

Ankieta ewaluacyjna

Płeć: K / M

Wiek:

Data:

Miejscowość:

Poniższa ankieta ma na celu zbadanie poziomu stanu wiedzy na temat profilaktyki raka piersi wśród młodzieży. Ankieta jest anonimowa, a jej wyniki posłużą organizatorom do podsumowania działań edukacyjnych w ramach realizacji programu „Zdrowe piersi są OK!”.

Prosimy podkreślić właściwą odpowiedź

1. Samobadanie piersi to:

- a) badanie dotykiem (palpacyjne)
- b) badanie specjalistyczne, które może wykonać tylko lekarz
- c) mammografia
- d) USG

2. Samobadanie piersi wykonuje się:

- a) w pozycji leżącej
- b) w pozycji stojącej
- c) w pozycji siedzącej
- d) w pozycji leżącej i stojącej

3. Samobadanie piersi najlepiej wykonywać:

- a) dzień po zakończeniu miesiączki
- b) tydzień po miesiączce
- c) 2 tygodnie po miesiączce
- d) podczas miesiączki

4. Podstawowe metody wykrywania raka piersi to:

- a) samobadanie, mammografia, USG
- b) cytologia
- c) morfologia krwi
- d) wszystkie odpowiedzi są poprawne

5. Wybierz odpowiedni schemat badań profilaktycznych dla zdrowej kobiety bez objawów raka piersi w wieku 45 lat:

- a) samobadanie raz w miesiącu, mammografia wg wskazań lekarza, USG wg wskazań lekarza
- b) samobadanie raz w miesiącu, nie zaleca się wykonywać mammografii i USG
- c) samobadanie raz na pół roku, USG raz na 2 lata, mammografia wg wskazań lekarza
- d) wszystkie odpowiedzi są poprawne

6. BRAFITTING to:

- a) samobadanie piersi
- b) prawidłowe dopasowanie biustonosza do biustu
- c) utrzymywanie wysokiej kondycji organizmu
- d) specjalistyczna metoda wykrywania raka piersi

7. Prawidłowo dopasowany biustonosz powinien:

- a) mieć luźne miseczki i ciasny obwód
- b) mieć luźny obwód i uciskające miseczki
- c) ściśle przylegać do ciała, ale nie uciskać, nie deformować brodawek, nie dzielić piersi
- d) mieć zawsze maksymalnie skrócone ramiączka

8. Pozytywny wpływ na kobiece piersi mają:

- a) intensywne masaże i ekspozycja na słońce
- b) spanie na brzuchu

c) duże wahania wagi ciała

d) utrzymanie wyprostowanej postawy oraz ćwiczenia wzmacniające mięśnie pleców, klatki

piersiowej i brzucha

9. Które zmiany w obrębie piersi wymagają konsultacji lekarza:

a) wszystkie zmiany budzące niepokój

b) tylko bolesne zmiany

c) tylko zmiany związane z wydzielinami z brodawek

d) tylko zmiany występujące w okolicy brodawek

10. Zakreśl prawidłowe stwierdzenia:

a) każdy guz piersi jest rakiem piersi

b) nie każda zmiana wymaga szybkiej diagnostyki

c) wcześnie wykryte zmiany dają większe szanse na wyzdrowienie i przeżycie

d) do lekarza onkologa potrzebne jest skierowanie

Dziękujemy za wypełnienie ankiety