

14 grudnia br. odbędzie się spotkanie edukacyjne dotyczące profilaktyki raka piersi. Zapraszamy nie tylko panie, ale także panów do sali konferencyjnej Urzędu Miasta i Gminy Staszów.

Od godziny 9.00 do godziny 13.00 będzie miało miejsce spotkanie przeznaczone dla kobiet w wieku od 50 do 59 lat. W godzinach od 13.00 do 17.00 zapraszamy mężczyzn w wieku od 18 do 64 lat. Uczestnicy spotkań będą mieli szansę dowiedzieć się o czynnikach ryzyka zachorowania na raka piersi oraz roli mężczyzny w zdrowiu intymnym kobiety. Program spotkania obejmuje naukę zdrowego stylu życia, informacje o czujności onkologicznej, samobadaniu piersi i samoobserwacji organizmu.

Słuchacze otrzymają materiały piśmiennicze i edukacyjne na temat profilaktyki raka piersi. Będą mogli także wziąć udział w konkursie na hasło zachęcające do badań. Dla autora lub autorki najciekawszego hasła czeka nagroda w postaci sprzętu AGD.

Na spotkanie zaprasza Leszek Kopeć, Burmistrz Miasta i Gminy Staszów. Kampania Profilaktyczna prowadzona jest przez Świętokrzyskie Centrum Onkologii w Kielcach przy partnerstwie Gminnego Samodzielnego Publicznego Ośrodka Zdrowia w Rytwianach pod hasłem „Żyj zdrowo – wsparcie profilaktyki raka piersi poprzez działania edukacyjno – informacyjne na terenie Subregionu Wschodniego”.

Żyj zdrowo



Profilaktyka raka piersi w regionie świętokrzyskim
jest przeznaczona właśnie dla Ciebie

Małe czy duże,
nie myśl, nie czekaj,
badaj -
z życiem nie zwlekaj

Zadzwoń i zarejestruj się na mammografię,
zamów bezpłatny transport: 607 77 88 88
www.onkol.kielce.pl | [facebook.com /scozyjzdrowo](https://facebook.com/scozyjzdrowo)



Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



Badanie mammograficzne

Jak przygotować się do badania?

- W dniu badania nie stosuj dezodorantu ani pudru. Środki te mogą spowodować zmiany obrazu mammograficznego, a także konieczność wykonania powtórnego badania.
- Załóż wygodną i luźną odzież, którą będziesz mogła szybko i łatwo zdjąć
- Do badania musisz rozebrać się do pasa
- Nie wkładaj ozdób i biżuterii (na szyi i w uszach).

Jak przebiega badanie?

Mammografia jest badaniem bezpiecznym. Dawka promieniowania występująca w czasie badania jest niska. Jest to ok. 1/6 rocznej dawki, którą naturalnie przyjmujemy z atmosfery. Niektóre kobiety mogą odczuwać w czasie badania dyskomfort, dlatego ważne jest, by było ono wykonane w odpowiednim dniu cyklu.

Badanie najlepiej przeprowadzić w I fazie cyklu miesięczkowego (w drugim tygodniu cyklu), kiedy piersi są najmniej wrażliwe na dotyk. Do badania pacjentka rozbiera się od pasa w górę. Podczas badania, które trwa kilka minut, technik elektroradiologii umieszcza pierś na stoliku aparatu mammograficznego, następnie uciska ją przy pomocy przezroczystej płytki. Ucisk piersi jest niezbędny, aby zmniejszyć dawkę promieniowania rentgenowskiego i uzyskać wyraźny obraz prawidłowych struktur sutka oraz ewentualnych zmian. Badanie jest bezpieczne, a zastosowany ucisk nie uszkadza piersi i nie stanowi żadnego zagrożenia dla zdrowia.

Małe piersi nie są przeszkodą w badaniu mammograficznym. Przy dużych piersiach wykonanie zdjęć może trwać nieco dłużej, ponieważ trzeba je odpowiednio ułożyć pomiędzy płytką uciskową a stolikiem mammografu.

**Pamiętaj, wykonując mammografię
co 24 miesiące dbasz o siebie!**

**Badanie jest przeznaczone dla kobiet
w wieku 50-59**