

MAMMOGRAFIA

Zrób ją dla Siebie

Zrób ją dla Swojej Rodziny

Panie w wieku **50-69 lat**
zapraszamy na bezpłatne,
profilaktyczne badanie
mammograficzne

- Proszę pamiętać o zabraniu ze sobą dowodu osobistego i aktualnego ubezpieczenia.
- Jeśli miała Pani już wykonywane badania mammograficzne proszę przynieść je ze sobą.
- Bezpłatne badanie można wykonać co 2 lata.

Program badań profilaktycznych jest finansowany w ramach Narodowego Programu Zwalczenia Chorób Nowotworowych

Dodatkowe informacje
na temat Programu można uzyskać w:

Wojewódzkim Ośrodkiem Koordynującym
Populacyjny Program Wczesnego Wykrywania Raka Piersi,

Lubelskim Oddziale Narodowego Funduszu Zdrowia,

oraz u lekarza rodzinnego.

Dodatkowe informacje na stronach internetowych:

www.profilaktykapiersi.pl

www.onkologia.lublin.pl



Wojewódzki Ośrodek Koordynujący
Populacyjny Program
Wczesnego Wykrywania Raka Piersi

Centrum Onkologii Ziemi Lubelskiej im. św. Jana z Dukli
ul. Dr K. Jaczewskiego 7, 20-090 Lublin

tel. 81 747 75 11, w. 190

www.onkologia.lublin.pl

e-mail: poczta@onkologia.lublin.pl

POPULACYJNY PROGRAM
WCZESNEGO WYKRYWANIA RAKA PIERSI

PAMIĘTAJ
O REGULARNYM
SAMOBADANIU PIERSI
I O MAMMOGRAFII



www.profilaktykapiersi.pl

www.onkologia.lublin.pl

POZNAJ PIĘĆ ZASAD, WAŻNYCH DLA ZDROWIA PIERSI

1. STARAJ SIĘ POZNAĆ BUDOWĘ SWOICH PIERSI

Budowę swoich piersi możesz poznać poprzez uważne oglądanie ich w lustrze oraz poprzez badanie dotykiem. Staraj się robić to regularnie raz w miesiącu – wybierz najdogodniejszy moment (na przykład podczas kąpieli, pod prysznicem). Jeżeli miesięczkujesz to najlepiej wykonać badanie tuż po miesięczce.

2. OGLĄDAJ PIERSI I BADAJ JE DOTYKIEM

Regularne badanie piersi dotykiem pomoże Ci poznać ich normalny wygląd i strukturę. Pozwoli Ci również wykryć jakiegokolwiek zmiany, gdyby się one pojawiły. U większości kobiet po klimakterium zdrowe piersi są w dotyku miękkie i pozbawione grudek.

3. ZMIANY, NA KTÓRE TRZEBA ZWRACAĆ UWAGĘ

Wygląd

Zmiany kształtu piersi, zwłaszcza podczas podnoszenia ramion albo unoszenia piersi, pomarszczenie lub wciągnięcie skóry, uwypuklenie skóry (nad guzem), zaczerwienienie skóry lub wygląd skóry piersi przypominający „skórkę pomarańczy”.

Ból

Nietypowe pobołowanie bądź ból w jednej piersi, zwłaszcza jeśli nie występował wcześniej, a obecnie nie ustępuje lub często nawraca.

Guzki

Wszelkiego rodzaju guzki, zgrubienia lub stwardnienia w jednej piersi, czasami w obu piersiach lub pod pachą, szczególnie jeśli są to zmiany, które nie występowały wcześniej i są niesymetryczne (nie występują w analogicznej okolicy drugiej piersi lub pachy).

Zmiany na brodawce

Asymetria w ustawieniu brodawek, wciągnięcie brodawki, wysypka wokół brodawki lub na brodawce, nie gojące się zaczerwienienie, wydzielina z brodawki – zwłaszcza krwista.

4. JEŚLI WYKRYJESZ ZMIANY W PIERSI – NIEZWŁOCZNIE ZGŁOŚ SIĘ DO LEKARZA

Większość zmian pojawiających się w piersiach, zwłaszcza u młodszych kobiet, ma charakter łagodny. Jednak wszystkie te zmiany trzeba zbadać, gdyż istnieje pewne ryzyko, że mogą być one pierwszą oznaką nowotworu.

5. ZGŁOŚ SIĘ NA BEZPŁATNE BADANIE MAMMOGRAFICZNE PO UKOŃCZENIU 50 ROKU ŻYCIA.

Pamiętaj, że ryzyko zachorowania na raka piersi wyraźnie wzrasta z wiekiem, dlatego każda kobieta po 50 roku życia powinna co dwa lata korzystać z bezpłatnych badań mammograficznych finansowanych przez Narodowy Fundusz Zdrowia.

Mammografia jest badaniem rentgenowskim umożliwiającym wykrycie raka piersi na bardzo wczesnym etapie, gdy jego leczenie nie jest okaleczające i kończy się pełnym powrotem do zdrowia.

Jeżeli nie znajdujesz się w przedziale wiekowym objętym programem ale jesteś zaniepokojona jakimikolwiek zmianami w piersiach, porozmawiaj koniecznie ze swoim lekarzem rodzinnym lub lekarzem onkologiem.

Do poradni onkologicznej możesz zgłosić się bez skierowania.