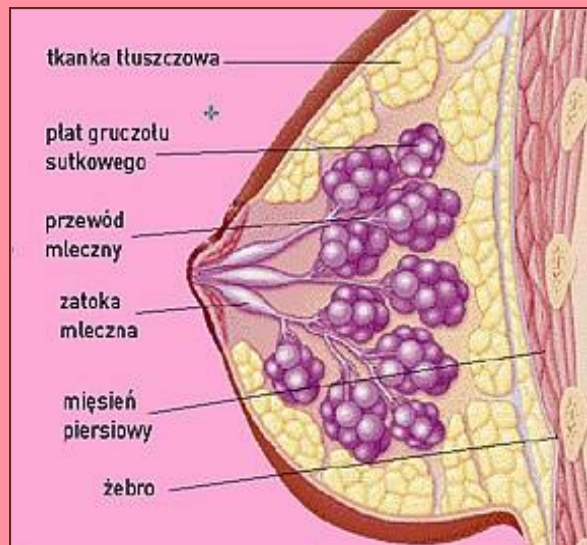


Populacyjny Program Wczesnego Wykrywania Raka Piersi



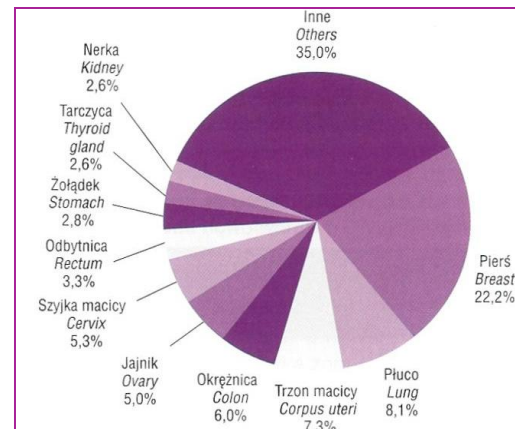
- Epidemiologia
- Profilaktyka.
- Jak badać piersi?



Małgorzata Rejent

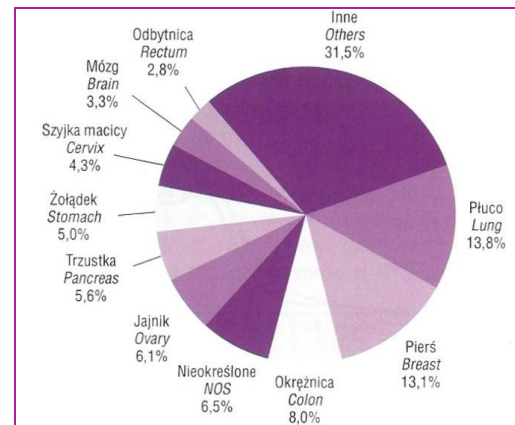
EPIDEMIOLOGIA

- ✓ Ponad **14000** nowych zachorowań na raka piersi rocznie
- ✓ średnio co 40 minut diagnozowany jest u kolejnej Polki.

