

Lubuszanie SKUTECZNIE PRZECIWIW nowotworom

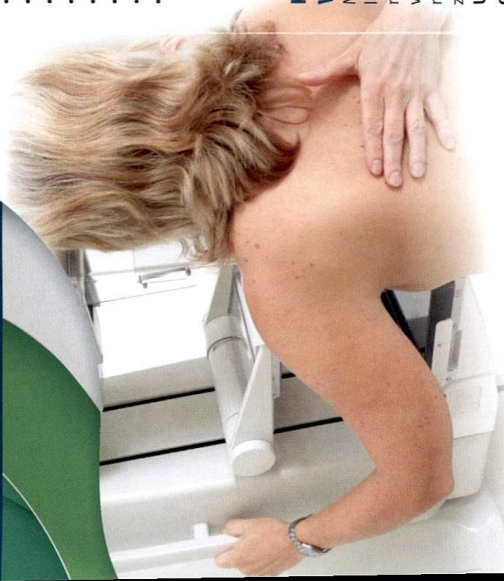
Wsparcie realizacji programów
zdrowotnych ukierunkowanych
na

**WYKRYWANIE
I ZAPOBIEGANIE
nowotworom
ZŁOSLIWYM**

- JELITA GRUBEGO
- SZYJKI MACICY
- PIERSI

wśród
MIESZKAŃCÓW
WOJEWÓDZTWA
LUBUSKIEGO

3. Profilaktyka raka piersi MAMMOGRAFIA



MAMMOGRAFIA – COTO JEST?

Badanie mammograficzne jest rentgenowskim badaniem piersi i obecnie najlepszym sposobem wykrywania raka w jego wczesnym stadium rozwoju. Pozwala ono wykryć nieprawidłowości zanim można je wyczuć lub zobaczyć. Zdarza się, że w trakcie badania kobiety odczuwają krótkotrwały ból, spowodowany uciskiem, który jest niezbędny do uzyskania prawidłowej jakości zdjęcia i zminimalizowania dawki promieniowania.

COTO JEST RAK PIERSI?

Jest to najczęstszy nowotwór złośliwy występujący u kobiet, powstający z komórek gruczołu piersiowego, który rozwija się miejscowo w piersi oraz daje przerzuty do węzłów chłonnych narządów wewnętrznych.

KTO CHORUJE?

Najczęściej kobiety po 35 roku życia (szczyt zachorowań 50-70 r.ż.). Część nowotworów piersi (ok. 10%) ma charakter dziedziczny, jednak większość powstaje w wyniku mutacji, które zachodzą w ciągu całego życia. Ryzyko zachorowania zwiększają antykoncepcja hormonalna, hormonalna terapia zastępcza, a także alkohol, otyłość, bezdzietność, dieta obfitująca w tłuszcze zwierzęce.

OBJAWY RAKA PIERSI

- guz piersi wyczuwalny palpacyjnie,
- zmiana wielkości, kształtu piersi,
- wciągnięcie skóry lub brodawki,
- zmiany skórne na brodawce lub wokół niej,
- wyciek z brodawki,
- zaczerwienienie i zgrubienie skóry tzw. „skórka pomarańczowa”,
- poszerzenie żył skóry piersi,
- owrzodzenie skóry piersi,
- powiększenie węzłów chłonnych w dole pachowym,
- ból samistoiny lub przy ucisku obustronny lub jednostronny.

**CZASAMI NIE MA ŻADNEGO WCZESNEGO
OBJAWU I DLATEGO TAK WAŻNE JEST
SYSTEMATYCZNE WYKONYWANIE BADAŃ.**

KTO MOŻE SKORZYSTAĆ Z BEZPŁATNYCH BADAŃ W RAMACH PROJEKTU?

Mieszanki województwa lubuskiego, kobiety w wieku od 50 do 69 lat, które nie miały wykonywanej mammografii w ciągu ostatnich 24 miesięcy lub otrzymały w ramach programu profilaktyki raka piersi w ubiegłym roku pisemne wskazanie do wykonania ponownej mammografii po 12 miesiącach i nie miały wcześniej stwierdzonej zmiany nowotworowej piersi.

Uwaga: Idąc na badania mammograficzne pamiętaj o zabraniu dokumentu tożsamości z numerem PESEL oraz wcześniej wykonanych badań mammograficznych.

