

Guðrún Margrét Viðarsdóttir
læknir

Þórhildur Halldórsdóttir
brjóstaskurðlæknir

Uppvinnsla einkenna frá brjóstum

Brjóst eru staðsett framan á brjóstvegg og hafa það meginhlutverk að framleiða mjólk. Mjólkurframleiðsla fer fram í mjólkurkirtlum sem liggja saman í klösum (*lobules*). Frá þeim liggja mjólkurgangar (*ducts*) sem flytja mjólkina til geirvörtunnar. Umhverfis geirvörtuna er geirvörtubaugur, litað húðsvæði sem inniheldur ýmsa kirtla (mynd 1). Innan brjóstins er einnig að finna blóðæðar ásamt sogæðum sem liggja í eitla umhverfis brjostið, mest í holhöndinni. Brjóstavefur er til staðar hjá öllu mannfólki, óháð kyni, en vefurinn er almennt ríkulegri hjá konum þar sem hann stækkar og þroskast fyrir tilstilli kvenhormónanna estrógens og prógesteróns.

Sjúkdómar og einkenni frá brjóstum eru fjölbreytileg, bæði góðkynja og illkynja. Góðkynja einkenni og sjúkdómar í brjóstum eru algeng, má þar til dæmis nefna eymsli, trefjakirtilæxli (*fibroadenoma*) og blöðrur (*cysts*). Þegar hnútur finnst í brjosti eru allmiklar líkur á að hann sé góðkynja, sérstaklega hjá ungu fólki.¹ Þó er mikilvægt að finna undirliggjandi orsök til að aðgreina þá sjúklinga sem reynast vera með illkynja sjúkdóm, einnig hjá yngra fólki. Brjóstakrabbamein er algengasta krabbamein kvenna, og eitt algengasta krabbamein í heiminum. Á Íslandi greinast um 270 einstaklingar á hverju ári, þar af eru 99% konur.² Brjóstakrabbamein uppgötvast helst á tvo vegu, ýmist í gegnum krabbameinsskimun eða vegna einkenna.

Á Íslandi fer fram skimun fyrir brjóstakrabbameini hjá konum á aldrinum 40-74 ára með reglulegri brjóstamyndatöku (*mammography*) og fá þær reglulega boð í þá skimun. Skimun er rannsókn á brjóstum hjá einkennalausum konum. Ef eitthvað athugavert sést í skimun eru konur kallaðar inn aftur til nánari skoðunar. Ef einkenni eru til staðar frá brjóstum er skimun ekki fullnægjandi rannsókn til að útiloka illkynja sjúkdóm og þarf því uppvinnslu til að finna undirliggjandi orsök.³ Algeng einkenni frá brjóstum má sjá á mynd 2. Uppvinnsla á einkennum fer fram með þrjúgreiningu:

1. Sögutaka og klínísk skoðun
2. Myndgreining
3. Sýnataka

Sögutaka og klínísk skoðun

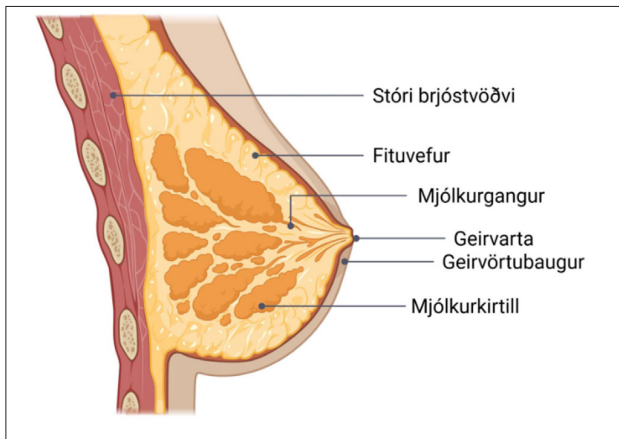
Sögutaka: Ítarleg sögutaka og klínísk skoðun eru lykilþættir í uppvinnslu sjúkdóma í brjóstum. Auk hefðbundinnar sögutöku með tilliti til einkennasögu og fyrri heilsufars sögu er mikilvægt að fá fram upplýsingar um áhættuþætti brjóstakrabbameina, svo sem fjölskyldusögu um krabbamein, aldur við upphaf tíðablæðinga og tíðahvarfa, barneignir, notkun hormónalyfja og áfengisneyslu.

