرهەم بهێنن . هەوڵە سەرەتاییەکان کە لە سەر مشك کراوە ئەنجامی زۆرباشی داوە بە دەستەوە بەڵام هەولڵ و توانی زێدەتری پێویستە تا بۆ مرۆ بەکار بهێنرێت .

چارەسەرکردن

– هەوڵدان لەم بوارەدا بەردەوامە، لە سەرەتای ساڵی 2005 دا توێژیارانی سوێد و ئینگلیستان گەیشتنە ئەو ئەنجامەی کە لەو باوەڕەدان و هیوایان زۆرە بتوانن شێرپەنجەی بۆماوە لە دایك و باوکەوە بۆ منداڵەکانیان چاك بکەنەوە .

بە پێی توێژینەوەکە ، کە لە گۆڤاری پزیشکی (Nature) دا بڵاو کراوەتەوە ، رێگرێکی کیمیایی دەتوانێت ئەم جۆرە شێرپەنجەیە رابگرێت بێئەوەی زیان بە پرۆسێسی شانە ئاساییەکانی پەراوێزی شێرپەنجەکە بگەیەنرێت . بەو شێوەیە دەرمانەکە دەتوانێت لەبەرخۆگرتنەوە (کۆپیکردن) ی شانە شێرپەنجەییەکان بوەستێنێت تا گەورە نەبن . وەلیٚ چەند ساڵێك پێویستە تا ئەو رێگرە دروست دەکرێت و بۆ چارەسەرکردن پەسەند دەکرێت .

– شێرپەنجە خانە .

– تیشك (Radiation).

– نەشتەرگەری (Surgery)، ئەمیش دوو شێوەیە ، یان بەشێکی مەمك لادەبرێت یان هەموو مەمك لادەبرێت .

سەرنج : بە دەگمەن پیاو تووشی شێرپەنجەی مەمك دەبێت .

سەرچاوەکان

1. www.aftonbladet.se Stockholm. 04.10.26. ©
2. Marianne Hjerstrand, kvinnor hälsa 40-70 år. Stockholm. 1999;86-110.
3. www.infomedica.se. Bröst cancer Stockholm .05.04.28 ©.
4. www.cancerfonden.se. 05.04.23 ©
5. www.bro.org.se 05.05.05 ©
6. www.aftobladet.se 05.05.11 ©
7. www.NyMedicin.com. 05.01.15 ©
8. Lilla bröst boken , nytt om hormoneffekter på bröstvävnad. Kvinnors hälsa under livet. Organon.
9. J Frisell, T Fornander, S Ekedahl , Sjukdomar i bröstkörteln Läkemedels boken, 2005/2006, Stockholm, 445-451.
10-www.svd.se © 070212.