

19 kwietnia 2024



## **Wiosenna, biała sobota. Do badań zaprasza Świętokrzyskie Centrum Onkologii**

**20 kwietnia Świętokrzyskie Centrum Onkologii zaprasza panie na wiosenną białą sobotę. Podczas tej akcji mieszkanki województwa świętokrzyskiego będą mogły skorzystać z bezpłatnej mammografii i cytologii w ramach programów profilaktyki onkologicznej.**

**Podczas białej soboty, 20 kwietnia w godzinach 9.00-14.00 w Świętokrzyskim Centrum Onkologii będą dostępne bezpłatnie:**

- **Mammografia - dla pań w wieku 45-74 lat**, zgodnie z Programem profilaktyki raka piersi badanie należy wykonywać regularnie, co 2 lata. **Rejestracja na mammografię: 607 77 88 88.**
- **Cytologia (konwencjonalna i na podłożu płynnym - dwa badania podczas jednej wizyty) - dla pań w wieku 25-64 lat**, zgodnie z Programem profilaktyki raka szyjki macicy badanie należy wykonywać regularnie, co 3 lata. **Kobiety w wieku od 25 do 64 lat, obciążone czynnikami ryzyka** (zakażone wirusem HIV, przyjmujące leki immunosupresyjne, zakażone HPV - typem wysokiego ryzyka) powinny wykonywać cytologię co 12 miesięcy. **Rejestracja na cytologię: 609 99 00 33.**

### **Jak się przygotować do badań:**

**Cytologia jest badaniem całkowicie bezbolesnym i bezpiecznym dla kobiety.** Polega na pobraniu komórek nabłonka szyjki macicy (przez położną lub ginekologa) do oceny pod mikroskopem. Podczas badania wykorzystuje się sprzęt jednorazowego użytku (wziernik i szczoteczkę cytologiczną). Wykonywana regularnie, co trzy lata, cytologia pozwala na wykrycie stanów przednowotworowych i nowotworu w stadium przedinwazyjnym, kiedy nie występują jeszcze żadne objawy i możliwe jest pełne wyleczenie.

### **Jak się przygotować do cytologii:**

- wykonuj cytologię najwcześniej 4 dni po zakończeniu miesiączki i nie później niż 4 dni przed rozpoczęciem następnej
- na 4 dni przed badaniem nie stosuj leków dopochwowych, tamponów, ani irygacji (płukania pochwy)
- co najmniej na 48 godzin przed badaniem nie odbywaj stosunków płciowych
- na 48 godzin przed badaniem cytologicznym nie poddawaj się badaniu ginekologicznemu ani pobieraniu posiewów, wymazów z kanału szyjki macicy
- w przypadku wystąpienia stanu zapalnego narządu rodne (świadczą o tym np. upławy), wykonaj cytologię po wyleczeniu się.

### **Czynniki zwiększające ryzyko zachorowania na raka szyjki macicy**

- infekcja wirusem HPV
- wczesne rozpoczęcie współżycia płciowego, duża liczba partnerów seksualnych
- liczne ciążę i porody, szczególnie w młodym wieku
- przewlekłe stany zapalne pochwy
- wieloletnie stosowanie hormonalnych środków antykoncepcyjnych
- niski status socjoekonomiczny, niewłaściwa dieta, niski poziom higieny osobistej

- palenie papierosów.

**Mammografia (prześwietlenie piersi) to najskuteczniejsze badanie przesiewowe w profilaktyce raka piersi.** Polega na wykonaniu zdjęć rentgenowskich piersi w dwóch projekcjach, dla zobrazowania struktury gruczołu piersiowego. Dawka promieniowania podczas mammografii jest niska, nie przekracza 1/6 dawki promieniowania, które naturalnie przyjmujemy z atmosfery. Badanie jest bezpieczne, a zastosowany przez chwilę ucisk piersi w mammografii nie uszkadza ich i nie stanowi żadnego zagrożenia dla zdrowia. Badanie trwa kilka minut i pozwala wykryć zmiany wielkości 3 mm (guzki i mikrozwapnienia). Nie każda wykryta zmiana jest rakiem, ale każda wymaga zdiagnozowania.

### **Jak się przygotować do mammografii:**

- Mammografię najlepiej wykonywać w pierwszej fazie cyklu miesięczkowego (w ciągu 10 dni od pierwszego dnia miesiączki), kiedy piersi są miękkie i mniej wrażliwe na dotyk.
- W dniu badania nie należy stosować dezodorantu ani talku/pudru, ponieważ te środki mogą zaburzyć obraz mammograficzny.
- Warto założyć wygodną, dwuczęściową odzież, którą będzie można łatwo zdjąć do badania.
- Nie należy zakładać biżuterii/ ozdób na szyję i uszy.
- Należy zabrać ze sobą dokument z numerem PESEL.

**Z Programu profilaktyki raka piersi wyłączone są pacjentki z dziedzicznie uwarunkowanym ryzykiem zachorowania na raka piersi lub raka jajnika, ze względu na to, że są one objęte opieką w ramach programu "Opieka nad rodzinami wysokiego, dziedzicznie uwarunkowanego ryzyka zachorowania na raka piersi lub raka jajnika" na etapie "Nadzór i badania diagnostyczne" realizowanego w ramach ambulatoryjnej opieki specjalistycznej.**