

Badaj się. Jesteś ważna!



Telefoniczna Informacja Pacjenta
800 190 590
pacjent.gov.pl
diety.nfz.gov.pl

Akademia NFZ



Narodowy Fundusz Zdrowia

ŚRODA Z PROFILAKTYKĄ

Profilaktyka raka piersi



Badaj się. Jesteś ważna!

Rak piersi - statystycznie

Rak piersi to najczęściej występujący u kobiet nowotwór złośliwy. Światowa Organizacja Zdrowia szacuje, że rocznie zapada na tę chorobę około 2,1 mln kobiet.

Według danych Krajowego Rejestru Nowotworów, w Polsce nowotwory złośliwe piersi stanowią u kobiet 22% wszystkich nowotworów.

Ryzyko zachorowania na raka piersi wzrasta wraz z wiekiem – to choroba, która występuje najczęściej wśród kobiet po 50 roku życia.

Niemal 80% wszystkich zachorowań na raka piersi występuje w wieku około i pomenopauzalnym.

Jakie są czynniki ryzyka wystąpienia raka piersi?

Czynniki, które zwiększają ryzyko raka piersi:

- wiek (najwięcej zachorowań występuje po 50 roku życia),
- obciążenie genetyczne,
- wieloletnie przyjmowanie hormonalnej terapii zastępczej,
- wczesna pierwsza miesiączka,
- późna menopauza,
- późna pierwsza ciąża (po 35 roku życia),
- niewłaściwa dieta,
- otyłość,
- częste spożywanie alkoholu – picie 1-2 drinków dziennie (15-30 gramów alkoholu na dzień) zwiększa ryzyko o nawet 30-50%,
- palenie tytoniu,
- choroby piersi w wywiadzie,
- brak lub niewystarczająca aktywność fizyczna – kobiety aktywne fizycznie mają nawet o 25% niższe ryzyko zachorowania na raka piersi.

Jakie objawy powinny skłonić kobietę do kontaktu z lekarzem?

- wyczuwalny guzek, zgrubienie piersi, wciągnięcie brodawki,
- nowa niepokojąca asymetria biustu lub wklęsłość,
- nawracające stany zapalne sutka czy wyciek z piersi.

Co to jest 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. Ucisk jest konieczny w celu uzyskania zdjęć wysokiej jakości.

Mammografia nie chroni przed zachorowaniem na raka piersi.

Umożliwia wykrycie zmian we wczesnej fazie choroby, w której leczenie daje szansę na większą skuteczność!

Z jakiego programu profilaktycznego można korzystać?

Program profilaktyki raka piersi w ramach Narodowego Funduszu Zdrowia skierowany jest do kobiet w wieku od 50 do 69 lat które spełniają jedno z poniższych kryteriów:

- w ciągu ostatnich 24 miesięcy nie wykonywały mammografii w ramach profilaktyki zdrowotnej,
- otrzymały pisemne wskazanie do wykonania ponownego badania mammograficznego po upływie 12 miesięcy z powodu obciążenia następującymi czynnikami ryzyka:
 - » rak piersi wśród członków rodziny (u matki, siostry lub córki);
 - » mutacje w obrębie genów BRCA 1 lub BRCA 2.

Nie jest wymagane skierowanie.

Programem profilaktycznym nie są objęte kobiety, u których wcześniej w piersi zdiagnozowano zmiany nowotworowe o charakterze złośliwym.

Gdzie można wykonać badanie mammograficzne?

Profilaktyczne badanie mammograficzne można wykonać w pracowniach stacjonarnych (Zakłady Diagnostyki Obrazowej) lub w mammobusie, który dojeżdża do najbliższych zakątków naszego kraju (harmonogram: <https://www.nfz.gov.pl/dla-pacjenta/mammobusy/>).

W ramach etapu podstawowego programu profilaktycznego wykonywane jest badanie mammograficzne, następuje:

- w przypadku prawidłowego wyniku – zaproszenie na ponowne badanie za 2 lata,
- jeśli wynik jest prawidłowy, a współistnieją czynniki ryzyka określone w programie (rak piersi wśród członków rodziny – u matki, siostry lub córki oraz mutacje w obrębie genów BRCA 1 lub/BRCA 2), lekarz zaleci ponowne badanie za 12 miesięcy,
- w przypadku nieprawidłowego wyniku badania – skierowanie do etapu pogłębionej diagnostyki.

Ważnym czynnikiem chroniącym kobiety m.in. przed rakiem piersi, jest karmienie piersią. Badania naukowe dowiodły, że karmienie piersią zmniejsza ryzyko zachorowania niezależnie od wieku kobiety. Światowa Organizacja Zdrowia zachęca kobiety do karmienia piersią, jeśli tylko mają taką możliwość.