

5 kwietnia – biały sobota w ?CO na ?wiatowy Dzień Zdrowia [1]

W sobotę, 5 kwietnia, przed ?wiatowym Dniem Zdrowia zapraszamy do ?wi?tokrzyskiego Centrum Onkologii na: bezpieczne badania profilaktyczne (mammografia i cytologia), pomiary tlenu w?gla i porady antytytoniowe dla osób pal?cych papierosy oraz nauki czujno?ci onkologicznej i zdrowego stylu ?ycia.

Podczas białej soboty, 5 kwietnia w godzinach 9.00-14.00 w ?wi?tokrzyskim Centrum Onkologii b?d? dostępne bezpiecznie:

- **Mammografia – dla pań w wieku 45-74 lata**, 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?yнным - dwa badania podczas jednej wizyty) – dla pań w wieku 25-64 lata**, 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.**
- **Pomiary tlenu w?gla w wydychanym powietrzu** u osób pal?cych wraz z udzielaniem porad antytytoniowych.
- **Informacja na temat szczepie? przeciwko HPV** oraz innych szczepie? ochronnych.
- **Nauka samobadania piersi na fantomach** i informacja o programach profilaktycznych realizowanych przez ?CO.
- **Kolporta? materia?ów edukacyjnych** – ulotki i broszury dot. profilaktyki uzale?nie?, profilaktyki nowotworów oraz chorób zaka?nych i paso?yticznych.

Zach?camy do telefonicznej rejestracji na badania. Partnerem akcji jest Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Kielcach oraz ?wi?tokrzyski Klub Amazonki.

To warto wiedzie?

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 szczoteczk? 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 badania

- 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 rodnego (?wiadc? o tym np. up?awy), wykonaj cytologi? po wyleczeniu si?.

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 0,5 mm (guzki i mikrozwapienia). Nie ka?da wykryta zmiana jest rakiem, ale ka?da

wymaga zdiagnozowania.

Jak si? przygotowa? do badania?

- 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/5-kwietnia-biala-sobota-w-sco-na-swiatowy-dzien-zdrowia>

Links

[1] <https://onkol.kielce.pl/pl/aktualnosci/5-kwietnia-biala-sobota-w-sco-na-swiatowy-dzien-zdrowia> [2]

https://onkol.kielce.pl/sites/default/files/galerie/dsc_0215_0.jpg [3]

https://onkol.kielce.pl/sites/default/files/galerie/img_20250308_095150_1_0.jpg