



ELSEVIER

# Мастит

## Вступ

Мастит — це запалення тканини молочної залози. Найчастіше це трапляється у жінок, які годують грудьми, але це також може трапитися у інших жінок, а іноді — й у чоловіків.



## Які причини?

Це захворювання зазвичай викликане бактеріальною інфекцією. Бактерії можуть потрапити в тканину молочної залози через порізи або отвори в шкірі. Зазвичай це відбувається під час грудного вигодовування через тріщини або подразнення сосків. Іноді мастит виникає за відсутності порізів або отворів у шкірі. Зазвичай це викликано закупореними молочними протоками.

Інші причини:

- Пірсинг соска.
- Деякі види раку молочної залози.

## Які ознаки або симптоми?

Симптоми цього захворювання включають:

- набряк, почервоніння, болючість і біль у ділянці молочної залози. Ця ділянка також може бути теплою на дотик. Ці симптоми зазвичай уражають верхню частину молочної залози, у напрямку до ділянки під пахвами.
- набряк залоз під рукою з того ж боку.
- виділення із соска.
- гарячку.
- озноб.
- нудоту та блювання.
- прискорений пульс.
- підвищену втомлюваність, головний біль і гриппоподібні болі в м'язах.

Якщо інфекцію не лікувати, на молочній залозі може накопичитися гній або виникнути абсцес.

## Як це діагностується?

Зазвичай цей стан можна діагностувати на основі фізикального обстеження та Ваших симптомів. Ви також можете пройти інші аналізи, такі як:

- аналізи крові, щоб перевірити, чи Ваш організм бореться з інфекцією, викликану бактеріями.
- маммографія або ультразвукові дослідження для виключення інших проблем або захворювань.

- Аналіз гною та інших рідин. Гній із грудей може бути зібраний та протестований у лабораторії. Якщо у Вас розвинувся абсцес, рідину з абсцесу можна видалити за допомогою голки. Цей аналіз може використовуватися для підтвердження діагнозу та визначення типу бактерій, які викликають мастит.
- Посів і перевірка грудного молока на наявність бактерій. Це робиться тільки в тому випадку, якщо Ви годуєте грудьми.

## Як це лікується?

Лікування цього захворювання може включати таке:

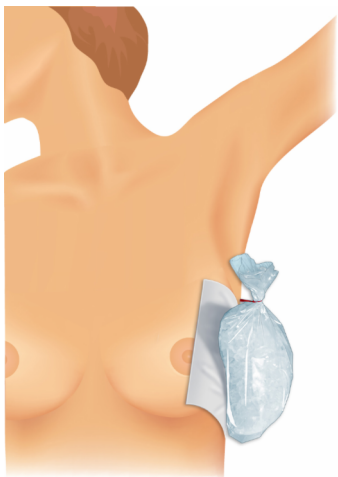
- Застосування тепла або холодних компресів до ураженої ділянки.
- Лікарські препарати для лікування болю.
- Антибіотик для лікування інфекції, викликані бактеріями. Зазвичай його приймають перорально.
- Догляд за собою, включаючи відпочинок і вживання більшої кількості рідини.
- Видалення рідини за допомогою голки, якщо у Вас розвинувся абсцес.

Мастит, який виникає під час грудного вигодовування, іноді проходить самостійно, тому Ваш лікар може вирішити почекати 24 години після того, як спочатку прийме Вас, щоб вирішити, чи потрібен Вам рецептурний препарат. Вам можуть розповісти про різні способи, які допоможуть контролювати грудне вигодовування, наприклад, — це продовжувати годувати грудьми або зціджувати, щоб забезпечити достатній потік молока.

## Дотримуйтеся цих інструкцій вдома:

### Якщо Ви годуєте грудьми:

- Продовжуйте спорожнювати молочні залози якомога частіше. Ви можете спорожнити молочні залози, годуючи грудьми або використовуючи молоковідсмоктувач. Це зменшить тиск і біль, які виникають при повних молочних залозах.
  - Запитайте свого лікаря, чи слід Вам вносити зміни в режим грудного вигодовування або зціджування.
- Під час грудного вигодовування повністю спорожніть першу молочну залозу перед тим, як перейти до іншої молочної залози. Якщо Ваша дитина не повністю спорожнює молочні залози, використовуйте молоковідсмоктувач, щоб спорожнити молочні залози.
- Тримайте свої соски чистими та сухими.
- Використовуйте масаж молочної залози під час вигодовування або зціджування.
- За наявності відповідних вказівок нанесіть вологе тепло на уражену ділянку молочної залози безпосередньо перед грудним вигодовуванням або зціджуванням. Використовуйте джерело тепла, рекомендоване Вашим лікарем.
- За наявності відповідних вказівок покладіть лід на уражену ділянку молочної залози безпосередньо після грудного вигодовування або зціджування. Для цього:
  - Покладіть лід у пластиковий пакет.
  - Покладіть рушник між шкірою та мішком.
  - Залиште лід на 20 хвилин.
  - Видаліть лід, якщо шкіра стане яскраво-червоною. Це дуже важливо. Якщо Ви не можете відчувати біль, тепло або холод, ризик пошкодження ділянки є більшим.
- Якщо Ви повернулися на роботу, зціджуйте молочні залози під час роботи, щоб залишатися в межах графіка догляду за дитиною.
- Не допускайте повного наповнення молочних залоз молоком (*набухання*).



### Лікарські препарати

- Приймайте безрецептурні та рецептурні препарати лише згідно з вказівками Вашого лікаря.

- Якщо Вам було прописано антибіотик, приймайте його, точно дотримуючись вказівок Вашого лікаря. **Не** припиняйте прийом антибіотика, навіть якщо Вам стане краще.

### Загальні інструкції

- **Не** носіть тісний бюстгальтер або бюстгальтер на кісточках. Носіть м'який, підтримуючий бюстгальтер.
- Пийте достатню кількість рідини, щоб Ваша сеча залишалася блідо-жовтою. Це особливо важливо, якщо у Вас гарячка.
- Багато відпочивайте.
- Приходьте на всі візити подальшого спостереження. Це важливо.

### Зверніться до лікаря, якщо:

- У Вас гнійні виділення з молочних залоз.
- У Вас гарячка.
- Ваші симптоми не покращуються протягом 2 днів після початку лікування.

### Негайно зверніться по допомогу, якщо:

- У Вас погіршується біль і набряк.
- Ви відчуваєте біль, який не контролюється ліками.
- У Вас є червона лінія, що тягнеться від грудей до пахви.

### Підсумок

- Мастит — це запалення тканини молочної залози. Найчастіше це трапляється у жінок, які годують грудьми, але це також може трапитися у жінок, які не годують грудьми, і в деяких чоловіків.
- Це захворювання зазвичай викликане бактеріальною інфекцією.
- Цей стан можна лікувати за допомогою гарячих і холодних компресів, лікарських препаратів, засобів для догляду за собою та певних стратегій грудного вигодовування.
- Якщо Вам було прописано антибіотик, приймайте його, точно дотримуючись вказівок Вашого лікаря. **Не** припиняйте прийом антибіотика, навіть якщо Вам стане краще.