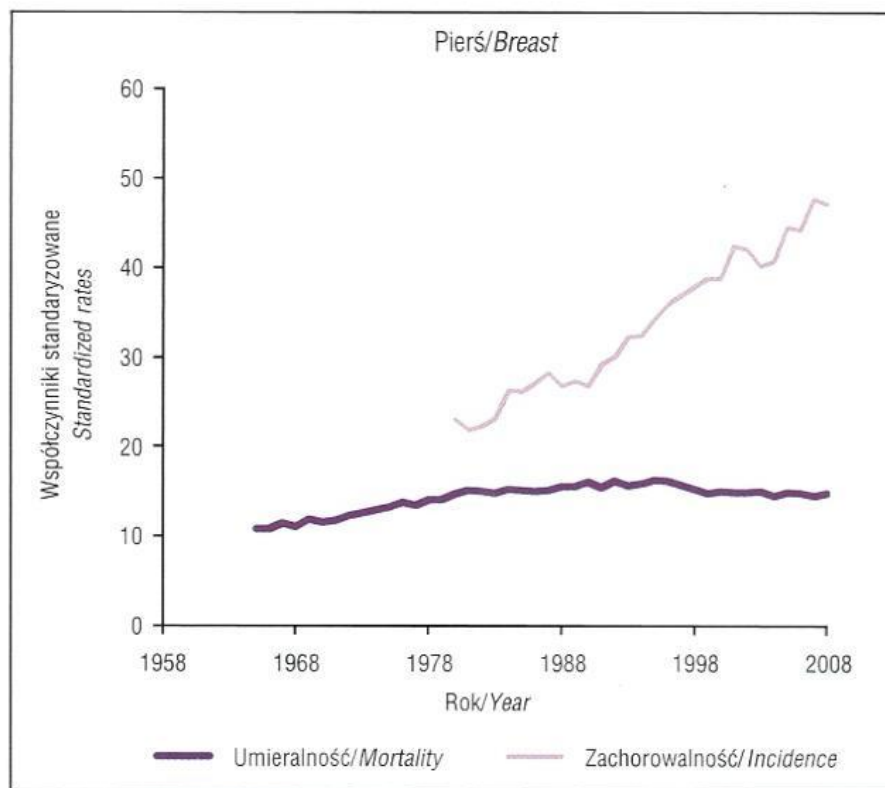


- ✓ W Polsce z powodu raka piersi codziennie umiera 14 kobiet,
- ✓ rocznie ponad **5000** zgonów

Rak piersi wykrywany jest zbyt późno.

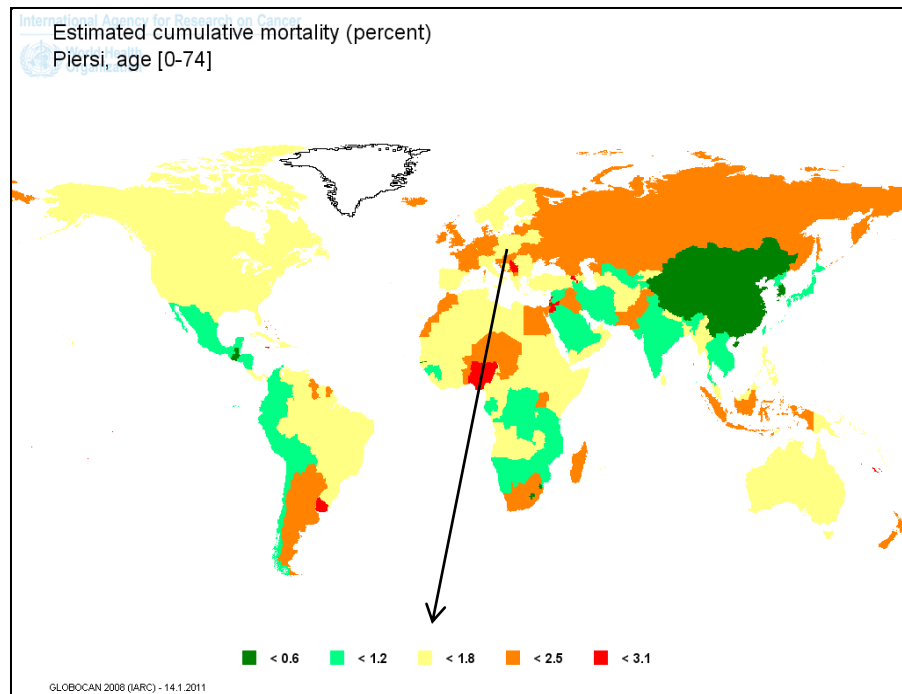
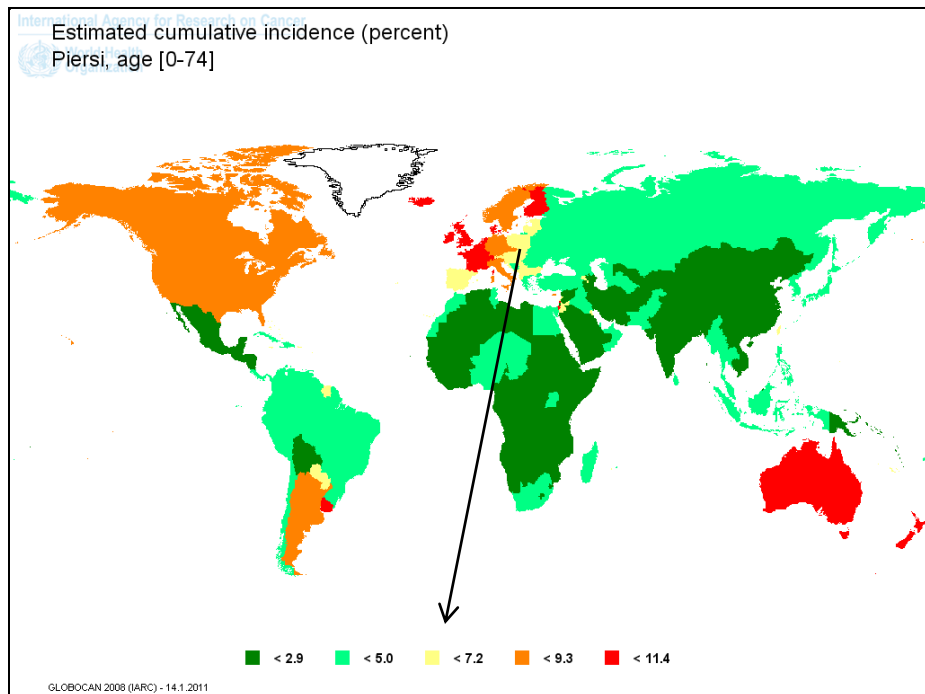


