

# Află mai multe despre cancerul de sân triplu negativ (TNBC)

## Gestionarea riscului de TNBC (cancer de sân triplu negativ)

Nu există o modalitate sigură de a preveni cancerul de sân, inclusiv subtipul TNBC. Însă puteți întreprinde anumite acțiuni care ar putea reduce riscul apariției cancerului de sân.

Acest ghid vă poate ajuta să aflați următoarele:

- Care sunt factorii de risc asociați cu apariția cancerului de sân
- Cum să-i ajutați pe cei dragi și alte persoane din comunitatea dumneavoastră să afle despre istoricul medical al familiei lor și despre modul în care acesta le poate influența riscul de a avea cancer de sân
- Cum să depistați TNBC din timp, când poate fi mai ușor de tratat

Cu toții putem face diferența în comunitățile noastre, prin încurajarea celor dragi să discute despre istoricul medical al familiei și să facă un examen medical de screening, în special dacă au factori de risc asociați cu apariția cancerului de sân.

## Cine prezintă un risc mai ridicat de a dezvolta TNBC?

### Oricine poate face TNBC.

Cancerul de sân apare predominant la femei, dar poate apărea și la bărbați. Cu toate acestea, forma de cancer de sân denumită TNBC este mai frecventă la femeile care:

- Au vârste sub 40 de ani
- Prezintă o mutație a unei gene care crește riscul de a face cancer de sân

Dintre toți pacienții cu cancer de sân, aproximativ

**10%-15%**  
pot avea TNBC

### Riscul de a face orice tip de cancer de sân poate crește dacă:

- Ați mai avut cancer de sân în trecut
- Alte persoane din familia dumneavoastră au avut cancer de sân sau au mutații genetice care sunt asociate cu apariția cancerului de sân
- Sunteți supraponderală și în perioada de postmenopauză, nu faceți suficientă mișcare, fumați tutun sau consumați cantități mari de alcool

Dacă alegeți să discutați cu persoanele dragi despre riscul de a face cancer de sân, rețineți că nu este vina nimănui dacă se îmbolnăvește de cancer. Încurajați-le să facă schimbări ale stilului de viață, cum ar fi să fie mai active și să renunțe la fumat.

Acum că ați înțeles mai bine unii factori de risc asociați cu apariția cancerului de sân este important să cunoașteți opțiunile dumneavoastră de screening și de testare genetică.

## Screening pentru cancerul de sân

Efectuați un examen de screening pentru cancerul de sân, așa cum vă recomandă medicul dumneavoastră mai ales dacă aveți un risc mai mare de a face acest tip de cancer.

Cu cât depistați mai devreme semnele unui cancer, cu atât acesta poate fi tratat mai ușor. Întrebați medicul ce tipuri de teste de screening sunt potrivite pentru dumneavoastră.

## Care sunt câteva dintre tipurile de teste de screening pentru cancerul de sân?

**O mamografie (o radiografie a sânelui)** permite medicilor să identifice modificările de la nivelul țesutului mamar. Pentru majoritatea femeilor, aceasta este cea mai bună modalitate de a depista din timp cancerul la sân.

**Un examen de imagistică prin rezonanță magnetică (IRM)** utilizează câmpul magnetic puternic, undele radio și un computer pentru a reda imagini ale sânelui.

Medicii folosesc examenul IRM împreună cu mamografia pentru a evalua femeile cu risc crescut de a dezvolta cancer de sân.

### Metode de depistare precoce a cancerului cancer de sân:

- autoexaminarea sânelui;
- examenul clinic al sânelui, efectuat de către un cadru medical cu experiență;
- mamografia (diferite tehnologii);
- ecografia;
- imagistică prin rezonanță magnetică;
- ecografie cu tomosinteză.

### Autoexaminarea sânelor

Familiarizați-vă cu aspectul propriilor sâni astfel încât să recunoașteți și să semnalați prompt unui medic eventualele modificări ale acestora, cum ar fi:

- apariția unui nodul la nivelul sânelui sau la subraț
- îngroșarea sau umflarea unei zone a unui sân
- apariția unei zone cu iritație sau unei adâncituri
- apariția unei zone cu roșeață sau cu scuame la nivelul mamelonului sau pe sân
- adâncirea mamelonului sau durere în zona mamelonului
- eliminarea de secreții prin mamelon, care nu sunt lapte, inclusiv sânge
- orice modificări ale formei sau dimensiunilor sânelui
- durere în orice regiune a sânelui

*Rețineți că aceste modificări pot apărea și în alte afecțiuni și nu înseamnă întotdeauna că aveți cancer.*



**Examenul clinic al sânelui efectuat anual de un cadru medical instruit poate scădea stadiul clinic la diagnostic al cancerului de sân.**

## Unde pot efectua un examen de screening?



**Puteți efectua un screening pentru cancerul de sân la o clinică, un spital sau la cabinetul medicului.**

Discutați cu medicul de familie pentru a vă îndruma cum să procedați ca să efectuați teste de screening adecvate pentru dumneavoastră.

