



ACADEMY 15. 12. 2016

## Cysta v prsu

**Prsní žláza ženy je tvořena tzv. lobuly, což je část prsu, která tvoří mateřské mléko a dukty, které mléko z lobulů odvádí do bradavky. Tyto...**

**Cysta prsu je hmatný útvar v prsní žláze ženy nebo muže. Cysta může být označována také jako bulka prsu, rezistence prsu nebo nezhoubný nádor prsu. Cysta prsu je obecně nejčastější hmatný nezhoubný útvar, se kterým se žena nebo muž mohou setkat. Obecně se cysta popisuje jako vakovitý dutý útvar ohraničený stěnou nebo pouzdrem. Cysta může být naplněna tekutinou nebo tuhou vazivovou hmotou. Cysta je patologický nález a krom prsou může postihovat další orgány jako jsou ledviny, játra, vaječníky, štítná žláza, plíce nebo mozek.**

Většina prsních cyst je měkká na pohmat a vyskytující se v jednom nebo v obou prsech a to jednorázově nebo opakovaně. Většina cyst je nekomplikovaná a nečiní větší obtíže. S cystou prsu se během života setká až **40% žen**, ale pouze minimum mužů (méně než 1%). V souvislosti s cystami prsu jsou tak zmiňovány pouze ženy, protože cysta se u ženského pohlaví vyskytuje mnohonásobně častěji než u mužů. Objevují se velmi často ve spojitosti s menstruačním cyklem, kdy se v souvislosti s cyklem mění velikost i tvar cyst.

**Hormonální nerovnováha** je často zmiňována jako hlavní příčina vzniku cyst. Cysta prsu je statisticky nejčastějším nálezem u žen mezi 30. a 40. rokem života. Cysta neohrožuje ženy na životě, může ale život značně znepríjemnit. Cysta nepředstavuje zvýšené riziko pro rozvoj rakoviny prsu. Některé ženy mají cysty pravidelně opakovaně během života. Mnoho žen se v období menopauzy potíží s cystami může zbavit. Pro cystu prsu je typické, že je na pohmat dobře ohraničená.

## Cysta v prsu - příčiny vzniku

Prsní žláza ženy je tvořena tzv. lobuly, což je část prsu, která tvoří mateřské mléko a dukty, které mléko z lobulů odvádí do bradavky. Tyto struktury jsou pak obklopeny fibrózní a tukovou tkání, která má podpůrnou a ochrannou funkci. **Cysta v prsu** pak vzniká tak, že se nějaká oblast žlázek prsu ohraničí a naplní tekutinou.

Vznik cyst prsu může mít mnoho příčin. V souvislosti s cystami se často zmiňuje zánět, úraz, stres, strava, užívání hormonální antikoncepce nebo dědičnost. Asi největší význam hrají hormonální změny. Prsní žlázy reagují na hormony tvořené vaječníky. Je známo, že **nadbytek hormonu estrogeneru** stimuluje prsní žlázu a to může vést ke tvorbě cysty. Mnoho žen má tak zkušenost s cystami v souvislosti s hormonálními změnami v průběhu menstruačního cyklu (hladiny ženských pohlavních hormonů se v průběhu menstruačního cyklu mění).

Cysty se mohou během cyklu měnit, mění se jejich tuhost a velikost. Ženy, které užívají **hormonální antikoncepci** také velmi často zmiňují vznik cyst prsu. K hlavním rizikovým faktorům patří hormonální dysbalance (umělé zvyšování hladiny pohlavních hormonů léky), rodinná predispozice, těhotenství a období kojení.

## Cysta v prsu - příznaky a průběh

Příznaky a průběh cyst prsní žlázy jsou velmi individuální a různorodé. Některé ženy vůbec nespozorují, že mají několik cyst, jiné naopak trpí bolestmi a je nutno tento stav léčit. Cysty prsu mohou být velmi malých velikostí (mikrocysty) nebo naopak mohou být objemné a až několik centimetrů v průměru velké (makrocysty).

