

## MAMMOGRAFIA

Mammografia to badanie profilaktyczne polegające na wykonywaniu zdjęć rentgenowskich piersi.

Podczas badania pierś jest uciskana pomiędzy dwoma płytkami aparatu mammograficznego.

Jest to badanie nieinwazyjne, ale może wywoływać dyskomfort u kobiety badanej.

Mammografia nie wymaga specjalnego przygotowania, jednak w dniu badania nie powinno się stosować dezodorantów, talku czy kremów w górnej połowie ciała, gdyż może to zafałszować wynik.

*Mammografia to prześwietlenie piersi przy pomocy małej, bezpiecznej dla zdrowia dawki promieni rentgenowskich.*

## WAŻNE!

*Do lekarza onkologa nie jest wymagane skierowanie.*

*Badanie palpacyjne piersi lekarz ginekolog powinien wykonywać przy każdej wizycie kontrolnej.*

*Każda ubezpieczona kobieta w wieku 50 - 69 lat może wykonać co 2 lata bezpłatne badanie mammograficzne w ramach Populacyjnego Programu Wczesnego Wykrywania Raka Piersi.*

Oddział Oświaty Zdrowotnej i Promocji Zdrowia WSSE  
ul. Nowogrodzka 82, 02-018 Warszawa  
tel. (22) 432 10 02, [promocjazdrowia@wsse.waw.pl](mailto:promocjazdrowia@wsse.waw.pl)



Materiały wydane przez Wojewódzką Stację Sanitarno – Epidemiologiczną w Warszawie w ramach wojewódzkiego programu edukacyjnego profilaktyki raka piersi.

## ZDROWE PIERSI SĄ OK!

Materiały informacyjne dla rodziców



## RAK PIERSI MOŻE DOTYCZYĆ KAŻDEJ Z NAS

Rak piersi to najczęściej występujący nowotwór złośliwy u kobiet. Stanowi ok. 20% wszystkich zachorowań na nowotwory złośliwe u Polek. Wcześnie wykryty rak piersi daje większą szansę na całkowite wyleczenie. Nie należy zwlekać z pójściem do lekarza, kiedy pojawia się niepokojąca zmiana. Ponad 80% zmian wykrywanych w piersiach ma charakter łagodny.

### KIEDY POJAWIA SIĘ PROBLEM?

O istnieniu raka piersi dowiadujemy się najczęściej nagle, ale proces nowotworowy trwa często wiele lat. Nowotwór rozpoznany we wczesnym stadium jest mało zaawansowany i rokuje duże szanse na całkowite wyleczenie. Konieczne są jednak regularne badania, takie jak samobadanie piersi, USG i mammografia. Badanie mammograficzne umożliwia wczesne rozpoznanie i wykrycie guzków o średnicy nawet 0,5 cm.

*Należy pamiętać, że nie każdy guzek oznacza raka piersi.*

## KTO JEST BARDZIEJ NARAŻONY NA CHOROBE?

Ryzyko zachorowania na raka piersi wzrasta u kobiet w wieku od 50 do 69 lat. Częściej występuje po menopauzie, jednak zdarza się także u młodych kobiet. Oprócz wieku, do czynników zwiększających ryzyko zachorowania na raka piersi zalicza się uwarunkowania rodzinne. Kobiety, u których w rodzinie występował rak piersi, powinny zwracać szczególną uwagę na regularność wykonywanych badań.

Należy także pamiętać o innych czynnikach ryzyka:

- wczesna pierwsza miesiączka,
- późne macierzyństwo,
- bezdzietność,
- długotrwałe stosowanie leków hormonalnych,
- a także nadwaga czy nadużywanie alkoholu.

*Świadomość czynników ryzyka pozwala na podjęcie odpowiedniej profilaktyki.*

*Profilaktyka raka piersi – pamiętajmy o badaniach kontrolnych!*

**Zachęcajmy do badań!**

## SAMOBADANIE PIERSI

Samobadanie piersi (badanie palpacyjne) to jeden z najprostszych sposobów profilaktyki raka piersi. Pozwala na poznanie specyfiki budowy swoich piersi oraz szybkie wychwycenie pojawiających się zmian. Powinno być wykonywane, począwszy od 20 roku życia, systematycznie co miesiąc, najlepiej w tydzień po miesiączce. Jeśli kobieta nie miesiączkuje z powodu menopauzy lub ciąży, samobadanie powinno być wykonywane w wybranym dniu miesiąca (np. piątego dnia każdego miesiąca).

*Niepokojąca zmiana, wykryta podczas samobadania, powinna być jak najszybciej skonsultowana z lekarzem.*

## USG

Badanie ultrasonograficzne piersi (USG) jest wykonywane jako badanie uzupełniające do badania palpacyjnego i/lub mammografii. Służy ono do oceny piersi o gęstym utkaniu gruczołowym. Badanie to nie wymaga żadnego przygotowania, jest bezbolesne.

*USG piersi to krótkie i bezpieczne badanie, wykonywane przy pomocy ultradźwięków.*