

## Badania mammograficzne Szerzyny wrzesień 2014



### W mammografii czas na Szerzyny

**Badaniu na pierwszym w regionie tarnowskim mammografie cyfrowym w Centrum Zdrowia Tuchów poddało się już blisko 400 pań. To kobiety objęte programem profilaktycznym, głównie południowej części powiatu tarnowskiego. Wrzesień jest szczególnie dedykowany gminie Szerzyny. Oznacza to, że pacjentki z terenu gminy przyjmowane są poza kolejnością. By umówić się na badanie wystarczy zatelefonować pod numer 14 65 35 250.**

Podstawowym czynnikiem powstrzymującym panie od wykonywania mammografii piersi jest strach, że przed uzyskaniem informacji o zmianach onkologicznych. Tymczasem prawdopodobieństwo takiego wyniku jest w praktyce niewielkie. Statystyka wskazuje, że gdyby wszystkich 2 mln 300 tys. uprawnionych kobiet skorzystało z Narodowego Programu Profilaktycznych Badań Mammograficznych do rozpoznanie groźnych zmian doszło by tylko u ok. 15 tys. pań. Co ważne większość zmian wykrytych we wstępnej fazie jest obecnie całkowicie wyleczalnych. Warto zatem wziąć udział w programie, tym bardziej, że badanie można wykonać z większą precyzją niż dotychczas. Centrum Zdrowia Tuchów zakupiło bowiem pierwszy na subregionie tarnowskim cyfrowy mammograf. Przy wykorzystaniu tego urządzenia od lipca prowadzony jest program refundowanych badań profilaktycznych. Są one bezpłatne i nie wymagają skierowania. Wśród zalet mammografów cyfrowych specjaliści wymieniają fakt, że Pacjentka poddawana jest znacznie słabszemu działaniu promieni rentgenowskich. Zmniejsza to ryzyko badania. Ponadto, dane cyfrowe skanowane są bezpośrednio do komputera i tam przetwarzane w obraz o bardzo wysokiej rozdzielczości. Oznacza to ominięcie żmudnego procesu wywoływania zdjęcia, a zatem utraty jakości i czytelności fotografii, a także rozłożenia badania w czasie. Lekarze mogą stosunkowo szybko zdjęcie opisać i ocenić. Stosuje przy tym znacznie bardziej zaawansowane narzędzia jak powiększanie obrazu, zmiana kontrastu i jasności lub nanoszenie znaczników. Umożliwia to wybieranie konkretnego obszaru zdjęcia, by przeprowadzić jego szczegółową diagnozę.

Prawo do bezpłatnych badań mają co dwa lata panie, pomiędzy 50 a 69 rokiem życia. Do czynników podwyższających prawdopodobieństwo zachorowania należą: podobne choroby wśród członków rodziny, wczesna pierwsza miesiączka przed 12. rokiem życia, późna menopauza po 55. roku życia, urodzenie dziecka po 35. roku życia, bezdzietność, wcześniejsze leczenie z powodu zmian onkologicznych lub innych schorzeń piersi.

Mammografia nie wymaga szczególnego przygotowania. Warto pamiętać, by nie stosować w dniu badania dezodorantu lub zasyпки czy pudru w diagnozowanych okolicach. Środki te mogą spowodować zmiany obrazu mammograficznego. Do badania warto też założyć wygodną i luźną odzież, którą można będzie szybko i łatwo zdjąć. Jeśli piersi są wrażliwe lub obolałe, należy unikać w jakiegokolwiek postaci kofeiny na dwa dni przed badaniem. Obsługujące aparat panie technik radiologii, wcześniej pracujące na mammografach analogowych, bardzo dobrze oceniają warunki pracy na nowym sprzęcie. - *Zawsze unikałam tych badań ze strachu, nie tyle o ból, ale przede wszystkim o wynik. Kiedy dowiedziałam się, jak skuteczne jest leczenie wcześniej zdiagnozowanych zmian przestałam się wahać i nie żałuję. Czekam teraz na wynik w przekonaniu, że warto o siebie zadbać. Zdałam sobie sprawę, że jeśli będę przed sobą udawać, iż nie ma problemu oni i tak może się pojawić* - mówi jedna z pacjentek pani Krystyna.

