

Różowy Październik

Mammografia badanie, które ratuje życie

- **Co trzecia mieszkanka regionu skorzystała w tym roku z mammografii w programie profilaktyki raka piersi.**
- **U ponad 12% przebadanych Pań wykryto niepokojące zmiany i skierowano je na dodatkowe badania.**
- **Trwa różowy październik - czyli miesiąc świadomości raka piersi. Dlatego warto zadbać o swoje zdrowie już dziś!**

Atakuje po cichu

Długo nie daje objawów. Rozwija się po cichu. Często nie boli. Rak piersi to trudny przeciwnik – ale można z nim wygrać. Najlepszą bronią w tym starciu są badania przesiewowe. Z bezpłatnej mammografii w programie profilaktyki raka piersi mogą korzystać Panie w wieku 45-74 lata. W tym roku, w regionie z takiej możliwości **skorzystało 31%** uprawnionych kobiet.

Badanie na wagę życia

W ubiegłym roku z profilaktycznej mammografii skorzystało prawie 36 tysięcy kobiet. Niemal 11% z nich zostało skierowane na dalsze badania. Z kolei w pierwszym półroczu tego roku przebadano się niemal 17 tysięcy uprawnionych. Na pogłębioną diagnostykę skierowano 12,5% Pań.

Liderki profilaktyki

Najchętniej w tym roku badały się mieszkanki powiatu pińczowskiego. 40,5 % uprawnionych kobiet zrobiło tam mammografię. Jeżeli chodzi o podział na gminy to najwięcej Pań skorzystało z bezpłatnej mammografii w gminie Kije (41,16%) również w powiecie pińczowskim.

Najstąbiej w tym zestawieniu wypadają mieszkanki Kielc. Profilaktyczną mammografię wykonało 20,5% uprawnionych Pań.

Różowy to kolor, który w październiku gra pierwsze skrzypce

Październik jest Miesiącem Świadomości Raka Piersi. Dlatego zachęcamy wszystkie Panie by zadbały o swoje zdrowie. Regularne samobadanie piersi warto wykonywać już po ukończeniu 20. roku życia, przynajmniej raz w miesiącu.

W województwie działa siedem stacjonarnych pracowni diagnostycznych. Trzy w Kielcach i po jednej w : Końskich, Sandomierzu, Ostrowcu Świętokrzyskim i Satarchowicach. Cały czas po regionie kursują również mammobusy. Postoje można sprawdzić:

<https://www.nfz-kielce.pl/aktualnosci-dla-pacjentow/harmonogram-mammobusu>

Więcej na temat profilaktyki można znaleźć na stronie **Narodowego Portalu Onkologicznego**.

Na portalu: onkologia.gov.pl:

- osoby z podejrzeniem nowotworu otrzymają wskazówki, gdzie się zgłosić, jak przebiegają badania i co oznacza karta DiLO,
- osoby po zakończeniu leczenia poznają zasady zdrowego stylu życia, rehabilitacji, radzenia sobie z obawą przed nawrotem i powrotu do pracy,
- rodzina i bliscy otrzymają praktyczne porady, jak wspierać chorego,
- specjaliści i organizacje zyskają dostęp do materiałów edukacyjnych, obowiązujących standardów leczenia i narzędzi wspierających pracę z pacjentem.

PROFILAKTYKA RAKA PIERSI

ZMINIMALIZUJ RYZYKO ZACHOROWANIA NA RAKA PIERSI!



Rak piersi jest najczęściej występującym nowotworem złośliwym u kobiet w Polsce.



Najwięcej zachorowań wykrywa się u kobiet między 50 a 70 r.ż.



Już po 20 r.ż. zacznij dbać o piersi profilaktycznie. Obserwuj swoje ciało i raz w miesiącu (najlepiej 3-5 dni po miesiączce) wykonuj samobadanie piersi.

Ministerstwo
Zdrowia

NFZ
Narodowy Fundusz Zdrowia

PROFILAKTYKA RAKA PIERSI

KIEDY MAMMOGRAFIA BEZ SKIEROWANIA? MASZ 45-74 LAT?



Wykonaj bezpłatnie
mammografię w ramach
programu profilaktyki
raka piersi NFZ
w gabinetach stacjonarnych
lub mobilnych (mammobusach).



Nie potrzebujesz skierowania.
Wystarczy, że zgłosisz się
do poradni, która wykonuje
takie badania.

Ministerstwo
Zdrowia

NFZ
Narodowy Fundusz Zdrowia

PROFILAKTYKA RAKA PIERSI

KIEDY MAMMOGRAFIA I USG PIERSI ZE SKIEROWANIEM?

MASZ MNIEJ NIŻ 45 LUB WIĘCEJ NIŻ 74 LATA?



Możesz wykonać USG piersi lub mammografię na podstawie skierowania od lekarza specjalisty (ginekolog, onkolog).



Lekarz może zlecać badania tak często, jak jest to konieczne ze względu na wskazania medyczne.



Ministerstwo
Zdrowia

NFZ
Narodowy Fundusz Zdrowia

PROFILAKTYKA RAKA PIERSI

BEZPIECZNA I ZDROWA – BADAM SIĘ



Dawka promieniowania podczas badania jest niska, zbliżona do otrzymywanej np. podczas prześwietlenia zęba.



Wrażliwość na promieniowanie jonizujące zmniejsza się wraz z wiekiem – np. u kobiety 60-letniej jest aż 10 razy mniejsza niż u kobiety 30-letniej.



Mammografia to badanie, które ratuje życie.



Ministerstwo
Zdrowia

NFZ
Narodowy Fundusz Zdrowia