

Podkarpacki Oddział Wojewódzki NFZ wzmacnia rolę profilaktyki i promocji zdrowia w swoich działaniach dla pacjentów. Edukujemy, korygujemy błędne przekonania o zdrowiu, wskazujemy mądrą praktykę potwierdzoną naukowo. Przekonujemy, że profilaktyka oraz wczesne wykrywanie chorób ma kluczowe znaczenie dla jakości i długości życia. Co miesiąc wspólnie z dziennikiem Super Nowości dzielimy się z Państwem ważnymi informacjami. Docieramy do Was w piątkowym wydaniu gazety oraz w wersji elektronicznej na www.nfz-rzeszow.pl. Materiały przygotowujemy w ramach akcji #SłuchajEksperta poruszając temat profilaktyki i zdrowia, na którym nam wszystkim bardzo zależy.

Rozmowa z Kingą Bielec z Ośrodka Diagnostycznego Chorób Nowotworowych Fundacji SOS Życie w Mielcu dotyczy profilaktycznej mammografii:

Rak piersi wykryty we wczesnym stadium zaawansowania lecz się szybko i skutecznie. Im mniejszy guz piersi, bez widocznych objawów, tym bardziej rosną szanse na mniej obciążające i skuteczne leczenie. Dlatego więc do onkologów na Podkarpaciu nie trafiają pacjentki ze zmianami we wczesnym stadium, gdy nie ma jeszcze przerzutu do węzłów chłonnych, a guz ma mniej niż 10 mm?

— Rozwijający się nowotwór piersi nie boli, nie szczypli, nie czuć żadnego dyskomfortu, więc „po co się mam badać, jeśli nic nie wyczuwam w piersi?” – tak kobiety często tłumaczą rezygnację z mammografii. Dlaczego zatem lekarze specjaliści wskazują badanie mam-

Więcej późno wykrytych raków piersi Z POWODU SZKODLIWYCH MITÓW?



mograficzne jako jedyną wskazaną metodę wykrywania wczesnego raka piersi u kobiet potencjalnie zdrowych?

Co to jest mammografia?

— Prześwietlenie piersi za pomocą dawki promieniowania RTG w czterech projekcjach to mammografia. Najlepiej robić ją na urządzeniu cyfrowym objętym kontrolą jakości w ośrodkach, które realizują Program profilaktyki raka piersi finansowany przez Narodowy Fundusz Zdrowia. Lekarz w mammografii widzi obraz całej piersi. Dzięki uwidocznionym strukturom czułość badania ocenia się na

poziomie 80 - 95%, więc doświadczeni specjaliści są w stanie dostrzec zmianę nawet od 3 mm wielkości. Bardzo ważny dla jakości obrazu jest ucisk, ale kobiety często się go boją. Tutaj istnieje wiele mitów, jak chociażby ten, że ucisk powoduje raka. To absurd. Lekarze zwracają uwagę, że ucisk powyżej 13 kg jest konieczny, a im wyższy (max 20 kg), tym obraz jest lepszy i bardziej czytelny. Ucisk trwa 2 - 3 sekundy, stolik przy mammografii odjeżdża automatycznie i trzeba ten dyskomfort wytrzymać. Mammografia musi być wykonana w należytej jakości, inaczej szkoda jej robić.

Mit o raku, który boli

— Słyszy się często od kobiet „a po co mam robić badanie, skoro nie mnie nie boli?” Skąd bierze się takie zachowanie, i jakie ma konsekwencje? Gdy boli nas ząb, idziemy do dentysty. Do lekarza, gdy mamy wysoką gorączkę czy uciążliwe dolegliwości bólowe. Ból w kręgosłupie? Na pewno coś nam dolega, tylko trzeba to znaleźć. Chodzimy do lekarza dopiero wtedy, gdy odczuwamy dolegliwości. To logiczne przekonanie, ale nie w przypadku raka piersi. Gruzoł piersiowy nie jest unerwiony, więc jeśli pojawia się struktura guza, nie uci-

ska nerwów, więc bólu nie czuć. Nawet widoczny gołym okiem rak piersi nie daje objawów bólowych. Jakis czas temu przyszła do nas kobieta z bardzo brzydką zmianą na piersi, a pod palcami czuć było bardzo twarde, duże zgubienie. Od kilku tygodni czuła ból w kręgosłupie, który z tygodnia na tydzień się nasilał. O pomoc zwracała się do rehabilitantów, ale nie pomagały żadne zabiegi. W końcu ktoś zwrócił uwagę na ranę na piersi i zasugerował mammografię. Badanie wykazało ponad 50-mm zmianę. Później okazało się, że ból kręgosłupa świadczył o przerzutach do kości, a guz w piersi jest nowotworem pierwotnym w znacznym stopniu zaawansowania. Takie sytuacje nie powinny mieć miejsca, a jednak zdarzają się i będą się zdarzać, dopóki kobiety nie przekonają się, że profilaktyczna mammografia należy wykonywać regularnie co 24 miesiące, a jeśli w rodzinie matka lub siostra chorowały na raka piersi - co 12 miesięcy. Właśnie wtedy, gdy nie ma objawów.

Dlaczego mammografia jest podstawowym badaniem profilaktycznym, a nie USG piersi?

