

BREAST SCREENING

OVER 70? You are still entitled to breast screening

BADANIA PRZESIEWOWE NA RAKA PIERSI

UKOŃCZYŁAŚ 70 LAT? Masz wciąż prawo do badań przesiewowych na raka piersi

Ponieważ kobiety w wieku powyżej 70-u lat nie są automatycznie zapraszane na badania przesiewowe na raka piersi, wiele z nich uważa że nie są narażone na ryzyko zachorowania na nowotwór piersi. Nie jest to prawdą. Niniejsza ulotka zawiera informacje o tym co możesz zrobić i jakie masz uprawnienia.

Nowotwór piersi

Kobiety w wieku powyżej 70-u lat narażone są na większe ryzyko zachorowania na nowotwór piersi niż młodsze kobiety. Wynika to z faktu, że ryzyko pojawienia się raka piersi wzrasta z wiekiem. Ponieważ około jednej trzeciej przypadków nowotworu piersi występuje u kobiet w wieku powyżej 70-u lat, należy kontynuować poddawanie się co trzy lata badaniom kontrolnym.

Na czym polega badanie przesiewowe na raka piersi?

Badania przesiewowe umożliwiają wykrycie, często w bardzo wczesnym stadium, nowotworów piersi. Badanie takie polega na wykonaniu specjalnego prześwietlenia rentgenowskiego zwanego mammogramem.

Program badań przesiewowych na obecność nowotworu piersi, prowadzony w ramach państwowej służby zdrowia (NHS), dostępny jest nieodpłatnie dla wszystkich kobiet w wieku 50-lat i powyżej. Kobiety w wieku od 50 do 70 lat zapraszane są na badanie co trzy lata.

Jeśli ukończyłaś 70 lat, nie otrzymasz automatycznego zaproszenia na badanie przesiewowe. Jednak masz prawo, jeśli o to poprosisz, raz na trzy lata poddać się temu badaniu. Wystarczy zadzwonić albo napisać to lokalnego ośrodka badań przesiewowych na raka piersi i ustalić datę badania. Na końcu tej ulotki znajdziesz informacje o tym jak skontaktować się z lokalnym ośrodkiem badań przesiewowych.

Dlaczego powinnam zgłosić się na badanie?

Badanie przesiewowe pozwoli wykryć niewielkie zmiany w piersi zanim pojawią się inne oznaki czy symptomy. Jeśli wykryje się takie zmiany wcześniej, istnieje większe prawdopodobieństwo pełnego wyleczenia.

Cancer Screening Programmes

Co się stanie, gdy zgłoszę się na mammografię?

Wykonanie mammografii może odbyć się szpitalu lub w lokalnym ośrodku badań przesiewowych na raka piersi, może się też odbyć w objazdowym ambulansie badań mammograficznych. Ośrodek badań przesiewowych weźmie pod uwagę, przy wyznaczeniu wizyty, takie okoliczności jak:

- potrzebną pomoc we wstawaniu czy przy rozbieraniu się;
- możliwość wjazdu wózkiem inwalidzkim; albo
- problemy z dojazdem do ośrodka.

Należy zadzwonić do biura ośrodka badań przesiewowych i omówić swoje potrzeby.

Ośrodek badań przesiewowych może Ci doradzić nawet jeśli Twoim pierwszym językiem nie jest angielski – istnieją także inne źródła informacji dla kobiet ze środowisk mniejszości etnicznych. Informacje o nich, a także o sposobach skontaktowania się z lokalnym ośrodkiem badań przesiewowych znajdują się na końcu niniejszej ulotki.

Po przyjeździe do ośrodka, kobieta obsługująca radiograf wyjaśni procedurę. Jeśli masz jakieś pytania dotyczące badań przesiewowych piersi, możesz je wtedy zadać.

Aby móc wykonać prześwietlenie, trzeba się rozebrać do pasa. Warto założyć spódnicę albo spodnie i bluzkę. W dniu badania nie należy używać talku ani dezodorantu, gdyż mogą one ujawnić się na prześwietleniu jako białe kropki.

Wizyta może trwać około 30 minut, choć samo prześwietlenie trwa zaledwie pięć minut. U niektórych kobiet maszyna rentgenowska, która przyciska ciasno piersi, powoduje nieprzyjemne czy nawet bolesne odczucie – jednak trwa ono tylko przez kilka sekund.

Przed opuszczeniem kliniki otrzymasz ulotkę z informacją o tym kiedy i jak otrzymasz wynik.

Co się stanie, jeśli badanie coś wykaże?

