

# PAŹDZIERNIK

Miesiącem Świadomości Raka Piersi



## Kategoria

- Zdrowie

Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Hajnówce przypomina, że trwa „Różowy Październik”, czyli Miesiąc Świadomości Raka Piersi.

Rak piersi jest jednym z najczęstszych nowotworów u kobiet. Wśród nich dużą grupę stanowią odmiany złośliwe. Wczesna diagnostyka pozwala uniknąć powikłań i przerzutów, co daje szansę na całkowite wyleczenie. Rocznie na raka piersi umiera w Polsce niemal dziewięć tysięcy kobiet. Na dziesięć zgonów osiem spowodowała zbyt późna diagnoza. Często wystarczyłoby się zgłosić się na badanie rok, dwa wcześniej. W początkowym stadium choroba zazwyczaj nie daje żadnych objawów. To powód, dla którego kobiety powinny samodzielnie badać swoje piersi.

Większość przypadków raka piersi występuje losowo, tj. sporadycznie, ale może też mieć przyczynę genetyczną. Czynniki ryzyka raka piersi obejmują sytuację hormonalną, wiek, gęstość tkanki piersi i styl życia.

Zachorowalność na raka piersi jest największa wśród kobiet między 55 a 65 rokiem życia, dlatego program profilaktyki raka piersi, polegający na badaniu mammograficznym, adresowany jest do kobiet w wieku 50-69 lat. Panie będące w tej grupie wiekowej powinny poddawać się mammografii co dwa lata. Badanie w ramach programu jest bezpłatne. Badanie można również wykonać w mobilnych mammobusach.

**Zachęcamy do odwiedzenia stron:**

<https://pacjent.gov.pl/program-profilaktyczny/profilaktyka-raka-piersi>

<https://www.zwrotnikraka.pl/rozowy-pazdziernik-miesiac-swiadomosci-raka-piersi/>

<https://planujedlugiezycie.pl/index.php/rak-piersi-porady/>

**Podlaski Oddział Wojewódzki NFZ zaprasza w piątek 14 października na spotkanie pod hasłem: *Październik miesiącem profilaktyki raka piersi.***

***Będzie to doskonała okazja do tego, by panie mogły poświęcić trochę czasu i uwagi na zadbanie o własne zdrowie oraz zaplanować działania profilaktyczne dobrane do ich wieku i potrzeb. To idealny moment, aby zacząć zdrowe zmiany w swoim życiu!***

**Kiedy?** 14 października 2022 r., godz. 9:00-12:00

**Gdzie?** Podlaskie Centrum Rolno -Towarowe S.A. przy ul. Gen. Wł. Andersa 40 w Białymstoku

**Wstęp na wydarzenie jest bezpłatny, a panie które będą w nim uczestniczyć mogą skorzystać z:**

1. badania mammograficznego w mammobusie (skierowane do pań w wieku 50-69 lat; postój mammobusa zaplanowany jest na godz. 8.00-13.00).

2. analizy składu ciała, określenia BMI oraz wieku metabolicznego ciała

3. konsultacji z doradcą ds. profilaktyki zdrowotnej z Podlaskiego Oddziału NFZ, który m.in. przedstawi:

- Programy profilaktyczne Ministerstwa Zdrowia i NFZ dedykowane danej osobie uwzględniając jej wiek, płeć i jednostki chorobowe. Udzieli szczegółowych informacji o możliwościach zapisu i placówkach realizujących dany program profilaktyczny.
- Bezpłatny pakiet badań diagnostycznych dla kobiet i mężczyzn „Profilaktyka 40PLUS” wraz z informacją, gdzie można go wykonać.
- Ofertę profilaktyczną dostępną w Sali Obsługi Klienta Podlaskiego Oddziału NFZ przy ul. Pałacowej 3 w Białymstoku; pomoże zapisać się na wizytę w kiosku profilaktycznym w siedzibie Podlaskiego NFZ czy na tzw. „cichą godzinę” dedykowaną osobom z nadwrażliwością na dźwięk i światło.
- Pakiet materiałów informacyjnych NFZ zawierający m.in.: Magazyn „Ze Zdrowiem”- wydanie poświęcone chorobom nowotworowym; dostępne bezpłatne materiały treningowe oraz dietetyczne w wersji online, m.in. portal <https://diety.nfz.gov.pl>

\*\*\*\*\*

**Drugą najczęstszą przyczyną zgonów kobiet w Polsce jest rak piersi.** W początkowym okresie nie daje on żadnych objawów, ale wcześniej wykryty jest uleczalny. Dlatego tak ważne jest, aby kobiety poddawały się regularnym badaniom mammograficznym, które pozwalają wykryć nawet najmniejsze zmiany.