- * Badania w zakresie raka piersi finansowane są ze środków Narodowego Funduszu Zdrowia.

GDZIE I KIEDY MOŻNA SIĘ ZBADAĆ?

Trasa przejazdu mamobusów dostępna jest na stronie internetowej www.lubuskie.pl w zakładce „zdrowie” lub na stronie internetowej Lubuskiego Oddziału Wojewódzkiego Narodowego Funduszu Zdrowia.

STACJONARNIE MOŻESZ ZBADAĆ SIĘ W:

- NZOZ Panoramax
Garzów Wilp, ul. Piłsudskiego 47 tel. 95 781 47 00, 729 42 80
- New Medical Sp. z o.o
Garzów Wilp, ul. Walczyka 25 tel. 95 735 74 00, 531 357 400
- NSZOZ „Diagnostyka” Leszek Szyński, Wojciech Kwicień s.c.
Zielona Góra, ul. Wazów 4 tel. 68 452 77 94
Zielona Góra, ul. Wandy 27 tel. 68 452 78 07
- AIdemed Centrum Medyczne
Zielona Góra, ul. Towarowa 20 tel. 68 353 06 00
- 105. Kresowy Szpital Wojewódzki
Żary, ul. Domańskiego 2 tel. 68 470 79 01

Lubuszanie SKUTECZNIE PRZECIWIW nowotworom

- JELITA GRUBEGO
- SZYJKI MACICY
- PIERSI

Zdrowie
zależy od nas samych
i od profilaktyki.
Warto skorzystać
z darmowych badań.
Zapraszamy!

Elżbieta Anna Polak
Masaż, Higiena i Kosmetyka

zdrowie
Lubuskie



Zapraszamy do
Ośrodka Zdrowia
w Babimoście
i Nowym Kramsku

1. KOLONOSKOPIA

Profilaktyka raka jelita grubego
(POLIPEKTOMIA WRAZ OCENĄ
HISTOPATOLOGICZNĄ)

KOLONOSKOPIA - COTO JEST?

Kolonoskopia jest metodą endoskopowego badania dolnego odcinka przewodu pokarmowego (jelita grubego). Wykonanie badania jest możliwe po odpowiednim oczyszczeniu jelita z resztek pokarmowych.

Lekarz wykonujący badanie wsuwa do odbytnicy pacjenta końcówkę kolonoskopu uprzednio zwilżoną żelam i stopniowo przesuwa ją wzdłuż jelita grubego. Badanie przebiega z poszanowaniem intymności oraz w sposób możliwie bezbolesny. Endoskopy, którymi wykonywane są badania kolonoskopowe, podlegają każdorazowo dezynfekcji wysokiego stopnia w specjalnych automatycznych myjniach endoskopowych.

COTO JEST RAK JELITA GRUBEGO?

Nowotwór jelita grubego rozwija się na skutek niekontrolowanego przez organizm wzrostu komórek w obrębie jelita grubego, tworząc polipowaty twór, lub rozprzestrzenia się na zewnątrz w kierunku otaczających go tkanek. Drogą naczyn krwionośnych i chłonnych rak może tworzyć przerzuty do innych narządów.

KTO CHORUJE?

Pod względem zapadalności stanowi drugi co do częstości nowotwór złośliwy, a większość zachorowań na raka jelita grubego występuje po 60 roku życia.

Zachodzące w Polsce od lat 90. ubiegłego wieku zmiany nawyków żywieniowych spowodowały stałe zwiększenie się liczby zachorowań na raka jelita grubego.

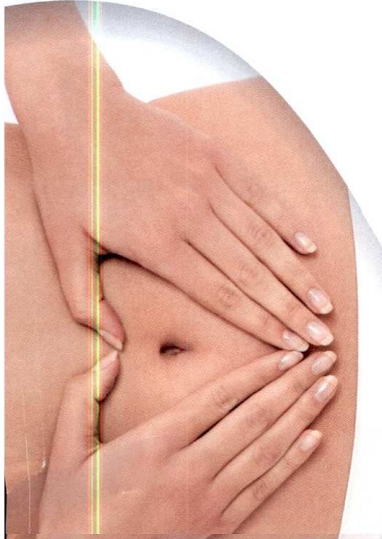
Do głównych czynników ryzyka zachorowania na raka jelita grubego należą:

nieprawidłowa dieta zbyt bogata w czerwone mięso (szczególnie smażone i grillowane) oraz zbyt uboga w świeże warzywa, owoce i błonnik, nadwaga i otyłość, niska aktywność fizyczna, palenie tytoniu, nadmierne spożywanie alkoholu, cukrzyca, czynniki genetyczne.