Mniej więcej jedna na 20 badanych kobiet otrzymuje ponowne zaproszenie do kliniki, gdyż mammografia wskazuje na potrzebę przeprowadzenia badań dodatkowych. Czasami są one konieczne, ponieważ prześwietlenie nie było wystarczająco wyraźne i należy je powtórzyć.

Ponowne wezwanie na dodatkowe badania nie oznacza automatycznie, że masz raka. Siedem na osiem kobiet wzywanych na dodatkowe badania nie ma raka. Mammografia wykrywa zmiany w piersi, które mogą, lecz nie muszą być

Cancer Screening Programmes

nowotworem. Większość zmian jest niegroźnych. Nowotwór piersi jest oczywiście możliwością, lecz wcześniejsze rozpoczęcie leczenia daje większą szansę na wyleczenie.

Jeśli okaże się, że mam raka?

Większość nowotworów piersi wykrytych przez badania przesiewowe to nowotwory we wczesnym stadium, co daje najlepsze szanse na wyleczenie. Wiele kobiet z nowotworem piersi prowadzi, po przejściu leczenia, normalne życie.

Nie zawsze możliwe jest całkowite wyleczenie nowotworu piersi, ale wczesna diagnoza daje szansę na więcej możliwości leczenia. Około dwóch trzecich guzów nowotworowych wykrytych przez mammografię jest wystarczająco małych, aby można je było usunąć chirurgicznie. Oznacza to, że nie trzeba usuwać całej piersi.

‘Samobadanie’ piersi

‘Samobadanie’ piersi oznacza po prostu dokładne poznawanie swoich piersi – oszwajanie się z ich wyglądem i strukturą poprzez regularne ich oglądanie i badanie dotykiem. Należy natychmiast powiedzieć lekarzowi o jakichkolwiek zauważonych zmianach. Tkanka piersi zmienia się z wiekiem, a także tkanka u każdej kobiety jest inna.

Zwracaj uwagę na:

Wygląd

Jakiegokolwiek zmiany kształtu piersi, szczególnie na skutek ruchu ramion czy podnoszeniem piersi. A także pomarszczenie lub wgłębienia skóry.

Ból

Nietypowe pobołowanie bądź ból w jednej piersi, zwłaszcza jeśli jest nowy i uporczywy. Pamiętaj jednak, że powszechnie uważa się, że wszystkie bolesne guzki są podejrzone – wiele z nich nie jest.

Guzki

Wszelkie guzki, stwardnienia czy wypukłości na jednej piersi lub pod pachą, miejsca różniące się od analogicznego rejonu drugiej piersi czy pachy. Bardzo ważne, jeśli to coś nowego.

Zmiany na brodawce sutkowej

Wydzielina z brodawki, której wcześniej nie było lub jeśli są w niej ślady krwi albo wilgotne zaczerwienione miejsca, które się nie goją. Wszelkie zmiany pozycji brodawki (wciągnięte lub o innym kącie ustawienia). Wysypka wokół lub na brodawce.

Można poznać tkankę swoich piersi przez uważne oglądanie ich w lustrze oraz przez badanie dotykiem – wybierz najdogodniejszy moment (np. podczas kąpieli, pod prysznicem albo podczas ubierania się). Regularne badanie własnych piersi oraz poznanie ich normalnego wyglądu i struktury pozwoli Ci wykryć jakiegokolwiek zmiany, gdyby się takie pojawiły.

Cancer Screening Programmes

Jeśli zauważysz jakiegokolwiek zmianę bezzwłocznie poinformuj lekarza. Pamiętaj, że nie marnujesz niczyjego czasu. Jeśli pojawił się nowotwór to im szybciej się zgłosisz, tym prostsze będzie leczenie.

Pięciopunktowy kodeks

- 1 Dobrze poznaj swoje piersi.
- 2 Oglądaj i badaj dotykiem.
- 3 Wiedz, na jakie zmiany trzeba zwracać uwagę.
- 4 Bezzwłocznie zgłoś wszelkie zmiany.
- 5 Jeśli ukończyłaś 50 lat – zgłoś się na badania przesiewowe.

Jeśli zgłaszam się na badania, to czy także powinnam prowadzić ‘samobadanie’?

Wszystkie kobiety powinny badać własne piersi. Żadne badanie przesiewowe nie jest w 100 procentach dokładne i chociaż mammografia może wykryć nowotwory, nie może im zapobiec. Regularnie oglądaj i sprawdzaj dotykiem, czy nie ma zmian. Jeśli zauważysz jakiegokolwiek zmiany, pójdz do lekarza – nawet jeśli niedawno miałaś robioną lub niedługo będziesz miała zrobioną mammografię.

