

[8 marca w ?CO: bia?a sobota dla zdrowia kobiet \[1\]](#)

8 marca ?wi?tokrzyskie Centrum Onkologii zaprasza na bia?? sobot? dla zdrowia kobiet. W programie: bezp?atna mammografia i cytologia w ramach programów profilaktyki onkologicznej, nauka samobadania piersi na fantomach oraz edukacja w zakresie prowadzonych przez ?CO bada? klinicznych, ze szczególnym uwzgl?dnieniem nowotworów kobiecych. Na panie, które skorzystaj? z bezp?atnych bada?, czekaj? drobne upominki.

Podczas bia?ej soboty, 8 marca w godzinach 9.00-14.00 w ?wi?tokrzyskim Centrum Onkologii b?d? dost?pne bezp?atnie:

- **Mammografia – dla pa? w wieku 45-74 lat**, zgodnie z Programem profilaktyki raka piersi badanie nale?y wykonywa? regularnie, co 2 lata. **Rejestracja na mammografi?: 607 77 88 88.**
- **(konwencjonalna i na pod?o?u p?ynnym - dwa badania podczas jednej wizyty) – dla pa? w wieku 25-64 lat**, zgodnie z Programem profilaktyki raka szyjki macicy badanie nale?y wykonywa? regularnie, co 3 lata. **Kobiety w wieku od 25 do 64 lat, obci??one czynnikami ryzyka** (zaka?one wirusem HIV, przyjmuj?ce leki immunosupresyjne, zaka?one HPV - typem wysokiego ryzyka) powinny wykonywa? cytologi? co 12 miesi?cy. **Rejestracja na cytologi?: 609 99 00 33.**
- **Nauka samobadania piersi na fantomach** – prowadzona przez ?wi?tokrzyski Klub „Amazonki”.
- **Edukacja z zakresie realizowanych w ?wi?tokrzyskim Centrum Onkologii bada? klinicznych (ze szczególnym uwzgl?dnieniem nowotworów kobiecych)** – przygotowana przez Onkologiczne Centrum Wsparcia Bada? Klinicznych ?CO.

Jak si? przygotowa? do bada?

Cytologia jest badaniem ca?kowicie bezbolesnym i bezpiecznym dla kobiety. Polega na pobraniu komórek nab?onka szyjki macicy (przez po?o?n? lub ginekologa) do oceny pod mikroskopem. Podczas badania wykorzystuje si? sprz?t jednorazowego u?ytku (wziernik i szcoteck? cytologiczn?). Wykonywana regularnie, co trzy lata, cytologia pozwala na wykrycie stanów przednowotworowych i nowotworu w stadium przedinwazyjnym, kiedy nie wyst?puj? jeszcze ?adne objawy i mo?liwe jest pe?ne wyleczenie.

Jak si? przygotowa? do cytologii

- wykonuj cytologi? najwcze?niej 4 dni po zako?czeniu miesi?czki i nie pó?niej ni? 4 dni przed rozpocz?ciem nast?pnej
- na 4 dni przed badaniem nie stosuj leków dopochwowych, tamponów, ani irygacji (p?ukania pochwy)
- co najmniej na 48 godzin przed badaniem nie odbywaj stosunków p?ciowych
- na 48 godzin przed badaniem cytologicznym nie poddawaj si? badaniu ginekologicznemu ani pobieraniu posiewów, wymazów z kana?u szyjki macicy
- w przypadku wyst?pienia stanu zapalnego narz?du rodneg? (?wiadcz? o tym np. up?awy), wykonaj cytologi? po wyleczeniu si?.

Czynniki zwi?kszaj?ce ryzyko zachorowania na raka szyjki macicy

- infekcja wirusem HPV
- wczesne rozpocz?cie wspó??ycia p?ciowego, du?a liczba partnerów seksualnych
- liczne ci??e i porody, szczególnie w m?odym wieku
- przewlek?e stany zapalne pochwy
- wieloletnie stosowanie hormonalnych ?rodków antykoncepcyjnych
- niski status socjoekonomiczny, niew?a?ciwa dieta, niski poziom higieny osobistej
- palenie papierosów.

Mammografia (prze?wietlenie piersi) to najskuteczniejsze badanie przesiewowe w profilaktyce raka piersi. Polega na wykonaniu zdj?? rentgenowskich piersi w dwóch projekcjach, dla zobrazowania struktury gruczo?u piersiowego. Dawka promieniowania podczas mammografii jest niska, nie przekracza 1/6 dawki promieniowania, które naturalnie przyjmujemy z atmosfery. Badanie jest bezpieczne, a zastosowany przez chwil? ucisk piersi w mammografii nie uszkadza ich i nie stanowi ?adnego zagro?enia dla zdrowia. Badanie trwa kilka minut i pozwala wykry? zmiany wielko?ci 3 mm (guzki i mikrozwapnienia). Nie ka?da wykryta zmiana jest rakiem, ale ka?da wymaga zdiagnozowania.

Jak si? przygotowa? do mammografii

- Mammografi? najlepiej wykonywa? w pierwszej fazie cyklu miesi?czkowego (w ci?gu 10 dni od pierwszego dnia miesi?czki), kiedy piersi s? mi?kkie i mniej wra?liwe na dotyk.
- W dniu badania nie nale?y stosowa? dezodorantu ani talku/pudru, poniewa? te ?rodki mog? zaburzy? obraz mammograficzny.
- Warto za?o?y? wygodn?, dwucz??ciow? odzie?, któr? b?dzie mo?na ?atwo zdj?? do badania.
- Nie nale?y zak?ada? bi?uterii/ ozdób na szyj? i uszy.
- Nale?y zabra? ze sob? dokument z numerem PESEL.

Z Programu profilaktyki raka piersi wy??czone s? pacjentki z dziedzicznie uwarunkowanym ryzykiem zachorowania na raka piersi lub raka jajnika, ze wzgl?du na to, ?e s? one obj?te opiek? 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.

[2]

[3]

Aktualno?ci

Source URL: <https://onkol.kielce.pl/pl/aktualnosci/8-marca-w-sco-biala-sobota-dla-zdrowia-kobiet>

Links

[1] <https://onkol.kielce.pl/pl/aktualnosci/8-marca-w-sco-biala-sobota-dla-zdrowia-kobiet> [2]

https://onkol.kielce.pl/sites/default/files/galerie/alicja_cytologia.jpg [3]

https://onkol.kielce.pl/sites/default/files/galerie/mammografia_kwadrat.jpg