OBJAWY RAKA JELITA GRUBEGO

Rak jelita grubego zazwyczaj początkowo nie daje żadnych objawów. W późniejszym okresie mogą pojawić się:

- obecność krwi w stolcu,
- anemia (nieodkrywalność),
- ubytek masy ciała,
- zaburzenia rytmu wypróżnień,
- ból brzucha.



PAMIĘTAJ! RAK JELITA GRUBEGO

to jeden z bardziej przebiegłych nowotworów
– rośnie NIE DAJĄC ŻADNYCH OBJAWÓW.
w pierwszych latach swojego rozwoju.

Regularne badania kolonoskopowe pozwalają na szybkie usunięcie polipów i stanów przedrakowych zanim ulegną złośliwieniu lub zdiagnozowanie raka we wczesnym stadium rozwoju, gdy istnieje bardzo duże szanse na jego wyleczenie.

KTO MOŻE SKORZYSTAĆ Z BEZPŁATNYCH BADAŃ W RAMACH PROJEKTU?

Mieszkańcy województwa lubuskiego, osoby w wieku 55-64 lata lub osoby w wieku 25-65 lat z potwierdzonym obciążeniem genetycznym pochodzące z rodziny HNPCC lub FAP.

W ramach Projektu finansowane będą także plyn znieczulający, ocena histopatologiczna oraz zwrot kosztów za dojazd na badania dla pacjentów spoza Zielonej Góry.

MIEJSCE I TERMIN REALIZACJI BADAŃ:

Rejestracja pacjentów od drugiej połowy lipca br.,
realizacja badań – od 1 sierpnia 2017 r.

ZDROJOWA Clinic

Lubuskie Centrum Gastroenterologii i Hepatologii
Dariusz Giezowski

Zielona Góra, ul. Zdrojowa 2, 65-142
tel. 68 320 37 55, kom. 607 201 202.

2. CYTOLOGIA

Profilaktyka raka szyjki macicy

CYTOLOGIA SZYJKI MACICY – COTO JEST?

Badanie wykonuje lekarz ginekolog lub położna i polega ono na zebraniu specjalną niedużą szpatełką powierzchniowych komórek szyjki macicy po założeniu szpatełki do pochwy. Badanie jest krótkie, bezbolesne i zawsze przebiega z poszanowaniem intymności.

Nieprawidłowy wynik badania cytologicznego nie musi oznaczać raka szyjki macicy, ale zawsze wymaga dalszej diagnostyki.

Rak szyjki na podłożu zmian przedrakowych rozwija się przeciętnie od 3 do 10 lat. Cytoologia jest obecnie najlepszą metodą, która pozwala rozpoznać stany przedrakowe i nawet 80% wczesnych postaci raka. W związku z tym bardzo ważne jest regularne, co najmniej co 3 lata, wykonywanie badania cytologicznego.

JAK SIĘ PRZYGOTOWAĆ DO BADAŃ CYTOLOGICZNEGO?

- 24 godziny przed badaniem trzeba zrezygnować ze współżycia płciowego,
- 48 godzin przed badaniem nie należy używać żadnych leków dopochwowych i nie wykonywać zabiegów dopochwowych (płukania pochwy),
- zgłosić się do badania cytologicznego co najmniej dwa dni po zakończeniu krwawienia miesiączkowego, nigdy w czasie jego trwania.

COTO JEST RAK SZYJKI MACICY?

Rak szyjki macicy to pierwotny, złośliwy, nowotwór narządu rodnej kobiety, rozwijający się w obrębie szyjki macicy. Miejscem rozwoju tego nowotworu jest przede wszystkim najbardziej zewnętrzna jej część, znajdująca się w pochwie, zwana *tarczą części pochwowej* szyjki macicy, ale może być również kanał szyjki macicy. Z tych właśnie miejsc pobiera się materiał do badania cytologicznego. Inwazyjnego raka szyjki macicy poprzedza stan przedrakowy zwany *wewnątrz-nabłonkową neoplazją szyjki macicy (ang. cervical intraepithelial neoplasia, CIN)*.