## Să cunoaștem importanța eredității și posibilitățile de testare genetică

### Cum pot afla dacă în familia mea există un risc moștenit (ereditar) de a face cancer de sân?

Luați în considerare posibilitatea de a **discuta cu părinții sau bunicii dumneavoastră** pentru a afla dacă ei sau alți membri ai familiei au avut cancer de sân sau alte tipuri de cancer. Notați-vă ce aflați și spuneți medicului dumneavoastră.

Dacă și alte persoane din familia dumneavoastră au avut cancer de sân, întrebați-vă medicul despre posibilitatea de a face anumite analize.

**Medicul vă poate ajuta să găsiți un centru de testare și să înțelegeți rezultatele.**

### Testarea genetică

**Puteți efectua un test genetic** pentru a vedea dacă prezentați mutații (modificări) ale genelor care sunt corelate cu o probabilitate mai mare de a face cancer de sân, cum ar fi genele BRCA. Aceste mutații pot fi moștenite de la părinții sau bunicii dumneavoastră.

**Faptul că știți dacă aveți – sau nu – o mutație** vă poate ajuta să faceți alegeri inteligente în ceea ce privește sănătatea dumneavoastră. Dacă testele genetice arată că aveți o mutație, întrebați medicul dacă și alți membri ai familiei pot prezenta un risc mai mare de a face cancer de sân.

Discutați cu membrii familiei care ar putea fi afectați. Aceste conversații pot fi dificile, deoarece nimeni nu vrea să se gândească la faptul că ar putea face cancer. Cu toate acestea, îi pot **încuraja să meargă în mod regulat la medic** pentru a depista cancerul de sân la timp, când este mai ușor de tratat.

Se estimează că **55%–72%** dintre femeile care moștenesc o **variantă nocivă de genă BRCA1** și **45%–69%** dintre femeile care moștenesc o **variantă nocivă de genă BRCA2** pot dezvolta cancer de sân până la vârsta de 70–80 ani.

### Când poate fi utilă testarea genetică?

**Consilierea genetică și testarea pot fi mai utile următoarelor categorii de persoane, conform Asociației Americane de Cancer:**

Persoane care au fost diagnosticate cu cancer de sân și:

- au fost diagnosticate la o vârstă mai tânără
- au cancer de sân triplu negativ
- au fost diagnosticate un al doilea tip de cancer de sân (nu recurența celui inițial)
- sunt descendenți ai evreilor așkenazi
- au istoric în familie de cancer de sân (în special dacă a apărut la vârstă mai tânără), de cancer de ovar, cancer pancreatic sau de prostată.

*Alte grupuri de persoane:*

- care au în familie rude cu mutații ale genei BRCA (sau ale altor gene care se pot asocia cu cancer de sân)
- femei diagnosticate cu cancer de ovar sau pancreatic, bărbați diagnosticați cu cancer de sân, cancer pancreatic sau cancer de prostată de grad înalt sau metastazat
- cu istoric în familie de cancer de sân apărut la o vârstă mai tânără, persoane care au mai mult de o rudă cu cancer de sân sau o rudă de sex masculin cu cancer de sân.
- cu o rudă apropiată care a avut cancer de ovar, cancer pancreatic sau cancer de prostată metastazat.



Eu, cancerul de sân triplu negativ și calea spre sănătatea mea.

\* Această imagine nu prezintă o pacientă reală.

