Różowy Październik

 [1]

Październik ma kolor różowy i przypomina nam o tym, co najważniejsze: o zdrowiu kobiet. Rak piersi dotyka panie najczęściej, ale wczesna diagnoza pozwala wygrać tę walkę w aż 90% przypadków. Zadbaj o siebie, przebadaj się i nie odkładaj swojego zdrowia na później – jesteś potrzebna sobie i swoim bliskim.

Rak piersi odpowiada za prawie 24% wszystkich zachorowań wśród nowotworów i jest przyczyną niemal 15% wszystkich zgonów kobiet z powodu nowotworów złośliwych. W początkowym okresie nie daje on żadnych objawów, ale dzięki wczesnemu wykryciu, może być całkowicie uleczalny.

Program wczesnego wykrywania raka piersi

Program wczesnego wykrywania raka piersi kierowany jest do kobiet w wieku 45-74 lat. W jego ramach co 2 lata, a kobiety obciążone czynnikami ryzyka co 12 miesięcy, mogą wykonać profilaktyczną mammografię bez skierowania.

Kobiety młodsze niż 45 lat i starsze niż 74 lata również mogą korzystać z badań na podstawie skierowania, np. od lekarza ginekologa.

Gdzie można wykonać badania?

Mammografia jest wykonywana w pracowniach stacjonarnych i mammobusach.

W Zachodniopomorskiem mamy 10 pracowni stacjonarnych: 6 w Szczecinie, 2 w Koszalinie, w Kołobrzegu i w Szczecinku.

Bieżąca trasa postoju mammobusów jest regularnie zamieszczana na stronie Zachodniopomorskiego Oddziału Wojewódzkiego NFZ, na październik postój mammobusów w naszym województwie został zaplanowany aż 89 razy.

Aktualny harmonogram trasy mammobusów. [2]

Czynniki ryzyka Jest wiele różnych czynników, które mogą przyczynić się do rozwoju raka piersi. Mogą być to czynniki genetyczne, hormonalne i środowiskowe tj.: [2]

· wiek powyżej 50 lat

· obciążenie genetyczne - zwiększone ryzyko związane jest zwykle z mutacjami w genach BRCA1 i BRCA2

· czynniki hormonalne tj.: wieloletnie stosowanie hormonalnej terapii zastępczej w przebiegu menopauzy

· nadwaga i otyłość

· mała aktywność fizyczna

· regularne spożywanie alkoholu

· częste spożywanie pokarmów bogatych w tłuszcze nasycone.

Wczesne wykrywanie nowotworów piersi

· Samobadanie piersi. Powinno się je wykonywać regularnie, raz w miesiącu, dzięki czemu wyczuje się ewentualną różnicę między badaniami. Od 3 do 5 dni po miesiączce.

· Mammografia. W czasie badania mammograficznego wykonuje się dwa zdjęcia każdej piersi. Dawka promieniowania jest niska, zbliżona do otrzymywanej np. podczas prześwietlenia zęba. Badanie może pokazać zmiany niewyczuwalne w badaniach palpacyjnych.

· USG piersi. Badanie zalecane dla kobiet poniżej 45 r.ż., które mają w piersiach więcej tkanki gruczołowej, niż tłuszczowej. Obraz możliwych zmian jest bardziej widoczny na USG, niż przy mammografii. Skierowanie na badanie wystawi lekarz ginekolog.

Poradnik Pacjenta: Rak piersi – jak mu skutecznie zapobiegać? [3]

Dane statystyczne

Z danych na sierpień tego roku, uprawnionych do skorzystania z programu profilaktycznego jest 377 143 mieszkanek naszego regionu. Badania zrobiło 35,64% mieszkanek. W rankingu województw nasz region zajmuje szóste miejsce, jeśli chodzi o realizację badań. Najmniej w powiecie kołobrzeskim (29,89%), Szczecin (31,21%), Koszalin (33,03%). Najwięcej w powiecie choszczeńskim (44,42%), pyrzyckim (42,58%), drawskim (41,79%).

Różowy Październik w regionie. Wydarzenia, w których weźmie udział Zachodniopomorski Oddział Wojewódzki NFZ

W październiku nasze mobilne stanowisko będzie brało udział w kilkunastu wydarzeniach, edukując w zakresie profilaktyki oraz samobadania. Zorganizujemy spotkania dla różnych grup, m.in. uczniów, urzędników, rolników, seniorów. Będziemy na wydarzeniach otwartych, za każdym razem edukując o profilaktyce.

Naszym celem jest przekazanie wiedzy, którą można wykorzystać od razu. Podczas spotkań uczymy samobadania na specjalnych fantomach nie tylko kobiety. Zachęcamy do nauki również mężczyzn, żeby mieli wiedzę i wspierali partnerki w regularnym dbaniu o zdrowie.

- More news [4]

- Archive [5]

Source URL: https://koszalin.pl/en/node/12857

Links
[1] https://koszalin.pl/sites/default/files/field/image/projekt_grafiki_strona_www.koszalin.pl_aktualnosc_29_2.jpg
[2] https://www.nfz-szczecin.pl/viac4_news_34_harmonogram_pracy_mammobusow_w_wojewodztwie_zachodniopomorskim.htm
[3] https://www.nfz.gov.pl/aktualnosci/aktualnosci-centrali/poradnik-pacjenta-rocznie-dowiaduje-sie-o-nim-az-20-tysiecy-kobiet-rak-piersi-jak-mu-skutecznie-zapobiegac,8490.html
[4] https://koszalin.pl/en/aktualnosci
[5] https://koszalin.pl/en/archiwum