

Čo je mamografické vyšetrenie (tzv. mamografia)?

Mamografia je metóda, vďaka ktorej možno zachytiť aj včasné štádium rakoviny. Umožňuje odhaliť karcinómy prsníka bez symptómov s priemerom iba niekoľko milimetrov, ktoré sa nedajú nahmatať. Pri mamografii sú zroentgenované oba prsníky. Týmto vyšetrením je možné zobrazíť aj veľmi malé ložiská rakoviny prsnej žľazy. Skryť sa môžu len v prípade, že je prsná žľaza veľmi hustá.

Aké sú rizikové faktory?

- fajčenie
- pitie alkoholu
- spôsob výživy a životospráva
- fyzikálne faktory (ionizujúce žiarenie, radón, ultrafialové žiarenie a iné)
- životné prostredie
- stres



Pravidelne aktualizovaný zoznam preverených **skriningových mamografických pracovísk**

Partneri projektu



SME PACIENTSKA ORGANIZÁCIA
NIE RAKOVINE, o.z.



☎ **bezplatná infolinka:** 0800 800 183
f **facebook:** @nierakovine
i **instagram:** @nie_rakovine
y **youtube:** @nierakovine7256
in **linkedin:** /nie-rakovine



pacientska poradňa online:
WWW.NIERAKOVINE.SK/online-poradna

KDE NÁJDETE NAŠU POMOC?

Pacientske poradne - bývalí pacienti radia súčasným:

Národný onkologický ústav

Klenová 1, Bratislava
Konzultácie: pondelok, utorok a streda 9.00 - 12.00
hlavná budova, 2. poschodie

Východoslovenský onkologický ústav

Rastislavova 43, Košice
Konzultácie: streda 9.00 - 12.00
Poradenská miestnosť na -1. poschodí

Fakultná nemocnica Nitra - Onkologický pavilón

Špitálska 6, Nitra
Konzultácie: streda 9.00 - 12.00
Poradenská miestnosť na 2. poschodí oproti výťahom

Fakultná nemocnica Trnava - Onkologická klinika

A. Žarnova 11, Trnava
Konzultácie: streda 9.00 - 12.00
ambulancie klinickej onkológie, miestnosť č. 15

Fakultná nemocnica Prešov

Jána Hollého 14, Prešov
Konzultácie: streda 9.00 - 12.00
odd. klinickej onkológie, miestnosť č. 112

Fakultná nemocnica s poliklinikou F.D. Roosevelta

Nám. L. Svobodu 1, Banská Bystrica
Konzultácie: streda 9:00 - 12:00
Onkologická prístavba
miestnosť č. 3 na prízemí pri výťahu



WWW.NIERAKOVINE.SK

bezplatná pacientska infolinka:
0800 800 183

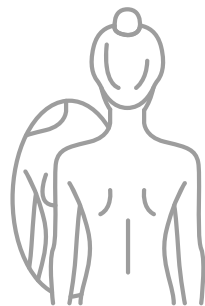
POVEDZ AJ TY NIE RAKOVINE PRSNÍKA

- Každoročne pribudne na Slovensku približne 3 500 nových prípadov rakoviny prsníka.
- Ide o najčastejšie nádorové ochorenie u žien, ktoré tvorí vyše pätinu všetkých ženských onkologických diagnóz.
- Úmrtnosť zostáva vysoká - na Slovensku zomrie na rakovinu prsníka približne 1000 žien ročne.
- Včasné zachytenie ochorenia počas skríningového mamografického vyšetrenia výrazne zvyšuje šancu na úspešnú liečbu.

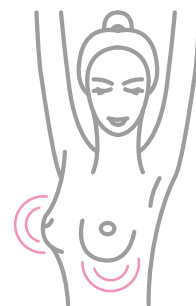
Venujte svojim prsiam viac pozornosti!

- Samovyšetrenie prsníkov raz mesačne je jednoduchý nástroj, ktorý môže odhaliť podozrivé zmeny.
- Na bezplatné skríningové mamografické vyšetrenie prsníkov majú nárok všetky ženy vo veku od 45 do 74 rokov + 364 dní.
- Starajte sa o svoje prsia a podporte pacientky s rakovinou prsníka a ich blízkych.

**ZACHRÁŇTE SVOJE PRSIA.
ZACHRÁNITE ŽIVOT!**



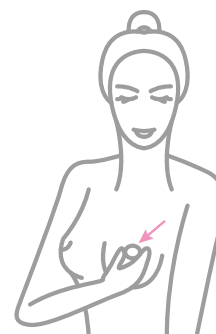
Postavte sa pred zrkadlo a dôkladne si prezrite prsia. Sledujte textúru pokožky, jej farbu, či nie je vráskavá alebo stiahnutá.



Zdvíhajte ruky nad hlavu a všímajte si zmeny vo veľkosti alebo tvare prsníkov. Prezrite si bradavky, či sa nevťahujú do prsníkov.



Bruškami stredných 3 prstov si krúživými pohybmi prehmatajte celý prsník smerom k bradavke.



Jemne zatlačte na bradavku, či z nej niečo nevyteká.



Vyšetrite si prsia aj v ľahu, najprv jemnými krúživými pohybmi, potom silnejším tlakom pre kontrolu hlbších tkanív.



Dôkladne si prehmatajte aj oblasť pod kľúčnou kosťou a pazuchou. Všímajte si akékoľvek zmeny (hrčky, zhrubnutia), oproti minulému vyšetreniu.

Kedy okamžite vyhľadať lekára?

Ak pri samovyšetrení v prsníku alebo v podpazuší spozorujete čokoľvek, čo vás znepokojí, napríklad:

- hmatnú hrčku,
- zhrubnutie žľazy alebo kože,
- vtiahnutie kože prsníka alebo bradavky,
- začervenanie kože, ekzém bradavky,
- výtok z bradavky tmavej farby či krvavý výtok z nej,
- zmena tvaru prsníka, zväčšenie pazuchy,
- rozdielny pohyb oboch prsníkov pri pohybe oboma rukami nahor,
- novozistené, neodznievajúce začervenanie či olupovanie sa kože prsníka.

Ako sa zodpovedne starať o svoje prsia?

- Každý mesiac si urobte samovyšetrenie prsníkov (po 7 až 10 dňoch od začiatku menštruácie).
- Odporúča sa ho vykonať pri, alebo po sprchovaní/ kúpaní, poležiačky alebo pred zrkadlom.
- Zvýšenú pozornosť venujte najmä hrčkám, ktoré sa zdajú výrazne tvrdšie ako ostatné tkanivo prsníka.

Nepodceňujte bezplatné skríningové mamografické vyšetrenie - odhaľuje rakovinu prsníka v štádiách, kedy je vysoká pravdepodobnosť na vyliečenie.

Objednajte sa na skríningovú mamografiu podľa odporúčaných intervalov:

- ženy vo veku od 45 do 69 rokov každé 2 roky,
- ženy vo veku od 70 do 75 rokov každé 3 roky.

Viac informácií na: WWW.ONKOKONTROLA.SK