

# Rintasyöpä

Tunne rintasi ry

[www.tunnerintasi.fi](http://www.tunnerintasi.fi)



# Rintasyöpä

- Suomessa löydetään vuosittain noin 5000 uutta rintasyöpää, joista suurin osa naisilta. Myös muut voivat sairastua:
  - noin 30 miestä sairastuu vuosittain
  - muita sukupuoliä ei ole rekisteröity erikseen
- Tavallisin oire on kiinteä, aristamaton, ympäristöön kiinnittynyt kyhmy rinnassa.
- Yleisin rintasyöpätyyppi on tiehytperäinen (duktaalinen, n. 70%), toiseksi yleisin rauhasperäinen (lobulaarinen, 10-15%).



Kuvassa rinnan poikkileikkaus, jossa näkyy rinnan anatomiaa sekä hyvä- ja huonolaatuisia muutoksia

# Rintasyövän taustatekijät

- Rintasyövän syntyyn voivat vaikuttaa joukko taustatekijöitä ja niiden yhteisvaikutus.
- Iän ja hormonaalisten tekijöiden tiedetään vaikuttavan rintasyövän syntyyn. Muita tekijöitä ovat esimerkiksi perinnöllinen alttius ja elintavat (ravinto, liikunta, tupakointi, alkoholi).
- Kaikkia rintasyövän aiheuttajia ei tunneta.
- Yksittäisen ihmisen kohdalla on mahdotonta arvioida tiettyä syytä sairastumiselle.
- 5-10% rintasyövistä on perinnöllisiä.

# Rintasyövän ennuste

- Yli 30 prosentilla sairastuneista ei ole yhtäkään edellä mainituista riskitekijöistä-> toisaalta kaikki eivät sairastu, vaikka riskitekijöitä olisi useita.
- Jokainen rintasyöpä on erilainen ja hoito valitaan yksilöllisesti\*.
- Tilastojen mukaan noin 91% kaikista rintasyöpään sairastuneista on elossa viiden vuoden kuluttua sairauden toteamisesta.
- Rintasyövän yksilöllinen ennuste on kuitenkin monen tekijän summa.
- Rintasyövän ennuste on koko ajan parantunut johtuen syövän varhaisesta toteamisesta ja hoitojen kehittymisestä.

Rintasyöpä  
miehellä

Samalla  
henkilöllä SEKÄ  
rinta- ETTÄ  
munasarjasyöpä

Rinta- TAI  
munasarjasyöpä  
alle 40-vuotiaalla

Geenimuutokset

Tietynlainen\*  
rintasyöpä

Rintasyöpä  
kahdella alle  
50-vuotiaalla

Kaksi  
munasarja-  
syöpää

Muita syöpiä  
nuorella iällä

## Milloin kannattaa aloittaa perinnöllisyys selvitykset?

Mitä useampi  
lähisukulainen  
sairastuu, ja mitä  
nuorempana, sitä  
todennäköisempää  
on, että suvussa  
periytyy geeni-  
muunnos, joka voi  
aiheuttaa syöpää.  
Itse syöpä ei  
kuitenkaan periydy.

Jos itsellä tai  
lähisukulaisella  
esiintyy jokin kuvassa  
mainituista asioista,  
kannattaa aloittaa  
perinnöllisyys selvi-  
tykset.

Lisätietoja:  
Syöpäjärjestöjen  
periytyvyysneuvonta.

# RINTASYÖPÄ JA PERIMÄ

Suositus, jos on todettu kohonnut riski sairastua:

- säännölliset tutkimukset aloitetaan 25-35-vuotiaana tai 5 vuotta aikaisemmin kuin suvun nuorin rintasyöpään sairastunut
- säännöllinen rintojen omatarkkailu
- kerran vuodessa mammografia ja ultraäänitutkimus

# Rintasyöpä miehillä

Riskitekijöitä:

- Suvussa esiintyy rintasyöpää
- Perimä (geenimuutokset, kromosomipoikkeavuus\*)
- Poikkeava estrogeeni/testosteroni –suhde
  - Syitä: ylipaino, runsas alkoholin käyttö, maksakirroosi, eturauhassyövän estrogeenihoito
- Miehet sairastuvat naisia keskimäärin vanhemmalla iällä
- Diagnoosi saattaa viivästyä, koska ei osata epäillä\*\* -> ns. naisten sairaus

# Terveyttä edistäviä valintoja

- Keinoa rintasyövän estämiseksi ei ole, mutta terveelliset elintavat voivat jonkin verran vähentää syöpäriskiä.
- Liikunta voi vähentää rintasyöpäkuolleisuutta ja syövän uusiutumisen riskiä. Lisäksi se auttaa selviytymään paremmin syöpähoitojen haittavaikutuksista.
- Ravitsemus: Viralliset ravitsemussuositukset ja välimerellinen ruokavalio edistävät yleistä hyvinvointia ja mahdollisesti myös syöpäterveyttä.
- Alkoholi: Suositeltavaa on mahdollisimman vähäinen käyttö.
- Painonhallinta: Tavoitteena painoindeksi arvojen 18.5-24.9 välillä.

# Rintojen tutkiminen

- Rintojen säännöllinen omatarkkailu
- Lääkärin kliininen tutkimus
- Mammografia
- Rintojen ultraäänitutkimus
- Tarvittaessa magneettitutkimus
- Kudosnäyte
- Seulontamammografia:
  - Kuvaukseen kutsutaan 50-69 -vuotiaat naiset
  - Kuvaus tehdään kahden vuoden välein
  - Seulontakuvauksessa löydetään n. 40% rintasyövistä