Trendy umieralności vs zachorowalności w latach 1965-2008



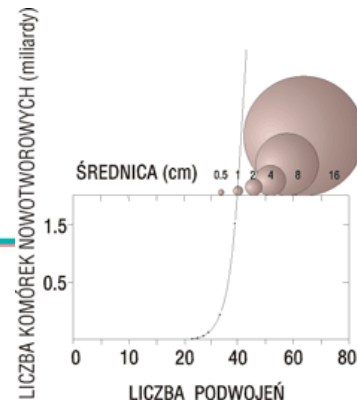
ZACHOROWALNOŚĆ NA RAKA PIERSI NA ŚWIECIE W ROKU 2008

UMIERALNOŚĆ Z POWODU RAKA PIERSI NA ŚWIECIE W ROKU 2008



Czynniki ryzyka

- płeć, wiek i rasa
- **Czynniki genetyczne** - dziedziczenie skłonności do choroby
 - rodzinne występowanie raka piersi lub raka jajnika (*krewne w I^o pokrewieństwa*)
 - uszkodzenie (mutacja) genu BRCA1 i BRCA2 (*około połowa kobiet z dziedzicznym rakiem piersi ma mutację w genie BRCA1 a 1/3 w genie BRCA2*)
- **Czynniki hormonalne** – zależność związana z przedłużonym działaniem estrogenów na tkanki organizmu
 - bezdzietność, późne macierzyństwo (pierwsze dziecko po 35 r.ż.)
 - pierwsza miesiączka przed 12 r.ż.
 - ostatnia miesiączka po 55 r.ż.
 - stosowanie hormonalnej terapii zastępczej
- **Inne**
 - przebyte zachorowanie na raka piersi
 - przebyte łagodne choroby piersi
 - styl życia (*dieta bogato tłuszczowa, brak aktywności ruchowej, spożywanie alkoholu*)



Co to jest rak?

- Podział zdrowych komórek $\longrightarrow$ proces ściśle kontrolowany.
- Niekontrolowany podział komórek $\longrightarrow$ proces nowotworowy.

KANCEROGENEZA - Kod genetyczny zdrowej komórki zostaje zmutowany kancerogenem, komórka traci kontrolę nad podziałami.

Sprawny układ immunologiczny wykrywa i niszczy zmutowane komórki, zanim zaczną się one niepowstrzymanie dzielić. Gdy układ ten zawodzi, obarczone mutacją komórki przeżywają i dochodzi do stopniowego powiększania populacji komórek nowotworowych, wzrostu miejscowego, a następnie ekspansję na otaczające tkanki i rozsiew – progresja nowotworu.

- Rozwój raka piersi jest procesem długotrwałym, wieloletnim, dlatego rak piersi jest chorobą przewlekłą.
Poczynając od pierwszej komórki, która uległa przemianie złośliwej, w większości przypadków **guz osiąga średnicę 1 cm w ciągu około 5 - 7 lat. W tym czasie nie daje żadnych objawów.**
- Zmianę nowotworową tej wielkości można skutecznie leczyć, można uratować chorą pierś dzięki zastosowaniu leczenia oszczędzającego.
- W Polsce obecnie żyje ok. 130 tys. kobiet, u których kiedykolwiek zdiagnozowano raka piersi.

PROFILAKTYKA

PROFILAKTYKA I° (dotyczy osób zdrowych) – zapobieganie chorobie,

- edukacja zdrowotna – *tylko w ten sposób można poprawić odsetek kobiet, które zgłaszają się na badania przesiewowe,*
- ograniczenie spożycia alkoholu – wg. *Journal of the American Medical Association*, picie więcej niż trzy do sześciu kieliszków wina tygodniowo, aż o 15 proc. zwiększa ryzyko wystąpienia raka piersi.
- aktywność ruchowa,
- dieta niskotłuszczowa,

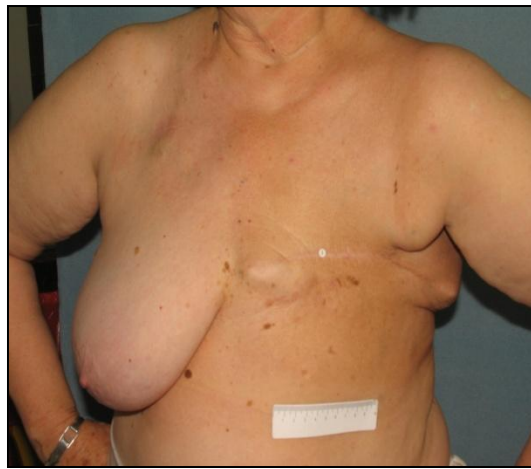
PROFILAKTYKA II° (dotyczy osób ze zwiększonym ryzykiem zachorowania)

- badania przesiewowe - *odgrywają nadrzędną rolę we wczesnym wykrywaniu nowotworów i skuteczności ich leczenia*
- wczesne wykrywanie choroby,
- comiesięczne badanie piersi wg instrukcji

PROFILAKTYKA III° (dotyczy osób chorych)- zmniejszanie skutków choroby.

