

Profilaktyka raka piersi

Rak piersi jest najczęściej występującym nowotworem złośliwym u kobiet. Wczesne wykrycie zmian znacząco zwiększa szanse skutecznego leczenia, dlatego tak ważne są regularne badania profilaktyczne oraz znajomość własnego organizmu.

Na co zwrócić uwagę?

Do lekarza warto zgłosić się niezwłocznie w przypadku zaobserwowania:

- guzka lub zgrubienia w piersi,
- zmiany kształtu lub wielkości piersi,
- wciągnięcia brodawki sutkowej,
- wycieku z brodawki,
- zmian skórnych, zaczerwienienia lub obrzęku,
- powiększonych węzłów chłonnych pod pachą.

Samobadanie piersi

Każda kobieta powinna znać wygląd i budowę swoich piersi. Zaleca się regularną samoobserwację oraz samobadanie piersi raz w miesiącu. Pozwala to szybciej zauważyć niepokojące zmiany i zgłosić je lekarzowi. Świadomość własnego ciała jest ważnym elementem profilaktyki raka piersi.

Jak powinno wyglądać samobadanie piersi oraz z jaką częstotliwością je wykonywać? Zachęcamy do zapoznania się z postem w naszej STREFIE PACJENTA:

<https://www.nzozbm.pl/post/samobadanie-piersi-co-warto-wiedziec>

USG piersi

USG piersi jest badaniem bezpiecznym, nieinwazyjnym i bezbolesnym. Szczególnie przydatne jest u młodszych kobiet, u których tkanka gruczołowa jest bardziej gęsta, a także jako badanie uzupełniające diagnostykę zaleconą przez lekarza.

W naszej placówce badania wykonywane są z wykorzystaniem nowoczesnego aparatu ultrasonograficznego, umożliwiającego dokładną ocenę tkanek piersi i szybką diagnostykę zmian wymagających dalszej oceny.

Informacje odnośnie USG w naszej Przychodni:

<https://www.nzozbm.pl/usg>

Czynniki zwiększające ryzyko raka piersi

Do najważniejszych czynników ryzyka należą:

- występowanie raka piersi lub jajnika w rodzinie,
- potwierdzone mutacje genetyczne (np. BRCA1, BRCA2),
- wiek powyżej 50 lat,
- nadwaga i otyłość,
- niska aktywność fizyczna,
- nadmierne spożycie alkoholu.

Jak zmniejszyć ryzyko zachorowania?

- utrzymuj prawidłową masę ciała,
- regularnie podejmuj aktywność fizyczną,
- ogranicz spożycie alkoholu,
- nie pal tytoniu,
- korzystaj z zalecanych badań profilaktycznych,
- zgłaszaj lekarzowi wszelkie niepokojące objawy.

Pamiętaj

Profilaktyka nie polega wyłącznie na wykonywaniu badań. Równie ważna jest znajomość własnego organizmu, zdrowy styl życia oraz regularne konsultacje z lekarzem. W przypadku jakichkolwiek wątpliwości skontaktuj się z personelem NZOZ Beata Modlińska.

W ramach profilaktyki wczesnego wykrywania raka piersi istnieje możliwość wykonania USG piersi w naszych Przychodniach. Po więcej informacji skontaktuj się z rejestracją celem umówienia konsultacji lekarskiej oraz badania.

<https://www.nzozbm.pl/kontakt>