Horfa: Fyrsta skref skoðunar er að horfa á brjóstin. Viðkomandi er beðinn um að afklæðast að ofan til að bæði brjóst sjáist vel og er hafður í sitjandi stöðu með handleggji í afslappaðri stöðu til að slaka á vöðvum brjóstveggjar. Algengt er að annað brjostið sé stærra en hitt en ef stærðarmunur er nýtilkominn getur það verið merki um undirliggjandi sjúkdóm. Meta skal hvort það sé sjáanlegar breytingar eða einkenni líkt og sjást á mynd 2 til staðar. Biðja má viðkomandi um að setja hendur á mjaðmir og þrýsta handleggjum inn til að spennna brjóstvöðvana. Breytt spennna á brjóstvegg getur leitt í ljós aflaganir eða inndrætti sem ekki greinast í afslappaðri stöðu. Einnig má biðja viðkomandi um að lyfta höndum upp fyrir höfuð sem veldur togi á húðinni og getur leitt í ljós einkenni sem ekki sást áður.

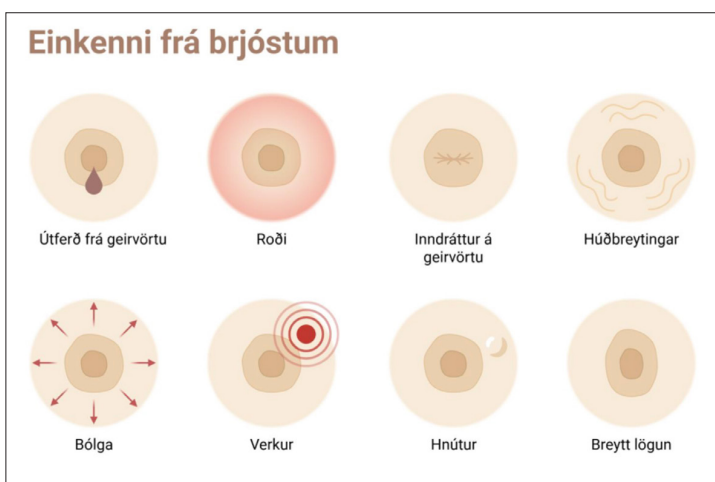
Þreifing: Næst eru brjóstin þreifuð. Byrjað er á að þreifa í sitjandi stöðu og má svo einnig þreifa í liggjandi stöðu ef erfitt reynist að þreifa breytinguna. Brjóstavefurinn nær frá öðru rífi til sjötta eða sjöunda rífs. Hefja skal þreifingu þrem fingurbreiddum neðan við viðbein, nota þrjá fingur og þrýsta þéttingsfast á brjóstavefinn með fingurgómum. Mikilvægt er að þreifa yfir allan brjóstavefinn á skipulegan hátt. Ein leið er að horfa á brjostið eins og klukku og þreifa hvern "klukkutíma" fyrir sig. Þá er þreifað fyrst svæði sem samsvarar kl. 12, ofan frá og niður að geirvörtu. Því næst er þreifað svæði klukkan eitt og svo koll af kolli þar til allt brjostið hefur verið þreifað (mynd 3). Nota skal hina höndina til að styðja við brjostið svo þrýst sé gegn mótsstöðu. Geirvartan er svo þreifuð með því að staðsetja hana milli tveggja fingra og þrýsta niður. Því næst er holhöndin þreifuð. Til að komast vel að holhöndinni er viðkomandi beðin um að slaka á öxl og brjóstvöðvum á meðan þú styður undir handlegg viðkomandi (mynd 4). Einnig er hægt að biðja viðkomandi um að leggja handlegg á öxl þína. Þannig opnast vel inn í holhöndina og auðveldara er að þreifa mögulega hnúta. Hitt brjostið og holhöndin eru svo þreifuð með sömu aðferð. Ef hnútur finnst við skoðun þarf að meta stærð hans og hvort hann sé laus frá undirlagi og húð. Til að kortleggja staðsetningu hnúts er gott að nota klukkustefnu og fjarlægð frá geirvörtu til lýsingar.