- leczenie oszczędzające, nie wyniszczające organizmu chorej kobiety,
- dobre rokowanie po leczeniu

- U chorych, u których wykryto raka we wczesnej fazie choroba może być wyleczona, a leczenie nie powoduje kalectwa.
- Niestety społeczny lęk przed wykryciem raka powoduje opóźnienie rozpoznawania choroby i późne podjęcie leczenia, czego konsekwencją jest większy zakres interwencji chirurgicznej.
- Niestety część chorych, z różnych powodów, nie korzysta z badań profilaktycznych !!!



PROFILAKTYKA WTÓRNA

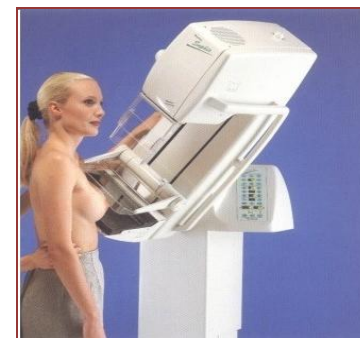
SAMOBADANIE



USG



MAMMOGRAFIA



Żadna z tych metod nie chroni przed zachorowaniem na raka piersi !

Samobadanie piersi

- Prosta metoda wczesnego wykrywania raka piersi, która może uratować życie i pozwolić zachować pierś chorej kobiecie.
- Większość Polek nie bada się regularnie.
- **Kobieta, która regularnie bada piersi, zna swoje ciało, dzięki temu jest w stanie ocenić, jakie zmiany zaszły od ostatniego badania w jej piersiach.**
- Kobieta powinna badać swoje piersi już od 18-20 roku życia do późnej starości.
- Badanie powinna wykonać raz na miesiąc, najlepiej tydzień po miesiączce.
- Jeśli nie miesiączkuje, w wybranym dniu miesiąca.

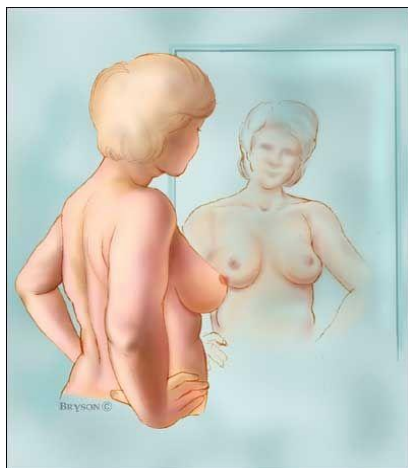
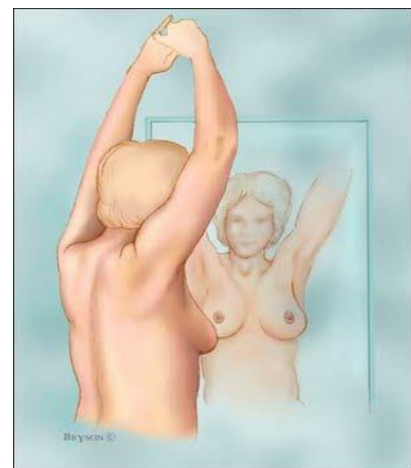


**Nawyk samobadania piersi
powinien być kontynuowany
przez całe życie!**

Jak badać piersi ?

I etap – dokładne oglądanie piersi w lustrze:

- badanie przeprowadź dokładnie , bez pośpiechu, przed dobrze oświetlonym lustrem.
- rozbierz się do pasa i stań przed lustrem.
- uważnie obejrzyj piersi, najpierw z opuszczonymi wzdłuż ciała rękami,
- następnie podnieś ręce do góry, obserwując piersi w trakcie unoszenia rąk.
- potem ręce wesprzyj mocno na biodrach, teraz lekko się pochyl cały czas zerkając w lustro.