— Mammografia i USG piersi to dwa zupełnie inne badania, znacznie różniące się od siebie. USG piersi nie może zastąpić mammografii, może ją tylko uzupełnić. Chociaż lekarze kierują pacjentki na USG piersi, na całym świecie zdrowe ko-

biety po 50. roku życia są objęte programem skryningiem mammograficznym ze względu na jego czułość i specyficzność. Mammografia uwidacznia mikrozwłknięcia towarzyszące komórkom nowotworowym, daje obraz całej piersi zawsze w tych samych ułożeniach, oceniają ją doświadczeni lekarze radiolodzy (w skryningu ocenia zawsze 2 lekarzy niezależnie!), a dzięki cyfrowym archiwom mogą porównać badanie z poprzednim. Przy gęstych piersiach o utkaniu gruczołowym USG piersi jest stosowane jako uzupełnienie do mammografii, ale nie powinno stanowić jedynej profilaktyki. Gdyby USG piersi było lepszym badaniem profilaktycznym piersi, to na świecie w badaniach przesiewowych stosowano by tę metodę. Tak jednak nie jest i każda kobieta w wieku 50 - 69 lat, jeśli woli uniknąć późno wykrytej choroby nowotworowej piersi, powinna korzystać z badań finansowanych przez NFZ, tym bardziej, że są one dostępne bez skierowania na całym Podkarpaciu w wielu miastach i w mammobusach.

Gdzie wykonać mammografię na program profilaktyczny?

Mammografia jest wykonywana na bieżąco i codziennie m.in. w: Mielcu, Rzeszowie, Jastrzębie, Brzozowie, Jasle, Leżajsku, Przeworsku, Łańcucie i innych miastach. Kobiety w wieku 50 - 69 lat raz na 24 miesiące wykonują ją bezpłatnie w programie, a co 12 miesięcy muszą ją wykonać panie, których matka lub córka miały raka piersi. Pełną listę wraz z numerami telefonów na rejestrację znajdzie Państwo na stronie www.PodkarpackiegoOddzialuNFZ.pl w zakładce „Pacjenci - Cztery pory roku dla zdrowia”. Warto pojechać na badanie mammograficzne co 24 miesiące i mieć raka piersi z głowy. ■



Rafał Śliż, rzecznik prasowy Podkarpackiego Oddziału Wojewódzkiego NFZ.

— Dla kogo mammografia w ramach programu profilaktycznego, a dla kogo ze skierowaniem?

— Profilaktyczna mammografia skierowania jest do po-

Mammografię możemy zrobić wszędzie

pulacji kobiet w wieku od 50 do 69 lat, które nie miały wykonanej mammografii w ciągu ostatnich 24 miesięcy. Młodsze i starsze kobiety mogą wykonać to badanie otrzymując skierowanie od lekarza specjalisty, np. ginekologa bądź onkologa, jeśli tylko wynik badania jest potrzebny do postawienia diagnozy.

— Czy mieszkając na Podkarpaciu mogę wykonać badanie w innym województwie?

— Tak, w przypadku badań profilaktycznych nie istnieje

rejonizacja, zatem można wybrać dowolną pracownię stacjonarną, bądź mammobus w dowolnym miejscu Polski.

— Gdzie możemy znaleźć wykaz pracowni?

— Wszystkie dane teledoresowe znajdują się na stronie internetowej Podkarpackiego NFZ w zakładce „Pacjenci” pod linkiem „Cztery pory roku dla zdrowia - profilaktyczny program zdrowotny”. Wykaz dotyczący zarówno naszego województwa, jak i całego kraju, dostępny jest pod bezpłatnym i czynnym całą

dobę numerem infolinii NFZ 800 190 590.

— Czy mammobusy mają swoje stałe miejsca pobytu?

— Mammobusy docierają na ogół tam, gdzie odległość do stacjonarnej pracowni jest znaczna, bądź dojazd jest utrudniony. Harmonogram ich postoju jest na bieżąco aktualizowany i dostępny na stronie internetowej Podkarpackiego NFZ oraz pod bezpłatnym i czynnym całą dobę numerem infolinii NFZ 800 190 590.

— Jak wygląda zgłaszal-

ność kobiet na bezpłatne badanie piersi?

— Mimo braku konieczności skierowania, krótkich terminów i wielu placówek, zgłaszalność kobiet w Polsce daleka jest od ideału. W skali kraju, na badanie zgłasza się co trzecia mieszkanka naszego województwa (32,6 proc.). O ponad 10 punktów procentowych lepiej jest w województwie: wielkopolskim, lubuskim i pomorskim. Na porównywalnym poziomie wygląda województwo małopolskie i opolskie. Mi-

mo stosunkowo niewielkiego odsetka kobiet, które z badań korzystają, w naszym województwie wykonuje się średnio ponad 3 tysiące badań miesięcznie. Patrząc na dane statystyczne z 3 ostatnich lat, najwięcej badań wykonuje się w marcu i lipcu - to niemal 5 tysięcy w każdym miesiącu. Najmniej oblegane są pracownie w styczniu i grudniu. Porównując poszczególne powiaty Podkarpacia, najwięcej kobiet korzysta z mammografii w powiecie przeworskim, mieleckim i lubaczowskim. Najrzadziej korzystają kobiety z okolic Jasła, Tarnobrzega i Niska.