Prsní žláza ženy se od mužské žlázy začíná lišit až v průběhu puberty. Lalůčky (lobuly) a dukty (kanálky) rostou, obalují se tukovou a fibrózní vazivovou tkání. V průběhu menstruačního cyklu stoupá hladina ženských pohlavních hormonů a ženské tělo se připravuje na uvolnění vajíčka z vaječnicků a na jeho případné oplodnění. Stoupající hladina hormonů způsobuje zvýšenou citlivost prsou a jejich mírné zvětšení. Mohou se tvořit **menší cysty**, kterou postupně s množstvím hormonů rostou. Jakmile dojde k menstruaci, hladina hormonů opět klesá a s nimi i velikost cyst.

Většina žen trpících cystami zmiňuje **pocit tlaku v prsu**, některé až tupou lokalizovanou bolest. Pokud cysta roste, může utlačovat okolní tkáň a působit větší bolest. Větší cysta bývá hmatatelná, ohraničená a na pohmat měkká nebo tužší, ale nikdy ne kamenně tuhá. Ženská prsní žláza se definitivně vyvíjí až v průběhu těhotenství a hned po porodu začíná produkovat mateřské mléko.

V době kojení se mohou objevit cysty v souvislosti se **zánětem prsní žlázy**. V době kojení bývají bradavky popraskané a velmi jednoduše se tak bakterie dostávají do prsní žlázy a vzniká infekce (mastitida). Tělo začne s infekcí rychle bojovat a bílé krvinky rychle míří do místa zánětu. Tato rychlá reakce může zánět ohraničit a vytvoří se tak absces nebo cysta. Cysty velmi často vznikají a opět zanikají. Jen malé množství cyst je nutno léčit. Velmi často žena vyhmatá cystu nebo cysty a během několik dní až týdnů již cysta hmatatelná není.

## Cysta v prsu - diagnostika

Cysta prsu může být poprvé diagnostikována různým způsobem, nejčastěji si ale žena sama vyhmatá měkkou ohraničenou bulku. Mnoho žen v souvislosti s prevencí rakoviny prsu vyhledá lékaře. Praktický lékař, gynekolog nebo lékař ze screeningového centra obě prsa také důkladně prohmatá a objedná nebo rovnou provede diagnostické vyšetření.

Pro dívky a mladé ženy do 35 let je výbornou diagnostickou metodou **ultrazvuk**. Ultrazvukové vyšetření zobrazí prsní žlázu a případné cévní zásobení prsu. Vyšetření probíhá tak, že se na kůži aplikuje vrstva lubrikačního gelu, a poté lékař sondou obě prsa a podpaží místo vedle místa vyšetří.

Pro ženy nad 35 let bývá vyšetřením první volby **mamografie**. Mamograf je vlastně rentgen. Prsní žláza se vsune mezi dvě ploché desky, které prso stisknou do co nejtenčí vrstvy, a poté je prso prosvíceno nebo prozářeno rentgenovým zářením z několika stran. Radiolog se vždy snaží zachytit také co největší část podpaží. Při pochybnostech nebo u prsou špatně vyšetřitelných ultrazvukem mamografem je možné využít také magnetické rezonance (MRI). **Magnetická rezonance** prsní žlázu zobrazí velmi podrobně.

K dalším diagnostickým metodám patří také **biopsie prsní žlázy**. Pokud existují pochybnosti, zda jde o běžnou nezhoubnou cystu nebo o nádorový růst, je možné provést biopsii. Poměrně tlustá jehla se zavede po ultrazvukovým dohledem do místa růstu a nasaje se obsah do jehly. Obsah se pak vyšetří po zpracování mikroskopem.

V minulosti se cysta bez diagnosticky přímo operativně odstranila a až při odstranování bylo jasně zřetelné, zda jde o cystu nebo jiný nález. Dnes jsou zobrazovací metody velmi kvalitní, takže je možné se operaci často vyhnout a cysta se pouze sleduje. Důležité je zmínit, že jako **prevence rakoviny prsu** se doporučuje ženám starším 40ti let (v některých zemích 45 let) pravidelné vyšetření mamografem, případně ultrazvukem či MRI. Velmi často se stává, že jsou drobné cysty nalezeny až při tomto vyšetření, žena o cystě do té doby vůbec nemusí vědět.