**Acest material are caracter informativ și caracter educațional larg, poate fi relevant la un anumit moment și nu reprezintă sfat medical. Pentru orice informații suplimentare, precum și pentru identificarea tratamentului potrivit pentru problema dumneavoastră medicală, vă rugăm să vă adresați medicului dumneavoastră.**

#### Abrevieri:

TNBC, triple negative breast cancer (cancer de sân triplu negativ)  
BRCA1, BReast CAncer gene 1 (gena canerului de sân 1)  
BRCA2, BReast CAncer gene 2 (gena canerului de sân 2)  
IRM, examen de imagistică prin rezonanță magnetică

#### Referințe:

1. ACS, Breast Cancer Risk and Prevention, <https://www.cancer.org/cancer/types/breast-cancer/risk-and-prevention.html>, accesat 16 iulie 2024
2. ACS Recommendations for Early Detection of Breast Cancer, <https://www.cancer.org/cancer/types/breast-cancer/screening-tests-and-early-detection/americancancer-society-recommendations-for-the-early-detection-of-breast-cancer.html>, accesat 16 iulie 2024
3. ACS Triple-negative breast cancer. Last revised March 1, 2023. Accesat 16 iulie 2024. <https://www.cancer.org/cancer/breast-cancer/understanding-a-breast-cancer-diagnosis/types-of-breast-cancer/triple-negative.html>
4. WHO, Breast cancer, revizuire 13 martie 2024, <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/breast-cancer>
5. Breast cancer: risk factors and prevention. Cancer.Net. Approved October 2022. Accesat 16 iulie 2024. <https://www.cancer.net/cancer-types/breast-cancer/riskfactors-and-prevention>
6. Smoking and breast cancer risk. Breastcancer.org. Ultima actualizare 1 septembrie 2023. Accesat 16 iulie 2024. <https://www.breastcancer.org/risk/factors/smoking>
7. CDC, Screening for breast cancer. Ultima revizuire 30 aprilie 2024. Accesat 16 iulie 2024. <https://www.cdc.gov/breast-cancer/screening/index.html>
8. CDC, About mammograms, ultima revizuire 16 octombrie 2023. Accesat 16 iulie 2024. <https://www.cdc.gov/breast-cancer/about/mammograms.html>
9. Dictionary of Cancer Terms. Magnetic resonance imaging. National Cancer Institute. Accessed September 28, 2021. <https://www.cancer.gov/publications/dictionaries/cancer-terms/def/magnetic-resonance-imaging>
10. Dictionary of Cancer Terms. Mutation. National Cancer Institute. Accessed January 6, 2021. <https://www.cancer.gov/publications/dictionaries/cancer-terms/def/mutation>
11. CDC, Talking to Family about Your BRCA1 or BRCA2 Mutation. Ultima actualizare 15 mai 2024. Accesat 16 iulie 2024. <https://www.cdc.gov/breast-ovarian-cancerhereditary/conversation-tips/index.html>
12. PDQ Cancer Genetics Editorial Board. BRCA1 and BRCA2: Cancer Risks and Management (PDQ®): Health Professional Version. 2024 Mar 8. In: PDQ Cancer Information Summaries [Internet]. Bethesda (MD): National Cancer Institute (US); 2002-. Disponibil la: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK589498/>
13. CDC, Reducing Risk for Breast Cancer, ultima revizuire 9 noiembrie 2023, <https://www.cdc.gov/breast-cancer/prevention/index.html>
14. CDC, Symptoms of breast cancer, ultima revizuire 21 februarie 2024, <https://www.cdc.gov/breast-cancer/symptoms/index.html>
15. Programul R019 „Inițiativă în Sănătatea Publică”, Intervenții preventive integrate adresate riscurilor prioritare de boli netransmisibile în medicina de familie, [https://insp.gov.ro/download/cnepss/metodologii\\_ghiduri\\_reco-mandari\\_si\\_evidente\\_stintifice/ghiduri\\_si\\_recomandari/Ghid-Volumul-3-web.pdf](https://insp.gov.ro/download/cnepss/metodologii_ghiduri_reco-mandari_si_evidente_stintifice/ghiduri_si_recomandari/Ghid-Volumul-3-web.pdf), accesat 16 iulie 2024
16. NIH, BRCA Gene Mutations: Cancer Risk and Genetic Testing, ultima revizuire 19 noiembrie 2020, <https://www.cancer.gov/about-cancer-causes-prevention/genetics/brca-fact-sheet#how-much-does-an-inherited-harmful-variant-in-brca1-or-brca2-increase-a-womans-risk-of-breast-and-ovarian-cancer>
17. ACS, Genetic Counseling and Testing for Breast Cancer Risk, ultima revizuire 16 decembrie 2021, <https://www.cancer.org/cancer/types/breast-cancer/risk-andprevention/genetic-testing.html>

#### Un proiect cu susținerea:

