

Miasto	Adresy ośrodków	Rejestracja
Poznań	Wielkopolskie Centrum Onkologii, ul. Garbary 15	61-8850-945
	NZOZ „Diagnostyka-Largo”, ul. Za Groblą 3/4	61-2223-737*
	Ośrodek Profilaktyki i Epidemiologii Nowotworów (OPEN), ul. Kazimierza Wielkiego 24/26	61-8501-327**
	Wojskowa Specjalistyczna Przychodnia Lekarska ul. Szylinga 1	61-8574-048
	Szpital Kliniczny Przemienienia Pańskiego ul. Szamarzewskiego 82/84	61-8549-555
	Wielkopolskie Centra Medyczne „Remedium” os. Stefana Batorego 80D	61-8217-600 61-8217-612
	Wielkopolskie Centra Medyczne „Panaceum” os. Stefana Batorego 80D	61-8217-600 61-8217-612
	Lux Med Diagnostyka, ul. Roosevelta 18	58-6662-444 801 080 007
	NZOZ Centrum Medyczne HCP Sp z o.o. ul. 28 czerwca 1956 r. 194	61-8311-040
Poznański Ośrodek Specjalistyczny Usług Medycznych Al. Solidarności 36	61-6477-735	
Czarnków	Zespół Zakładów Opieki Zdrowotnej ul. Kościuszki 96	67-3528-166 67-3528-137
Gniezno	Zespół Opieki Zdrowotnej ul. Św. Jana 9	61-4264-461 wew. 244
	NZOZ „Centrum Ochrony Zdrowia” ul. Orcholska 66	61-4286-564
Gostyń	SP Zespół Opieki Zdrowotnej Pl. K. Marcinkowskiego 8/9	65 5726-700 wew. 215 lub 272
Kępno	SP Zakład Opieki Zdrowotnej ul. Szpitalna 7	62-7827-356 62-7827-368
Konin	Wojewódzki Szpital Zespolony, ul. Szpitalna 45	63-2404-199
Kościan	SP Zakład Opieki Zdrowotnej, ul. Szpitalna 7	65-5120-855 wew. 324
Krotoszyn	SP Zakład Opieki Zdrowotnej, ul. Floriańska 10	62-5880-389
Leszno	L. C. M. „Ventriculus”, ul. Słowiańska 41	65-5208-014
	Wojewódzki Szpital Zespolony, ul. Kiepury 45	65-5253-260
Międzychód	SP Zakład Opieki Zdrowotnej, ul. Szpitalna 10	95-7482-011
Piła	Szpital Specjalistyczny im. Stanisława Staszica ul. Rydygiera 1	67-2106-407
	NZOZ „Ars Medical” Sp. z o.o. Al. Wojska Polskiego 43	67-2125-503 67-2119-900
Pleszew	NZOZ „Pleszewskie Centrum Medyczne” Sp. z o.o. ul. Poznańska 125a	62-7420-840
Słupca	P.S. Amika Konsorcjum Medyczne, ul. Warszawska 16	63-2771-777
Szamotuły	SP Zakład Opieki Zdrowotnej, ul. Sukiennicza 13	61-2926-544
Śrem	Wielkopolskie Centra Medyczne „Panaceum” ul. Chłapowskiego 3	61-6703-257
Turek	SP Zespół Opieki Zdrowotnej, ul. Poduchowne 1	63-2805-587
Września	P.S. Amika Konsorcjum Medyczne, ul. Piastów 16	61-4377-745

Do miejscowości, w pobliżu których nie ma ośrodków stacjonarnych przyjeżdżają mammobusy firm: NZOZ „Diagnostyka-Largo”*, OPEN**, NZOZ Profilaktyka i Diagnostyka Genewa Trust (Gdańsk, 58-3257-605), NZOZ MAMMO-MED (Gdańsk, 58-3257-602, 58-3257-600), NSZOZ „Diagnostyk” L. Szyński, W. Kwiecień s.c. (Zielona Góra, 68-4527-794), NZOZ Medica (Łódź, 42-2546-410, 517-544-004), LUX MED Diagnostyka (Warszawa, 22-3322-888). Do badania warto ubrać się w wygodną i luźną odzież, taką, którą można łatwo zdjąć (do badania wymagane jest rozebranie się do pasa) oraz zrezygnować z ozdób i biżuterii. Termin badania najlepiej ustalić kilka dni po miesiączce, kiedy piersi są mniej wrażliwe na dotyk. Badanie nazywamy profilaktycznym, gdyż zapraszamy na nie kobiety, które nie mają objawów choroby. U większości wynik mammografii będzie prawidłowy. U kilku procent zostanie wykryta zmiana wymagająca dodatkowych badań, tj. mammografia celowana, USG, biopsja. Zaledwie u 5 kobiet na 1000 badanych wykrywa się raka. W takim przypadku kobieta zostaje natychmiast skierowana na leczenie do specjalistycznego ośrodka.

Jeżeli niepokoi Ciebie twój stan zdrowia, masz pytania, pamiętaj: możesz w każdej chwili zgłosić się do lekarza onkologa – bez skierowania.

Zrealizowano ze środków finansowych Ministra Zdrowia w ramach „Narodowego programu zwalczania chorób nowotworowych” zadań pn:

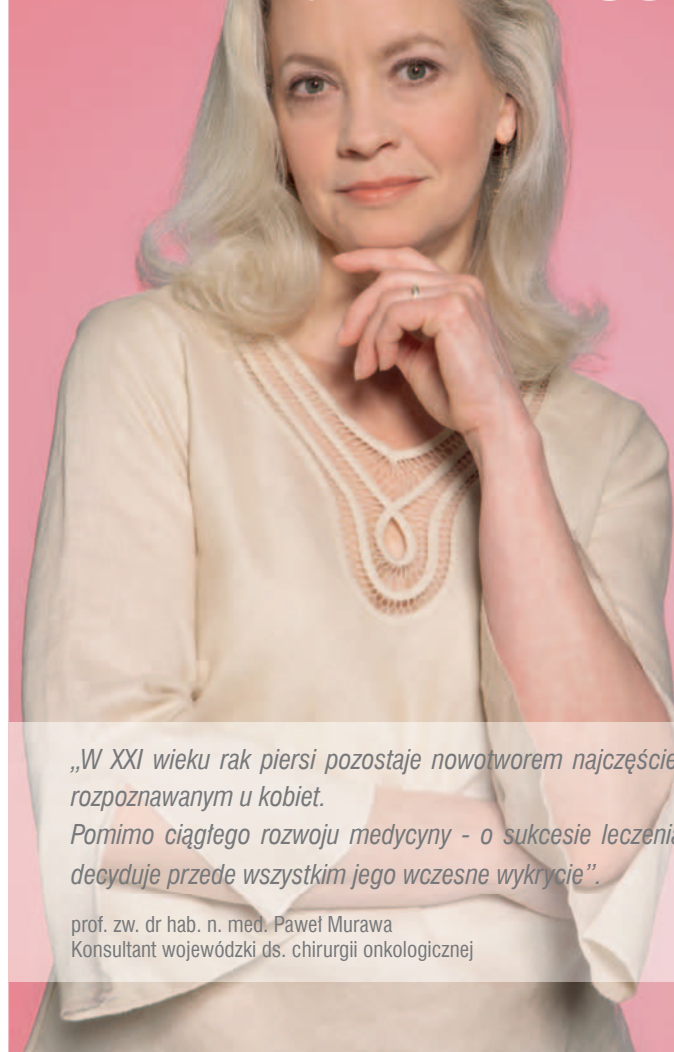
Populacyjny Program Wczesnego Wykrywania Raka Piersi



Masz wątpliwości, pytania zadzwoń: **61 8850 915**,
lub odwiedź stronę www.wco.pl/wok
lub www.profilaktykaraka.coi.pl

Konsultacja merytoryczna: prof. zw. dr hab. n. med. Paweł Murawa
– Konsultant wojewódzki ds. chirurgii onkologicznej
Autorzy ulotki: dr n. med. A. Dyzmann-Sroka, dr n. med. W. Kycler, mgr A. Kubiak

BADAM się, więc mam PEWNOŚĆ



„W XXI wieku rak piersi pozostaje nowotworem najczęściej rozpoznawanym u kobiet. Pomimo ciągłego rozwoju medycyny - o sukcesie leczenia decyduje przede wszystkim jego wczesne wykrycie”.

prof. zw. dr hab. n. med. Paweł Murawa
Konsultant wojewódzki ds. chirurgii onkologicznej



Celem Populacyjnego Programu Wczesnego Wykrywania Raka Piersi jest zapewnienie wszystkim Polkom w wieku **50-69 lat** równego dostępu do bezpłatnych badań mammograficznych, bez konieczności posiadania skierowania, zaproszenia czy długiego oczekiwania. Mammografia jest badaniem rentgenowskim, w którym przy wykorzystaniu minimalnej dawki promieniowania X powstaje obraz utrwalany na kliszach lub w postaci cyfrowej. Badanie to jest obecnie uznawane za najlepszą metodę wczesnego wykrywania możliwie małych guzków (o średnicy kilku zaledwie milimetrów). Każda kobieta, która nie miała wykonanej mammografii w ciągu ostatnich 24 miesięcy może wybrać jeden z wymienionych w tabeli ośrodków i ustalić telefonicznie dogodny termin badania. Zachęcam wszystkie Panie do badań!

dr n. med. **Agnieszka Dyzmann-Sroka**
Kierownik Wojewódzkiego Ośrodka Koordynującego



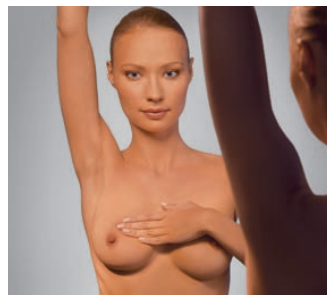
Najważniejsza w obronie przed rakiem piersi jest świadomość oraz przestrzeganie zaleceń profilaktyki. Należy pamiętać o tym, żeby:

- od 20 rż. raz w miesiącu wykonywać samobadanie piersi. Dodatkowo co 36 m-cy zgłaszać się na badanie lekarskie, które może zostać uzupełnione np. o badanie USG piersi,
- od 40 rż. kontynuując samobadanie zgłaszać się co 12 m-cy na badanie lekarskie, które może zostać uzupełnione np.: o badanie mammograficzne i/lub USG piersi,
- od 50 rż. kobiety mają możliwość wykonywania badań mammograficznych w Populacyjnym Programie Wczesnego Wykrywania Raka Piersi, który zapewni wszystkim kobietom bezpłatne badania mammograficzne, bez skierowania w odstępach czasu co 24 m-ce, warto dodatkowo zgłaszać się na badanie lekarskie co 12 m-cy,

- od 70 rż. należy pamiętać o regularnym samobadaniu i badaniu wykonywanym przez lekarza (co 12 m-cy) najlepiej w połączeniu z wykonywaną co 24 m-ce mammografią.

dr n. med. **Witold Kycier**
specjalista chirurgii ogólnej i onkologicznej

Zbadaj swoje piersi w pozycji stojącej i leżącej

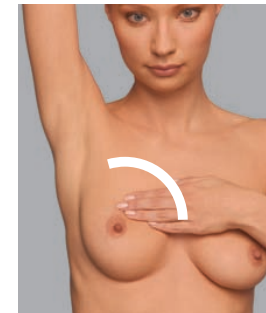
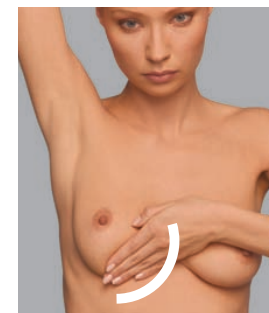
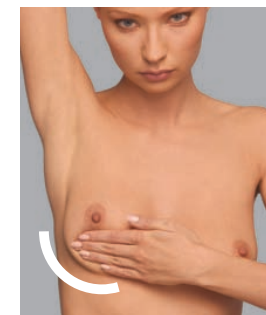
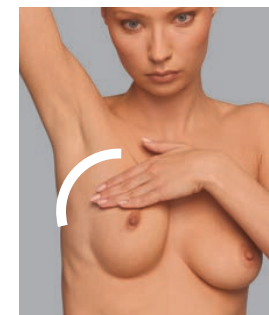


1. Stań **przed lustrem** obserwując **swoje piersi**, poszukuj zmian w kształcie, symetrii, zarysie piersi.

Kobiety, które regularnie (raz w miesiącu) przeprowadzają samobadanie piersi mogą wykryć guz wielkości około 1 cm. Guz wielkości do 2 cm jest zwykle nowotworem w I stopniu zaawansowania i jest wyleczalny prawie w 100%. Najlepszym momentem do przeprowadzenia badania piersi jest 2-3 dzień po miesiączce. Jeżeli kobieta już nie miesiączkuje, powinna wybrać na badanie jeden, zawsze ten sam dzień w miesiącu. Począwszy od 20. roku życia, systematyczne samobadanie piersi powinno stać się nawykiem kontynuowanym przez całe życie.



2. Ucisnąwszy brodawkę, sprawdź, czy nie wydobywa się z niej wydzielina



3. Powtórz badanie w pozycji leżącej. Powtórz czynności badając drugą pierś.

Badanie wykonujemy ruchami okrężnymi, półkolistymi i linijnymi, uciskając pierś płasko ułożonymi palcami. Powtórzenie tych samych ruchów w tym samym obszarze piersi podnosi stopień dokładności badania. Tę część badania proponujemy wykonać pod prysznicem lub przy użyciu kremu. Zbadać należy całą pierś. Pamiętajmy o zbadaniu piersi w kierunku pachy (górna część piersi położona na klatce piersiowej) i okolicy fałdu podpiersiowego. Badanie kończymy, badając dół pachowy w poszukiwaniu powiększonych węzłów chłonnych.