W każdej z tych pozycji zwracaj uwagę na:

- kształt piersi,
- różnicę w wyglądzie piersi,
- symetrię piersi
- zmarszczenia, wciągnięcia, zmiany zabarwienia skóry,
- zmiany w wyglądzie brodawek - wciągnięcie, zaczerwienienie,
- zmiany łuszczące lub owrzodzenie (niegojąca się krosta)
- zmiana kierunku ustawienia brodawek.
- zaczerwienienie i zgrubienie skóry ("skórka pomarańczy")

II etap - badanie piersi dotykiem czyli palpacyjnie.

- złączone palce dłoni połącz płasko na piersi,
- lekko uciskając, ruchami kolistymi przesuwaj dłoń po skórze,
- zataczaj kręgi wokół piersi zgodnie z ruchem wskazówek zegara,
- zaczynając od największego kręgu sukcesywnie badając piersi, zbliżaj się do brodawki,
- dwoma palcami uciśnij brodawkę, aby sprawdzić, czy pojawia się wyciek z brodawki,
- jeśli tak - zaobserwuj jaki charakter ma ten wyciek.



Badanie w pozycji stojącej



- prawą rękę załóż za głowę,
- lewą ręką zbadaj dokładnie prawą pierś
-złączone palce dłoni połóż płasko na piersi,
lekko uciskając, ruchami kolistymi przesuwaj dłoń po skórze,
zataczaj kręgi wokół piersi zgodnie z ruchem wskazówek
zegara, zaczynając od największego kręgu sukcesywnie
badając piersi, zbliżaj się do brodawki.
- Po zbadaniu piersi prawej , zbadaj pierś lewą.

W trakcie badania zwróć uwagę czy nie wyczuwasz zmiany spoistości tkanki, zgrubień, stwardnień, które sugerowałyby występowanie guzka.

Badanie w pozycji leżącej



- Pod prawy bark podłóż małą poduszkę lub złożony ręcznik.
- Prawą rękę połóż nad głową, lewą dłonią ułożoną płasko zbadaj prawą pierś.
- W trakcie badania spiralnymi ruchami, nie odrywając palców od piersi, zgodnie z ruchem wskazówek zegara zataczaj coraz mniejsze kręgi wokół piersi i z powrotem.
- W taki sam sposób zbadaj drugą pierś.
- Leżąc zbadaj węzły chłonne pod pachami.

Zwróć uwagę na występowanie zgrubień, stwardnień, powiększonych węzłów chłonnych.

Każda zmiana powinna być zweryfikowana przez doświadczonego lekarza!!!



Pamiętaj, że :

- nie badasz się po to by wykryć guza , lecz aby upewnić się, że go nie ma,
- gdy zauważysz coś niepokojącego idź do lekarza, nie zwlekaj !
- nie każdy guzek jest rakiem, ale każdy należy dać pod rozwagę lekarzowi
- chociaż raz w roku poproś lekarza o zbadanie piersi

Nie bój się - badaj się! [Poznaj siebie i swoje piersi !](#)

USG piersi

W badaniu obraz powstaje dzięki różnicy w odbijaniu fal dźwiękowych przez różne tkanki gruczołu piersiowego.

- metoda niezbędna dla prawidłowego wykonania biopsji i potwierdzenia ewentualnych zmian stwierdzonych badaniem palpacyjnym.
- jest bardzo użyteczne w różnicowaniu zmian łagodnych,
- jest badaniem uzupełniającym do mammografii,
- jest przydatne w ocenie piersi u młodych kobiet i ciężarnych,
- jest badaniem o mniejszej czułości niż mammografia w wykrywaniu zmian nowotworowych piersi,

Wadą jest brak możliwości porównania badań wykonanych w różnym czasie przez różnych lekarzy



Co to jest mammografia?

- **Mammografia** jest podstawowym badaniem radiologicznym w diagnozowaniu zmian nowotworowych w piersiach.
- **Mammografia** spełnia kryteria dobrego testu przesiewowego - jest czuła (80- 95%), swoista i powtarzalna (możliwość porównania z poprzednim badaniem), dlatego **stosowana jest w badaniach przesiewowych w kierunku wczesnego wykrywania raka piersi.**

Jakie może mieć wady?

- im bardziej utkanie piersi jest gęste, tym łatwiej rak może się schować (**mammografia** ma większą wartość u kobiet starszych niż młodszych ze względu na utkanie piersi).
- jakość sprzętu,
- czynnik ludzki.

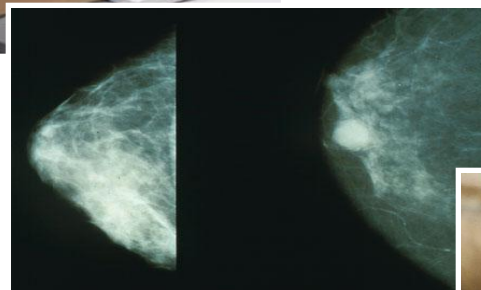
Obecnie nie ma lepszej alternatywy pozwalającej wcześniej wykrywać raka piersi i leczyć go w stadiach mniej zaawansowanych.

