

Čo je mamografické vyšetrenie (tzv. mamografia)?

Mamografia je röntgenová metóda schopná zachytiť rakovinu prsníka ešte skôr, ako sa prejaví. Dokáže zobraziť nádorové ložiská už od veľkosti rádovo niekoľko milimetrov, v závislosti od hustoty a prehľadnosti prsnej žľazy.

Aké sú rizikové faktory?

- fajčenie
- pitie alkoholu
- nevhodné stravovacie návyky a životospráva
- obezita
- genetické a hormonálne faktory
- fyzikálne faktory (ionizujúce žiarenie, radón, ultrafialové žiarenie a iné)
- životné prostredie
- stres



Pravidelne aktualizovaný zoznam **skriningových mamografických pracovísk**

Partneri projektu



SME PACIENTSKÁ ORGANIZÁCIA
NIE RAKOVINE, o.z.



☎ **bezplatná infolinka:** 0800 800 183

f **facebook:** @nierakovine

ig **instagram:** @nie_rakovine

yt **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

POVEDZ AJ TY



WWW.NIERAKOVINE.SK

bezplatná patientska infolinka:

0800 800 183

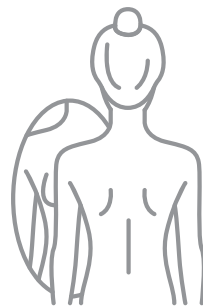
POVEDZ AJ TY NIE RAKOVINE PRSNÍKA

- Každoročne pribudne na Slovensku viac ako 3 500 nových prípadov rakoviny prsníka.
- Ide o najčastejšie nádorové ochorenie u žien, ktoré tvorí viac ako pätinu všetkých ženských onkologických diagnóz.
- Úmrtnosť zostáva vysoká - na Slovensku zomrie na rakovinu prsníka približne 1 000 žien ročne.
- Včasné zachytenie ochorenia počas skriningového mamografického vyšetrenia výrazne zvyšuje šancu na úspešnú liečbu.

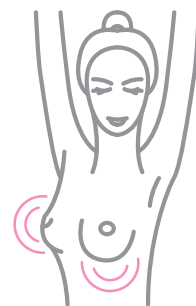
Venujte svojim prsiam viac pozornosti!

- Samovyšetrenie prsníkov raz mesačne je jednoduchý nástroj, ktorý môže odhaliť podozrivé zmeny.
- Bezplatná skriningová mamografia je určená bezpríznakovým ženám vo veku od 45 do 74 rokov. Vykonáva sa na mamografických pracoviskách v 2-ročných intervaloch s cieľom zachytiť prípadné skoré štádiá onkologického ochorenia, kedy je liečba najúčinnnejšia.
- Preventívny program zahŕňa aj mladšiu vekovú kategóriu bezpríznakových žien vo veku od 40 do 44 rokov (včasná detekcia rakoviny prsníka). Tieto ženy majú rovnako nárok na bezplatné vyšetrenie každé dva roky, a to na základe žiadanky od svojho gynekológa.

ZACHRÁŇTE SVOJE PRSIA. ZACHRÁNITE ŽIVOT!



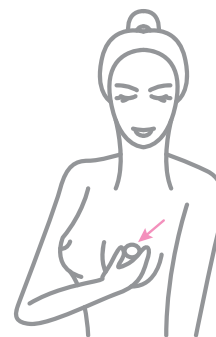
Postavte sa pred zrkadlo a dôkladne si prezrite prsia. Sledujte textúru pokožky, jej farbu, či nie je vráskavá alebo stiahnutá.



Zdvihnite ruky nad hlavu a všimajte 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. Všimajte si akékoľvek zmeny (hrčky, zhrubnutia) oproti minulému vyšetreniu.

Kedy vyhľadať lekára?

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

- hmatnú hrčku,
- zhrubnutie žľazy alebo kože,
- novovzniknuté vťahnutie bradavky a kože prsníka,
- 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 kože na prsníku.

Ako sa zodpovedne starať o svoje prsia?

- Absolvujte pravidelnú gynekologickú prehliadku s palpačným vyšetrením prsníkov.
- Každý mesiac si urobte samovyšetrenie prsníkov (po 7 až 10 dňoch od začiatku menštruácie).
- Zvýšenú pozornosť venujte najmä hrčkám, ktoré sa zdajú výrazne tvrdšie ako ostatné tkanivo prsníka.

Objednajte sa na bezplatné mamografické vyšetrenie podľa odporúčaných intervalov:

- ženy bez príznakov vo veku od 40 do 44 rokov každé 2 roky na základe žiadanky od gynekológa,
- ženy bez príznakov vo veku od 45 do 74 rokov každé 2 roky na základe pozvánky od zdravotnej poisťovne, alebo žiadanky od gynekológa, onkológa, mamológa alebo všeobecného lekára. Skriningovú mamografiu je možné absolvovať aj bez žiadanky, ak od poslednej mamografie uplynuli minimálne 2 roky.

Viac informácií na: WWW.ONKOKONTROLA.SK