Zdarza się, że wykonywaniu badań mammograficznych wciąż towarzyszy jednak szereg wątpliwości, dlatego warto odpowiedzieć na najczęściej pojawiające się pytania.

*Czy kobiety przed 50. i po 69. roku życia również mogą korzystać z badań profilaktycznych, takich jak np. mammografia?*

Mogą, jednak potrzebne jest do tego skierowanie od lekarza specjalisty, co umożliwi skorzystanie z bezpłatnego badania. Innym rozwiązaniem jest badanie komercyjne. Na nie też wymagane jest skierowanie od lekarza POZ lub z prywatnej praktyki. W tym przypadku Centrum Zdrowia Tuchów proponuje bardzo konkurencyjną cenę 80 zł.

*Czy badanie mammograficzne można wykonać tylko raz na dwa lata?*

Takie badanie przysługuje bezpłatnie. Oznacza to, że raz na dwa lata dla większości kobiet przed 50. i po 69. roku życia badanie wystarczy do postawienia właściwej diagnozy. Jednak lekarz pierwszego kontaktu czy z poradni ginekologicznej może zalecić częstsze wykonywanie mammografii w uzasadnionych przypadkach.

*Czy badanie mammograficzne jest bolesne?*

Podczas mammografii trzeba ucisnąć piersi, w związku z tym badanie nie należy do przyjemnych. Jednak dla większości kobiet ucisk ten jest do zaakceptowania, można go nazwać dyskomfortem. Taki ucisk jest konieczny do tego, aby wykonane zdjęcie pokazało całą strukturę piersi. Dzięki temu lekarze mogą postawić właściwą diagnozę.

*Czy strach przed dawką promieniowania podczas mammografii jest uzasadniony?*

Na nowoczesnym sprzęcie, który wykonuje badanie w najnowszej technologii cyfrowej emitowana jest minimalna dawka promieniowania porównywalna z tą, która przyjmowana jest podczas prześwietlenia zęba.

*Czy to prawda, że najlepszym sposobem diagnozy dla młodszych kobiet jest samobadanie piersi?*

Jeśli guzki tworzą się u młodszych pacjentek ich wykrycie ze względu na strukturę piersi może być trudniejsze. Niezależnie od tego lekarze zalecają regularne samobadanie piersi.

*Jak wykonać samobadanie, aby było skuteczne?*

Samobadanie składa się z oglądania stanu piersi oraz badania dotykowego. Oględziny najlepiej przeprowadzać po rozebraniu się do pasa przed lustrem. Szukamy zmian w wyglądzie biustu, kształcie, wielkości, kolorze brodawek. Sprawdzamy, czy nie pojawiły się wypryski lub zmiany koloru, dołki i wciągnięcia skóry. Należy porównać wielkość obu brodawek. W trakcie badania warto pamiętać o obejrzeniu górnej części piersi, dochodzącej do pachy. Trzeba się dokładnie zobaczyć także z profilu. Można spleść ręce z tyłu głowy i obrócić się tak, by dobrze obejrzeć biust z obu stron. W dalszej fazie opieramy dłonie na biodrach i naciskamy tak mocno, aby odczuwalne było napinanie się mięśni klatki piersiowej. Wtedy także oglądamy piersi w poszukiwaniu zmian. Następnie po pochyleniu się do przodu szukamy widocznych zagłębień lub pofałdowań skóry bądź wciągnięcia brodawek.

Przy badaniu dotykowym leżymy na plecach i wkładamy jedną rękę pod głowę. Dłonią drugiej ręki uciskamy pierś trzymając ją równolegle do powierzchni skóry. Dotykamy pierś całą powierzchnią dłoni, nie tylko końcem palców. Wykonujemy ruchy w kształcie koncentrycznych okręgów – badanie rozpoczyna się od zatoczenia największego koła po obwodzie piersi, wykonując przy tym małe kółka prostopadle do kierunku ruchu, i przesuwając się ruchem spiralnym zgodnie z ruchem wskazówek zegara aż do brodawki. Ponieważ zdarza się, że choroba atakuje węzły chłonne pachy warto sprawdzić także tę część ciała oraz okolice nadobojczykowe. Następnie powtarzamy procedurę z drugiej strony. Gdy zauważymy lub wyczujemy coś niepokojącego idziemy do lekarza. Trzeba pamiętać, że nie każdy guzek jest rakiem, ale każdy warto dać pod rozważę specjaliście.