# W ?wiatowym Dniu bez Tytoniu – zadzwo? do ?CO [1]

31 maja, w ?wiatowym Dniu bez Tytoniu w ?wi?tokrzyskim Centrum Onkologii b?dzie prowadzone w godzinach 8.00 – 15.00 telefoniczne poradnictwo antytytoniowe oraz telefoniczna rejestracja na bezp?atne badania w ramach realizowanych przez ?CO programów profilaktyki nowotworów g?owy i szyi oraz raka p?uca.

**Skorzystaj z telefonicznego poradnictwa antytytoniowego**

- Palenie tytoniu stanowi pierwsz? przyczyn? zachorowalno?ci i umieralno?ci z powodu nowotworów z?o?liwych, a nara?enie dotyczy zarówno osób pal?cych czynnie, jak te? biernych palaczy. Substancje toksyczne zawarte w dymie tytoniowym zwi?kszaj? ryzyko zachorowania na nowotwory uk?adu oddechowego, a tak?e na raka p?cherza moczowego, trzustki, jelita grubego, piersi i szyjki macicy. Nigdy nie jest za pó?no, aby zerwa? z na?ogiem – podkre?la Jadwiga Zapa?a, specjalista promocji zdrowia z Zak?adu Profilaktyki Onkologicznej ?CO.

Telefoniczne poradnictwo antytytoniowe b?dzie prowadzone w **godzinach 8.00-15.00** pod numerami telefonów: **885 77 99 88, 41 36 74 653.**

**Zarejestruj si? na bezp?atne badania**

Osoby pal?ce papierosy i spe?niaj?ce kryteria kwalifikacyjne do Programu profilaktyki nowotworów g?owy i szyi lub do Programu profilaktyki raka p?uca, realizowanych przez ?wi?tokrzyskie Centrum Onkologii, b?d? mog?y w zarejestrowa? si? na bezp?atne badanie laryngologiczne (nasofiberoskopia) oraz/lub niskodawkow? tomografi? komputerow? p?uc.

**W programie „Twój ?wiadomy wybór – profilaktyka nowotworów g?owy i szyi”,** którego celem jest wczesne wykrycie choroby u osób znajduj?cych si? w grupie podwy?szonego ryzyka, mog? wzi?? udzia? osoby w wieku 40-65 lat z województw: ?wi?tokrzyskiego, mazowieckiego, lubelskiego i podkarpackiego, które pal? papierosy lub maj? przynajmniej jeden trwaj?cy d?u?ej ni? 3 tygodnie objaw mog?cy wskazywa? na zwi?kszone ryzyko nowotworów g?owy i szyi, niezwi?zany z infekcj? górnych dróg oddechowych:

- ból gard?a,

- pieczenie j?zyka,

- przewlek?a chrypa,

- guz na szyi,

- niegoj?ce si? owrzodzenie jamy ustnej,

- jednostronna niedro?no?? lub krwawienie z nosa oraz problemy z prze?ykaniem.

Badanie sk?ada si? z wywiadu, standardowego badania laryngologicznego oraz oceny stanu nosa, jamy ustnej, gard?a i krtani przy pomocy fiberoskopu, czyli cienkiego elastycznego wziernika z kamer?. Trwa kilka minut i jest bezbolesne. **Rejestracja na badania laryngologiczne: pod numerem telefonu 41 36 74 653.**

**W Programie profilaktyki raka p?uca** mog? wzi?? mieszka?cy województw: ?wi?tokrzyskiego, podkarpackiego oraz ma?opolskiego. Przyst?pienie do badania przesiewowego NDTK jest równoznaczne z ch?ci? skorzystania z dost?pnego poza programem poradnictwa antytytoniowego.

Badaniami skryningowymi obj?te s? osoby w wieku 55-74 lat:

- pal?ce z konsumpcj? tytoniu równ? lub wy?sz? 20 paczkolat (1 paczkorok przelicza si? na palenie 1 paczki

dziennie przez 20 lat  lub 2 paczek przez 10 lat)
- które zaprzesta?y palenia i czas abstynencji jest nie d?u?szy ni? 15 lat.

Badaniami skryningowymi obj?te b?d? te? osoby w wieku 50-74 lat, pal?ce papierosy obecnie lub w przesz?o?ci, u których dodatkowo wyst?puje jeden z czynników ryzyka:

- ekspozycja zawodowa na krzemionk?, beryl, nikiel, chrom, kadm, azbest, zwi?zki arsenu, spaliny silników diesla, dym ze spalania w?gla kamiennego, sadz?;
- ekspozycja na radon;
- indywidualna historia zachorowania na raka: przebyty rak p?uca, w wywiadzie ch?oniak, rak g?owy i szyi lub raki zale?ne od palenia tytoniu, np. rak p?cherza moczowego;
- rak p?uca u krewnych w wywiadzie pierwszego stopnia;
- historia chorób p?uc: przewlek?a obturacyjna choroba p?uc (POCHP) lub w?óknienie p?uc (IPF).

**Rejestracja na badania NDTK pod numerem telefonu: 885 77 99 88.**

Aktualno?ci

**Source URL:**https://onkol.kielce.pl/pl/aktualnosci/w-swiatowym-dniu-bez-tytoniu-zadzwon-do-sco?mini=2021-08

**Links**
[1] https://onkol.kielce.pl/pl/aktualnosci/w-swiatowym-dniu-bez-tytoniu-zadzwon-do-sco