Mammografia może wykryć zmiany 2- 4 lata wcześniej, nim staną się one jawne klinicznie!



Obraz powstaje dzięki różnicy w pochłanianiu promieniowania jonizującego przez różne tkanki gruczołu piersiowego.

- Badanie wykonywane jest w pozycji stojącej, a badana pierś ściśnięta jest pomiędzy dwoma plastikowymi płytkami.
- Ucisk piersi jest konieczny, aby zwiększyć dokładność badania.
- Ucisk nie uszkadza piersi.
- Powoduje zmniejszenie pochłoniętej dawki promieniowania.



2005 r. - Narodowy Program Zwalczania Chorób
Nowotworowych



**2006 r. - POPULACYJNY PROGRAM
WCZESNEGO
WYKRYWANIA RAKA PIERSI**

BADANIA PRZESIEWOWE – SKRYNING

Skryning raka piersi

jest badaniem osób bez objawów choroby w celu wczesnego wykrycia nowotworu i zmniejszenia umieralności na ten nowotwór .

Skryningiem obejmuje się populację najbardziej narażoną na zachorowanie na chorobę nowotworową określonego narządu.

Test stosowany w celu wykrycia RAKA PIERSI , to mammografia – test prosty, tani, powtarzalny i społecznie akceptowalny, wysoko czuły i swoisty.

Nowotwory wykrywane w trakcie skryningu to najczęściej rak w małym stopniu zaawansowania ➡️ większa skuteczność leczenia, mniejsze nakłady finansowe na leczenie.

KRYTERIA UDZIAŁU W PROGRAMIE

- panie w wieku 50 – 69 lat (ok. 70% zachorowań),
- panie, które w ciągu ostatnich 2 lat nie miały badania mammograficznego w ramach NFZ,
- badanie jest bezpłatne,**
- na badanie kobieta nie musi posiadać skierowania.**

Aby wykonać badanie skryningowe należy zgłosić się do jednej z placówek realizujących Program.

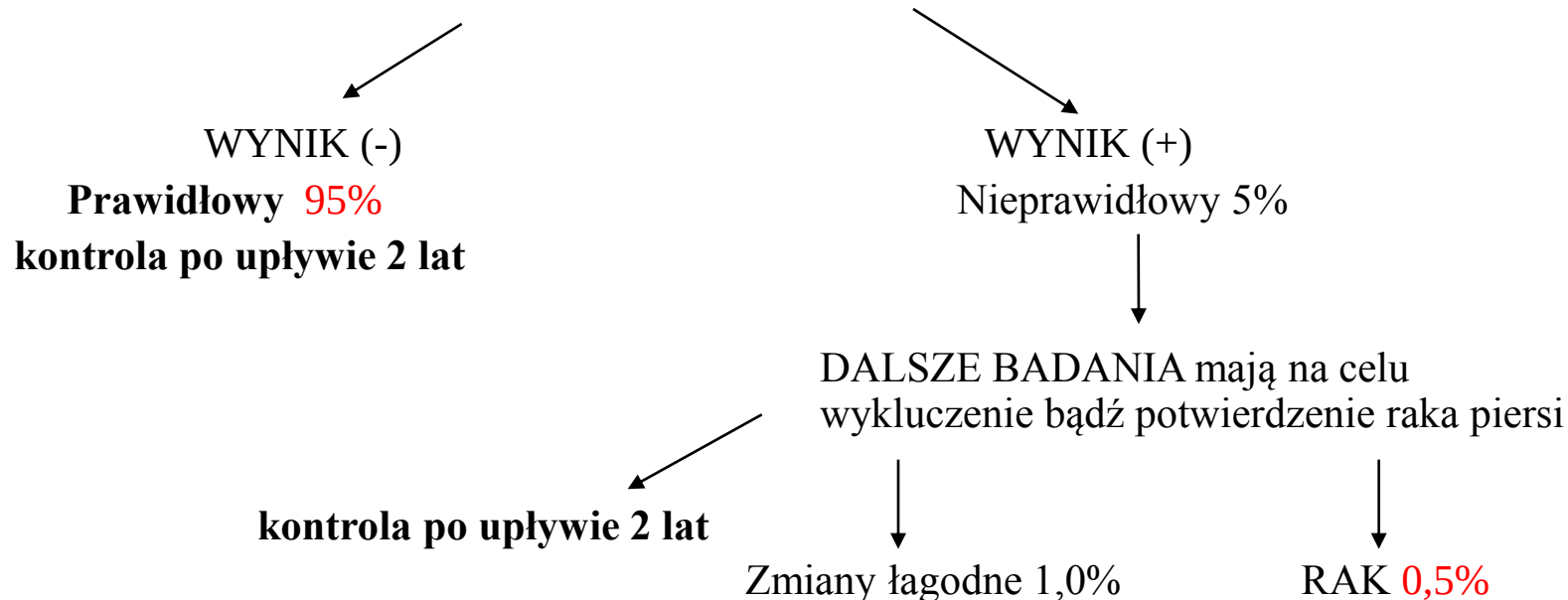
Badania w Programie są dwuetapowe:

- etap podstawowy,
- etap diagnostyczny.



BADANIE SKRYNINGOWE

Na **1000** badań mammograficznych po wykonaniu dalszej diagnostyki rak rozpoznawany jest u **2** kobiet



Podstawowym celem
Wojewódzkiego Ośrodka Koordynującego
jest zwrócenie uwagi kobiet w Polsce na rosnące statystyki
zachorowań na raka i pilną potrzebę uzmysłowienia

KOBIETOM

o konieczności przeprowadzania regularnie badań, takich jak mammografia i cytologia.
WOK dąży do zmiany świadomości Polaków, aby w bezpłatnych skryningach, które są
realizowane w ramach Narodowego Programu Zwalczenia Chorób Nowotworowych,
przebadać jak najwięcej osób.

WOK wysyła zaproszenia na badania przesiewowe, aby wcześniej odnaleźć te,
które mają zmiany w piersiach.

**Warunkiem powodzenia, czyli obniżenie umieralności
z powodu raka piersi , jest udział w badaniach 70% kobiet spełniających kryteria
*Populacyjnego Programu Wczesnego Wykrywania Raka Piersi.***
Często zdarza się jednak, że kobiety nie odpowiadają na zaproszenia.

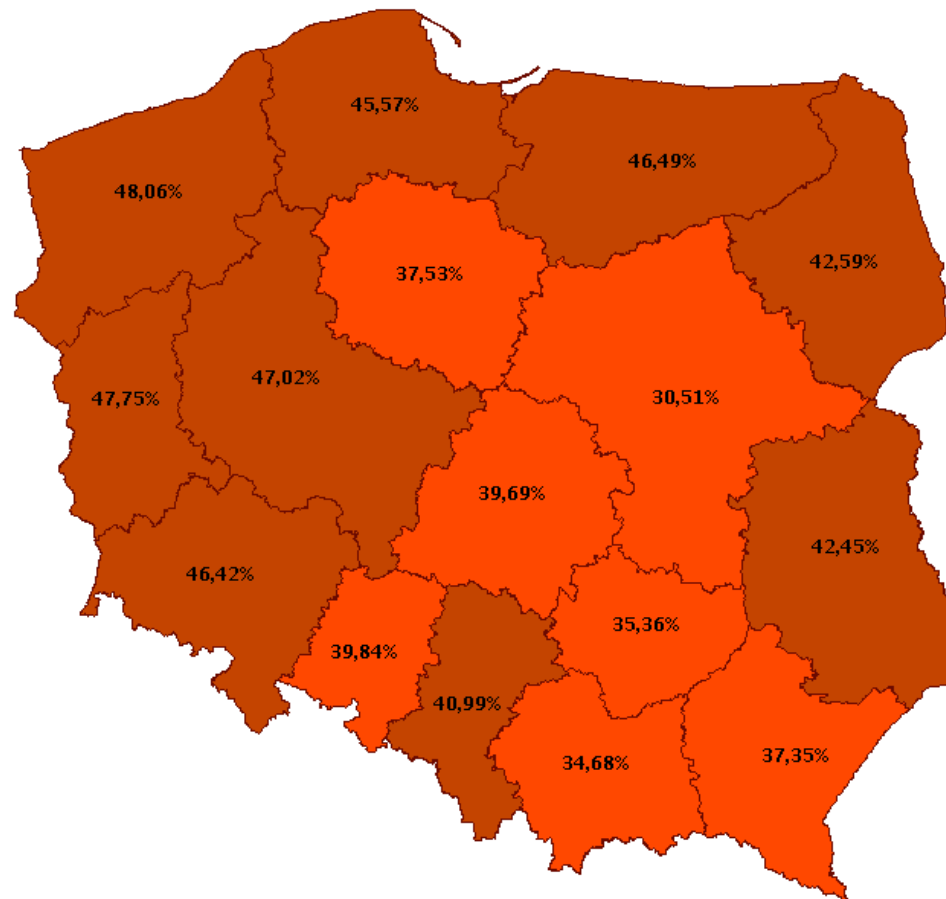
Wojewódzki Ośrodek Koordynujący

Populacyjne Programy Wczesnego Wykrywania Raka Piersi
oraz Profilaktyki i Wczesnego Wykrywania Raka Szyjki Macicy
CENTRUM ONKOLOGII – INSTYTUT im. Marii Skłodowskiej - Curie
tel.: (22) 546 31 03, (22) 546 31 02

www.bezplatnamammografia.pl www.bezplatnacytologia.pl

Data generacji: 2011-11-01

Średnia wartość: 40,32%



Wojewódzki Ośrodek Koordynujący

Populacyjne Programy Wczesnego Wykrywania Raka Piersi
oraz Profilaktyki i Wczesnego Wykrywania Raka Szyjki Macicy
CENTRUM ONKOLOGII – INSTYTUT im. Marii Skłodowskiej - Curie
tel.: (22) 546 31 03, (22) 546 31 02
www.bezplatnamammografia.pl www.bezplatnacytologia.pl

STAN NA 01.11.2011 R.		
DZIELNICA	ILOŚĆ KOBIET DO PRZEBADANIA	PROCENT PRZEBADANYCH
WARSZAWA	229	37,55
WARSZAWA-BEMOWO	18748	34,48
WARSZAWA-BIAŁOŁĘKA	8931	36,46
WARSZAWA-BIELANY	20479	35,33
WARSZAWA-MOKOTÓW	26712	35,5
WARSZAWA-UCHOTA	11164	23,23
WARSZAWA-PRAGA-PÓŁUDNIE	27227	36,9
WARSZAWA-PRAGA-PÓŁNOC	10539	27,65
WARSZAWA-REMBERTÓW	3260	38,62
WARSZAWA-ŚRÓDMIEŚCIE	26520	27,28
WARSZAWA-TARGÓWEK	19884	33,19
WARSZAWA-URSUS	6150	32,65
WARSZAWA-URSYNÓW	24692	40
WARSZAWA-WAWER	10970	36,78
WARSZAWA-WESOŁA	1987	39,31
WARSZAWA-WILANÓW	2646	36,32
WARSZAWA-WŁOCHY	5522	21,82
WARSZAWA-WOLA	17943	28,94
WARSZAWA-ŻOLIBÓRZ	7282	33,11



ŹRÓDŁO INFORMACJI O BADANIU od 01.01.-18.11.2011r. (woj. mazowieckie)

	lekarz	11 961
	Pielęgniarka	722
	media	4 512
	sms	1 853
	imienne zaproszenia	<u>61 508</u>
INNE źródła		17 526

PODSUMOWANIE

Przesiewowe badania mammograficzne wykonywane co dwa lata wśród kobiet w wieku 50-69 lat są dziś najskuteczniejszą metodą wczesnego wykrywania raka piersi i zmniejszenia śmiertelności z jego powodu.

Niestety nie wiemy dokładnie, kto zachoruje na raka piersi, a kto nie. Ale jeżeli regularnie się badasz, można zdiagnozować raka we wczesnym stadium rozwoju i szanse, że zostanie wyleczony są naprawdę duże



***Zdrowe Kobiety, to nie tylko
zdrowsze społeczeństwo,
to także szczęśliwe Kobiety.***

JAK UZYSKAĆ INFORMACJE O BADANIU GENETYCZNYM ?

www.profilaktyka.co.bydgoszcz.pl

Należy kliknąć:

- ✓ dodatki
- ✓ dokumenty
- ✓ ankieta do poradni genetycznej
- ✓ ankieta dla pacjenta

W JAKI SPOSÓB ZGŁOSIĆ SIĘ NA BADANIE GENETYCZNE ?

Należy:

- ✓ ankietę wydrukować
- ✓ wypełnić
- ✓ przesłać zwykłą pocztą
- ✓ zadzwonić po upływie 2 tygodni – 22 546 29 35

Testy genetyczne powinno się zrobić, jeśli w rodzinie zdarzały się przypadki zachorowania na raka piersi i raka jajnika. Jeżeli w wyniku testu okaże się, że gen jest uszkodzony, to wcale nie znaczy, że zachorujemy. Ryzyko możemy zminimalizować np. przez częste badania profilaktyczne.

Wojewódzki Ośrodek Koordynujący
Populacyjne Programy Wczesnego Wykrywania Raka Piersi
oraz Profilaktyki i Wczesnego Wykrywania Raka Szyjki Macicy
CENTRUM ONKOLOGII – INSTYTUT im. Marii Skłodowskiej - Curie
tel.: (22) 546 31 03, (22) 546 31 02
www.bezplatnamammografia.pl www.bezplatnacytologia.pl

www.bezplatnamammografia.pl
www.bezplatnacytologia.pl

wokpiersi@coi.waw.pl

tel. 22 546-31-11
tel./fax. 22 546 30 26