Cysta může být velmi malá a nehmatatelná, může být hluboko v prsní žláze a nebo je nalezena u ženy, která si pravidelně prsa pohmatem nevyšetřuje. Některé ženy mají prsa velmi objemná, proto jim může i poměrně velká cysta uniknout. Ultrazvukové nebo mamografické vyšetření pak odhalí ohraničený dutý útvar vyplněný tekutinou nebo vazivem. Útvar nemá cévní zásobení, což je důležitý znak ve srovnání s nádorovým růstem v prsu.

## Cysta v prsu - léčba

Existuje řada léčebných metod, které mohou pomoci odstranit cystu v prsu. Jelikož hlavní teorie o vzniku cyst prsou počítá s nerovnováhou ženských pohlavních hormonů, je snaha vést léčbu tímto směrem. Zastánci přírodní a alternativní medicíny tak doporučují látky, které regulují ženské pohlavní hormony.

**Pupalkový olej** harmonizuje vylučování hormonů. Výtažky z rozchodnice růžové zklidňují nervový systém a omezují vliv stresu. **Vitamín C** obsažený v ovoci a zelenině pak působí jako antioxidant a má vliv na zmenšování prsní cysty. Stejně tak vitamín E se doporučuje při nálezu cyst prsu jako účinný antioxidant.

Pokud je cysta prsu hmatná a obtěžuje ženu, je možné její **odstranění**. Pokud je cysta dobře ohraničená a má tekutý obsah, je možné cystu odsát jehlou. Problém je, že odsátím se neodstraní obal cysty a cysta se v budoucnu může rychle zase naplnit a působit stejné obtíže jako dřív. Obsah cysty by se měl vždy histologicky vyšetřit.

Další možností je cystu chirurgicky odstranit. Nutné je vždy pokud možno odstranit také obal cysty tak, aby se cysta v budoucnu již neobnovila. Opět je důležité cystu důkladně vyšetřit. Vyšetření je důležité proto, že některé typy zhoubných nádorů prsu mohou imitovat cystu s její konzistencí, tvarem a obsahem. Ženy, které trpí cystami opakovaně nebo mají mnohočetné cysty mohou být léčeny **hormonální terapií**.

## Cysta v prsu - prevence

I když je cysta prsu poměrně banálním nálezem a ženu na životě neohrožuje, některé typy nádoru prsu mohou cysty imitovat. Proto je dobré využívat některých preventivních opatření. V první řadě by každá dívka a žena měla svá prsa znát. Každý měsíc, nejlépe týden po menstruaci by si měla žena obě prsa prohlédnout v zrcadle, srovnat jejich tvar a velikost. Důležité je **sledovat nepravidelnosti** (vpáčení bradavky, propadlina na povrchu prsu, změna barvy kůže nad rezistencí apod). Poté následuje důkladné prohmatání obou prsou, a to nejdříve ve stoje nebo vsedě, a poté v leže.

Prsa by se měla prohmatat místo po místě od podpaží k centru nebo naopak. Žena by měla věnovat pozornost každému hmatatelnému útvaru. Pro cysty je typický ohraničený okraj a měkká konzistence (naopak nádory mívají okraje neohraničené a bývají velmi tvrdé). **Samovyšetření prsu** je základem pro ženy do 40-45 let věku. Po té následuje pravidelná návštěva mamogramu. V počátcích se většinou doporučuje co dva roky, u žen nad 60 let věku pak každý rok.

Některé ženy (především ženy, které nekojily nebo nebyly těhotné) mají prsa velmi špatně vyšetřitelná mamogramem. U těchto žen se pak doporučuje jako prevence ultrazvuk nebo magnetická rezonance nebo jejich kombinace. **Preventivní vyšetření prsu** je nutností u žen, které mají dědičné předpoklady pro vznik cyst (matka, babička, teta a sourozenci se setkali s cystami prsu). Za preventivní opatření lze dnes považovat také **zdravý životní styl** - zdravá strava, omezení alkoholických nápojů, nekuřáctví a pravidelný pohyb.