KTO CHORUJE?

Rak szyjki macicy jest wskali światła drugim pod względem częstości występowania nowotworem kobiet, po raku piersi. Najwięcej kobiet choruje na ten nowotwór między 45 a 59 rokiem życia, ale zachorować może zarówno kobieta młoda, jak i starsza.

CZYNNIKAMI RYZYKA SĄ:

- zakażenie wirusami, przede wszystkim HPV 16, 18, HSV-2, chlamydiami, przewlekłe bakteriami,
- wczesne rozpoczęcie współżycia płciowego,
- częsta zmiana partnerów seksualnych lub utrzymywanie stosunków seksualnych z partnerem, który miał (ma) wielu partnerów seksualnych
- liczne ciążę porody, zwłaszcza w młodym wieku,
- niski status socjoeconomiczny.

- palenie papierosów,
- rak szyjki macicy w rodzinie,
- przebyta radioterapia na okolicę miednicy małej,
- przyjmowanie doustnych środków antykoncepcyjnych,
- niedobór witaminy A, karotenoidów i witaminy C.

OBJAWY RAKA SZYJKI MACICY

Wczesny rak szyjki macicy zwykle nie daje żadnych objawów. Późne objawy, które może powodować rak szyjki macicy:

- krwawienie międzymiesiączkowe,
 - krwawienie po stosunku czy badaniu ginekologicznym,
 - krwawienie po menopauzie,
 - krwiste upławy o nieprzyjemnym zapachu.
- Jeszcze później występujące objawy, których powodem może być rak szyjki macicy to:
- bóle w dole brzucha,
 - bóle okolicy łędźwiowo-krzyżowej,
 - obrzęki nóg,
 - trudności przy oddawaniu moczu.

WCZĘSNIE ROZPOZNAJĄC NEOPLAZJĘ SZYJKI MACICY ZWANĄ DAWNIEJ DYSPLAZJĄ LUB RAKIEM PRZEDINWAZYJNYM

SZYJKI MACICY MOŻNA WYLECZYĆ!

KTO MOŻE SKORZYSTAĆ Z BEZPŁATNYCH BADAŃ?

Mieszkańki województwa lubuskiego, kobiety w wieku 25 do 59 lat, które nie miały wykonywanej cytologii w ramach programu profilaktycznego w ciągu ostatnich 3 lat.

Uwaga! Kobiety obciążone czynnikami ryzyka (zakażone wirusem HIV, przyjmujące leki immunosupresyjne, zakażone HPV – typem wysokiego ryzyka) – mogą korzystać z cytologii w ramach programu co 12 miesięcy.

* Badania w zakresie raka szyjki macicy (cytologia) finansowane są ze środków Narodowego Funduszu Zdrowia.

GDZIE I KIEDY MOŻNA SIĘ ZBADAĆ?

Badania cytologiczne można wykonywać przez cały rok w ramach Programu Profilaktyki Wczesnego Wykrywania Raka Szyjki Macicy finansowanego przez Narodowy Fundusz Zdrowia. Lista placówek dostępna jest na stronie internetowej LOW NFZ w zakładce „programy profilaktyczne – badania” (placówki nieudzielające zwrotu kosztów za dojazd na badanie).

Uwaga! Lista placówek wykonujących badania cytologiczne, w których można będzie uzyskać zwrot kosztów dojazdu, dostępna jest na stronie internetowej www.lubuskie.pl w zakładce „zdrowie”.

* *Uwaga!* nie realizujemy zwrotu kosztów dojazdu za badanie, które odbyło się wczynie!

PAMIĘTAJ!

Wykrycie raka we wczesnym stadium choroby nie oznacza rezygnacji z dalszego życia. Medycyna dysponuje coraz lepszymi metodami leczenia, które w istotny sposób wydłużają życie i jego komfort. Poddanie się wszystkim dostępnym terapiom daje szansę na pełne wyleczenie. Choroba nowotworowa jest coraz częściej chorobą przewlekłą jak np. cukrzyca. Najważniejsza jest wczesna diagnoza i leczenie! Nie czekaj, zgłoś się na badanie od razu. Zabierz ze sobą mamę, siostrę, sąsiadkę, przyjaciółkę.