

Mammografia

Mammografia jest badaniem, które za pomocą promieni rentgenowskich pozwala uwidocznić zmiany w piersi (także nowotwór piersi w jego wczesnym stadium rozwoju) jak również te, które nie dają się wyczuć podczas badania palpacyjnego, wielkości 2-3 mm. W czasie badania wykonuje się dwa zdjęcia każdej piersi.

Niektóre kobiety odczuwają krótkotrwałe uczucie dyskomfortu związane z koniecznością ucisku piersi podczas badania, który jest niezbędny w celu uzyskania zdjęć wysokiej jakości. Obecnie wykorzystywane aparaty wymagają mniejszego ucisku niż aparaty starszej generacji.



Telefoniczna Informacja Pacjenta

800 190 590

pacjent.gov.pl

diety.nfz.gov.pl

Akademia NFZ  

NFZ

Narodowy Fundusz Zdrowia

Ministerstwo Zdrowia

NFZ

Narodowy Fundusz Zdrowia

ŚRODA Z PROFILAKTYKĄ

Profilaktyka Raka Piersi



Rak piersi

- Rocznie raka piersi rozpoznaje się u ok. 1 500 000 kobiet na całym świecie.
- W Polsce stwierdza się rocznie ponad 18 500 nowych przypadków zachorowań.
- Każda kobieta ma 12% ryzyko, że zachoruje na raka piersi. Oznacza to, że 1 na 8 kobiet w którymś momencie życia zachoruje na ten nowotwór.

CZY WIESZ...

Czym jest rak piersi?

Rak piersi to nowotwór złośliwy powstający z komórek gruczołu piersiowego. Rozwija się miejscowo i może dawać przerzuty do węzłów chłonnych i narządów wewnętrznych. To najczęściej występujący nowotwór złośliwy u kobiet - w większości przypadków jest diagnozowany zbyt późno, co ma negatywny wpływ na leczenie.

Niepokojące objawy

Niepokojące są wszelkie zmiany w obrębie piersi. Konieczna jest konsultacja ze specjalistą, gdy zauważono:

- zmianę wielkości i kształtu piersi, która nie ustąpiła po miesiączce;
- guzki lub zgrubienia wyczuwalne w piersi lub pod pachą;
- zmianę koloru skóry piersi;
- wciąganie skóry piersi;
- zmiany w obrębie brodawki piersi;
- wyciek z piersi.

Czynniki ryzyka

Nadal nie są znane dokładne przyczyny powstawania raka piersi. Istnieje jednak wiele zidentyfikowanych czynników, które zwiększają ryzyko jego wystąpienia:

- płeć i wiek – najwięcej zachorowań występuje u kobiet po 50 roku życia;
- obciążenie genetyczne – choroby w najbliższej rodzinie;
- wieloletnie przyjmowanie hormonalnej terapii zastępczej;
- czynniki hormonalne, np. wczesny wiek pierwszej miesiączki lub późna menopauza;
- niezdrowy styl życia (niewłaściwa dieta, nadwaga i otyłość oraz niedostateczna aktywność fizyczna);
- częste spożywanie alkoholu;
- palenie tytoniu;
- choroby piersi w wywiadzie.

**Wczesna diagnoza to większa szansa na wyleczenie
lub lepszą jakość życia.**

Samobadanie piersi

1. Stojąc przed lustrem unieś ręce do góry i sprawdź czy nie występują zmiany w kształcie, wielkości piersi i kolorze skóry.
2. Opuszkami palców jednej dłoni zbadaj pierś strony przeciwnej. Zacznij od górnej zewnętrznej ćwiartki piersi. Badanie przeprowadzaj zgodnie z ruchem wskazówek zegara. Zbadaj obie piersi.
3. Ściśnij delikatnie brodawkę, aby sprawdzić czy nie zauważysz wydzieliny.
4. Połóż się wygodnie na plecach, ponownie zbadaj obie piersi, oraz oba doły pachowe (sprawdź czy węzły chłonne nie są powiększone).

Program profilaktyki raka piersi

Podstawowym badaniem wykonywanym w ramach programu profilaktyki raka piersi jest mammografia. Program skierowany jest do grupy kobiet najbardziej zagrożonych rakiem piersi - w wieku od 50. do 69. lat, które spełniają jedno z poniższych kryteriów:

- przez ostatnie dwa lata nie miały wykonywanej mammografii;
- otrzymały w ramach realizacji programu pisemne wskazanie do wykonania ponownego badania mammograficznego po upływie 12 miesięcy.

Badanie mammograficzne można wykonać w poradniach stacjonarnych lub w mammobusie, który dojeżdża do najodleglejszych zakątków Polski. Wykazy poradni stacjonarnych oraz miejsca postojów mammobusów są dostępne na stronach Oddziałów Wojewódzkich NFZ.

Do udziału w programie profilaktyki raka piersi nie jest potrzebne skierowanie. Wystarczy zgłosić się osobiście lub umówić na wizytę telefonicznie do jednej z poradni, które podpisały z NFZ umowę na realizację programu.

Kobiety, które nie kwalifikują się do objęcia programem profilaktycznym mogą również wykonać mammografię lub USG piersi na podstawie skierowania wydanego przez lekarza specjalistę (ginekologa, onkologa).

Szczegółowe informacje o programie znajdziesz na stronie:

<https://pacjent.gov.pl/program-profilaktyczny/profilaktyka-raka-piersi>