Ważne punkty do zapamiętania

Ryzyko powstania nowotworu piersi dotyczy wszystkich kobiet. Ponieważ z wiekiem rak piersi pojawia się częściej, należy pamiętać, żeby co trzy lata przejść badania przesiewowe. Należy zawsze zgłosić się na wezwanie oraz poprosić o mammografię, jeśli ukończyłaś 70 lat.

Ryzyko śmierci z powodu nowotworu piersi jest mniejsze u kobiet, które przechodzą badania przesiewowe. Szacuje się, że co roku w Wielkiej Brytanii badania przesiewowe ratują życie około 1400 kobietom.

Oglądaj i sprawdzaj dotykiem swoje piersi – poznaj swoje piersi – i bezzwłocznie powiadom lekarza o jakichkolwiek zmianach.

Mężczyźni także mogą chorować na raka piersi. Mężczyźni mające jakiegokolwiek objawy czy problemy w okolicy brodawki powinni bezzwłocznie skontaktować się ze swoim lekarzem.

Z kim się mogę skontaktować po więcej informacji?

Lokalny ośrodek NHS badań przesiewowych udziela informacji o badaniach przesiewowych oraz o terminach badań. Aby dowiedzieć się o sposobach skontaktowania się z ośrodkiem badań przesiewowych, można zadzwonić do **NHS Direct (0845 46 47)** albo do lekarza domowego.

Strona internetowa **ogólnokrajowego programu badań przesiewowych na nowotwory** zawiera ogólne informacje dotyczące badań profilaktycznych piersi i programu badań przesiewowych. Odwiedź stronę

Cancer Screening Programmes

www.cancerscreening.nhs.uk. Możesz przeczytać ulotkę *Badania profilaktyczne piersi – fakty (Breast Screening – The Facts)*, która zawiera więcej szczegółów dotyczących korzyści i trudności związanych z badaniami mammograficznymi. Dostępna jest w różnych wersjach językowych oraz na taśmie audio. Ulotka 'Fakty' (The Facts) dostępna jest na stronie internetowej badań przesiewowych (cancer screening), można ją też otrzymać w lokalnym ośrodku mammografii.

Opieka nad rakiem piersi (Breast Cancer Care) jest organizacją charytatywną oferującą informacje i wsparcie osobom dotkniętym chorobą nowotworową piersi. Można skontaktować się z organizacją Breast Cancer Care dzwoniąc pod nieodpłatną infolinię: **0808 800 6000** (tylko w Zjednoczonym Królestwie) lub pod numer tekstofonu: **0808 800 6001**. Można też odwiedzić ich stronę internetową: www.breastcancercare.org.uk

Cancerbackup to organizacja oferująca informacje, poradnictwo oraz wsparcie emocjonalne osobom dotkniętym nowotworem, ich rodzinom i znajomym. Wszystkie usługi świadczone są nieodpłatnie i poufnie. Możesz skontaktować się z organizacją Cancerbackup poprzez nieodpłatną infolinię, tel.: **0808 800 1234**, lub odwiedzając stronę internetową: www.cancerbackup.org.uk



Organizacja **Age Concern** wspiera wszystkie osoby w Zjednoczonym Królestwie, które ukończyły 50 lat, mając za cel aby jak najwięcej osiągnęły one z życia. Oferuje podstawowe usługi, jak opieka dzienna i udzielanie informacji, działa też na rzecz takich kwestii, jak dyskryminacja wiekowa czy emerytury, a także pracuje nad zmianą opinii publicznej i polityki rządowej w odniesieniu do osób starszych. Więcej informacji o działaniach Age Concern znajduje się na stronie internetowej www.ace.org.uk. Można też zadzwonić na linię informacyjną pod tel.: **0800 009966**.

© Crown copyright 2006 r.

Wyprodukowano przez COI dla Ministerstwa Zdrowia
Ostatnio uaktualniono w 2006 r.

Tekst niniejszego dokumentu można powielać bezpłatnie i bez formalnej zgody dla użytku prywatnego lub wewnętrznego.

Cancer Screening Programmes

Po dodatkowe egzemplarze tej ulotki należy (zaznaczając numer kodu: 277234/OVER 70? *You are still entitled to breast screening*) zwrócić się pod adres:

DH Publications Orderline

E-mail: dh@prolog.uk.com

Tel.: 08701 555 455

Faks: 01623 724 524

Tekstofon: 08700 102 870 (8.00 – 18.00, od poniedziałku do piątku)

Ulotka 277234/OVER 70? *You are still entitled to breast screening* dostępna jest także w wersji drukowanej alfabetem Braille'a, dużym drukiem, na taśmie audio oraz na CD.

www.cancerscreening.nhs.uk