**Bezpłatne badanie mammograficzne w ramach Programu Profilaktyki Raka Piersi NFZ** dedykowane jest kobietom w wieku 50-69 lat (przy określaniu wieku należy wziąć pod uwagę rok urodzenia), które nie wykonały badania w ciągu ostatnich dwóch lat oraz kobiet, które otrzymały

wskazanie do wykonania badania po upływie 12 miesięcy.

Na badanie w ramach programu niepotrzebne jest skierowanie.

## **Etap podstawowy diagnostyki można wykonać w czterech poradniach stacjonarnych w woj. podlaskim:**

1. Spółdzielczy Zespół Zakładów Opieki Zdrowotnej Eskulap, Białystok, ul. Nowy Świat 11c, tel. 85 745 00 37, 85 745 00 36

2. Białostockie Centrum Onkologii, im. M. Skłodowskiej-Curie, Białystok, ul. Ogrodowa 12, 85 664 68 88 wew. 3

3. Szpital Wojewódzki im. Kard. S. Wyszyńskiego, Łomża, Piłsudskiego 11, tel. 86 473 35 98 (rejestracja tel. w godzinach 10:00 - 14:00)

4. Szpital Wojewódzki im. dr. L. Rydygiera, Suwałki, ul. Szpitalna 60, tel. 87 562 93 25 (rejestracja tel. w godzinach 7:30 - 14:30)

oraz w kilkunastu mammobusach, które nieustannie jeżdżą w terenie.

## **Postoje mammobusów zaplanowane na październik:**

- 12.10.2022 godz.: 9.00-17.00, Grajewo, ul. Strażacka 6, Mammobus przy Urzędzie Miasta, tel. do rejestracji 58 767 34 44
- 12.10.2022 godz.: 9.00-17.00, Szczuczyn, ul. Senatorska 1, Mammobus przy Muzeum Pożarnictwa, tel. do rejestracji 58 767 34 44
- 14.10.2022 godz.: 8.00-13.00, Białystok, ul. Andersa 40, Mammobus przy sklepie FACHOWIEC, tel. do rejestracji 58 767 34 44
- 15.10.2022 godz.: 8.00-13.00, Białystok, ul. Andersa 40, Mammobus przy sklepie FACHOWIEC, tel. do rejestracji 58 767 34 44
- 24.10.2022 godz.: 9.00-17.00, Wasilków, ul. Kryńska 32, Mammobus przy ośrodku zdrowia, tel. do rejestracji 42-254-64-11, 517-544-004
- 25.10.2022 godz.: 9.00-17.00, Łapy, ul. Jana Matejki 10, Mammobus przy Kościele Św. Krzyża, tel. do rejestracji 42-254-64-11, 517-544-004
- 26.10.2022 godz.: 9.00-12.00, Bielsk Podlaski, ul. Adama Mickiewicza 40, Mammobus przy budynku biura SPOŁEM, tel. do rejestracji 42-254-64-11, 517-544-004
- 27.10.2022 godz.: 9.00-12.00, Milejczyce, ul. Parkowa 20, Mammobus przy świetlicy gminnej, tel. do rejestracji 42-254-64-11, 517-544-004
- 28.10.2022 godz.: 9.00-17.00, Siemiatycze, ul. Zaszkolna 1, Mammobus przy Ośrodku Kultury, tel. do rejestracji 42-254-64-11, 517-544-004

**Dane o realizacji programu profilaktyki raka piersi (według stanu na dzień 1 października 2022 r.): 36.87 % pań w wieku 50-69 lat z województwa podlaskiego korzysta z mammografii. W województwie podlaskim nowotwory są drugą najczęstszą przyczyną śmierci Podlasiaków (po chorobach układu krążenia).**

---

**Source URL:**

<https://hajnowka.pl/aktualnosc/zdrowie/2989-rozowy-pazdziernik-miesiac-swiadomosci-raka-piersi>