



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΙΑΤΡΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΚΑΒΑΛΑΣ

A.N. 1565/1939

Φιλ. Εταιρείας 9 - Τηλ. / Fax: 2510.223172

www.iskavalas.gr - e-mail: info@iskavalas.gr

T.K. 65403 ΚΑΒΑΛΑ

ΚΑΒΑΛΑ 26/10/2026

**ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ**

**ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ: Ο ΜΗΝΑΣ ΚΑΤΑ ΤΟΥ ΚΑΡΚΙΝΟΥ ΤΟΥ ΜΑΣΤΟΥ**

Ο Οκτώβριος, διεθνώς αναγνωρισμένος ως μήνας ευαισθητοποίησης για τον καρκίνο του μαστού, αποτελεί μία κρίσιμη ευκαιρία για την ενημέρωση και την πρόληψη αυτής της κοινής, αλλά συχνά σιωπηλής νόσου.

Υπολογίζεται ότι 1 στις 8 γυναίκες θα νοσήσουν κάποια στιγμή στη διάρκεια της ζωής τους με καρκίνο μαστού. Στην Ελλάδα διαγιγνώσκονται κάθε χρόνο 4,500-5000 νέες περιπτώσεις καρκίνων του μαστού. Σπάνια ο καρκίνος του μαστού μπορεί να αφορά και άντρες (1% των περιπτώσεων του μαστού). Περίπου το 75%-80% των κρουσμάτων που διαγιγνώσκονται δεν έχουν κάποιον ανιχνεύσιμο παράγοντα κινδύνου.

**Παράγοντες που αυξάνουν τον κίνδυνο είναι :**

- Η ηλικία
- Το γυναικείο φύλο
- Αύξηση του δείκτη BMI
- Οικογενειακό ιστορικό
- Γονιδιακές μεταλλάξεις
- Ιστορικό βιοψιών και ατυπίας
- Ορμονικοί παράγοντες, όπως παρατεταμένη έκθεση σε οιστρογόνα
- Ακτινοβολία στο θώρακα στη νεαρή ηλικία

Πολύ μεγάλη σημασία έχει και η λεγόμενη πρωτογενής πρόληψη, η οποία αναφέρεται σε συνήθειες και δραστηριότητες πράξεις, που μπορούν να εμποδίσουν την εμφάνιση της νόσου.

**Στους παράγοντες πρόληψης περιλαμβάνονται :**

- Χαμηλό σωματικό βάρος.
- Μεσογειακή διατροφή.
- Άσκηση τουλάχιστον 150 λεπτά την εβδομάδα.
- Αποφυγή καπνίσματος.
- Αποφυγή κατανάλωσης αλκοόλ.
- Κύηση πριν από τα 30έτη και θηλασμός.

Ο Ιατρικός Σύλλογος Καβάλας, τονίζει τη σημασία της έγκαιρης διάγνωσης και πρόληψης για τη βελτίωση της ποιότητας ζωής των γυναικών.

**Η έγκαιρη διάγνωση** αυξάνει δραματικά τις πιθανότητες επιτυχούς θεραπείας. Τα πιο σημαντικά εργαλεία για την πρόληψη και έγκαιρη διάγνωση περιλαμβάνουν:

- Αυτοεξέταση μαστού: Μία απλή πρακτική που οι γυναίκες μπορούν να εφαρμόζουν τακτικά στο σπίτι
- Κλινική εξέταση μαστού: Η τακτική εξέταση από ειδικό μπορεί να εντοπίσει ανωμαλίες
- Υπερηχογράφημα
- Μαστογραφία: Ο πιο αξιόπιστος τρόπος για την ανίχνευση πρώιμων καρκινικών αλλοιώσεων, συνιστάται για γυναίκες άνω των 40 ετών, ή νεότερες εάν υπάρχει οικογενειακό ιστορικό(>25χρονών)
- Μαγνητική μαστογραφία όταν ζητηθεί από τον Ιατρό

Ο Ιατρικός σύλλογος σας προσκαλεί στην ανοιχτή Επιστημονική Εκδήλωση το Σάββατο 31/10/2026 από 19.00 έως 21.00, στη Δημοτική Βιβλιοθήκη Καβάλας.

Για το Δ.Σ. του  
Ιατρικού Συλλόγου Καβάλας

Η ΠΡΟΕΔΡΟΣ

ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΑΝΤΩΝΙΟΥ-ΠΟΥΓΓΟΥΡΑ



Ο ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ

ΕΥΤΥΧΙΟΣ ΛΑΣΤΟΡΙΔΗΣ