Myndgreining

Næsta skref við uppvinnslu einkenna er myndgreining. Helstu myndrannsóknir sem eru notaðar eru brjóstamyndataka og ómun eftir þörfum. Senda skal röntgenbeiðni fyrir brjóstamyndgreiningu á Brjóstamiðstöð LSH eða Sjúkrahúsið á Akureyri. Í beiðninni skal taka fram einkennasögu og skoðun. Brjóstamyndataka er gullstaðall við greiningu sjúkdóma í



Mynd 1. Líffærafræði brjósts.



Mynd 2. Einkenni frá brjóstum.

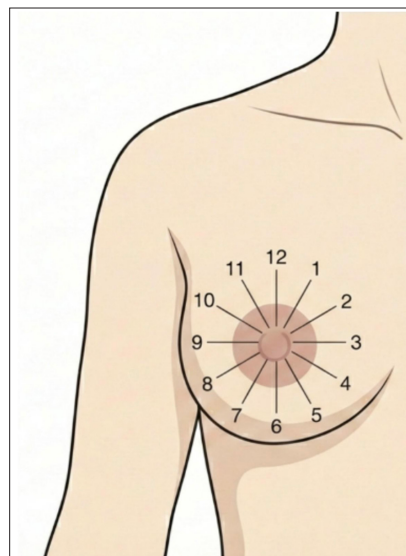
brjósti. Hún gefur góða mynd af brjóstavefnum í heild og hefur hátt næmi og sértæki við greiningu sjúkdóma í brjóstum.³ Ómskoðun er viðbótarrannsókn við brjóstamyndatöku og er gerð til að kortleggja og meta breytingu betur og til að taka sýni. Ef um ungan einstakling er að ræða (<25 ára) er hægt að byrja með ómskoðun.

Sýnataka

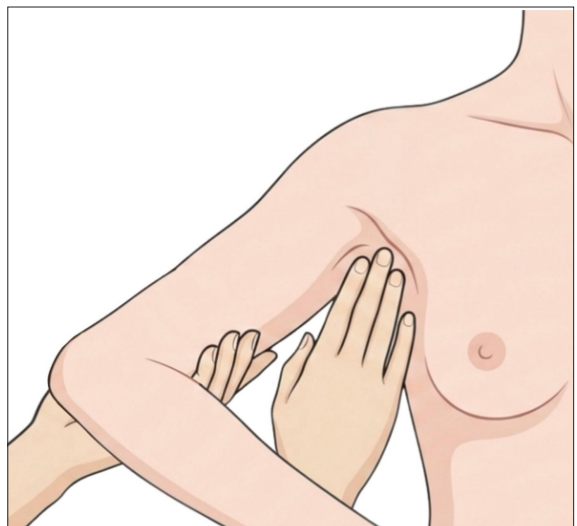
Til nánari greiningar á hnút sem sést við myndgreiningu er tekið sýni frá svæðinu. Sýnið er sent í frekari rannsóknir svo sem vefjameinarannsókn eða sýklarannsókn. Við sýnatöku á afbrigðilegu svæði í brjósti er tekið grófnálarsýni. Öll sýni sem eru tekin og send í vefjameinarannsókn eru rædd á samráðsfundi Brjóstamiðstöðvar og einstaklingum boðin tími á Brjóstamiðstöð LSH ef þörf þykir.

Lokaorð

Ýmsir sjúkdómar geta komið fyrir í brjóstum en mikilvægt er að greina á milli góðkynja og illkynja sjúkdóma. Þegar einkenni frá brjóstum eru til staðar, óháð kyni, er notast við þriggreiningu sem samanstendur af klínískri skoðun, myndrannsókn og sýnatöku.



Mynd 3. Klukkuaðferð við þreifingu á brjósti.



Mynd 4. Þreifing í holmhönd.

Heimildir

1. Eberl MM, Phillips RL Jr, Lamberts H, et al. Characterizing breast symptoms in family practice. Ann Fam Med. 2008;6(6):528-33.
2. Krabbameinsfélagið. Brjóstakrabbamein – tölfraði og lífshorfur. <https://www.krabb.is/krabbamein/tegundir-krabbameina/brjostakrabbamein> – febrúar 2026.
3. Barlow WE, Lehman CD, Zheng Y, et al. Performance of diagnostic mammography for women with signs or symptoms of breast cancer. J Natl Cancer Inst. 2002;7;94(15):1151-9.
4. Myndir 1-4 voru búnar til á <https://BioRender.com>