

# 15 października - Europejski Dzień Walki z Rakiem Piersi

Statystycznie dziś 12 kobiet w Polsce dowie się, że ma raka piersi - a to jedna z najczęstszych przyczyn ich umieralności. Warto dać sobie szansę na wygranie tej walki i badać się - przypominamy o tym w Europejskim Dniu Walki z Rakiem Piersi.

**Październik** już od 1985 roku jest **miesiącem walki z rakiem**. Natomiast od 2008 roku w dniu **15 października obchodzony jest Europejski Dzień Walki z Rakiem Piersi**. Samobadanie, profilaktyka, czynniki ryzyka, mammografia i skuteczne leczenie nowotworów związanych z piersią to najważniejsze hasła święta spod znaku różowej wstążki.

Europejski Dzień Walki z Rakiem Piersi (Breast Health Day), to dzień w którym warto przypomnieć i uświadomić o tym jak zapobiegać występowaniu nowotworów piersi oraz o olbrzymim znaczeniu wykonywania badań przesiewowych.

Rak piersi jest najczęściej występującym nowotworem złośliwym wśród kobiet. Według danych Krajowego Rejestru Nowotworów rocznie wykrywanych jest ponad 16 tysięcy nowych przypadków raka piersi u kobiet w Polsce oraz ponad 100 wśród mężczyzn.

Co piąta kobieta, lecząca się onkologicznie choruje na raka piersi (ponad 20%).

Statystycznie, każdego dnia w Poliklinice, jedna kobieta jest operowana z powodu nowotworu piersi.

\*\*\*

## Profilaktyka wtórna

W przypadku raka piersi decydujące znaczenie ma profilaktyka wtórna, czyli wczesne wykrycie nowotworu. Dlatego każda kobieta od dwudziestego roku życia powinna regularnie badać swoje piersi. Takie badanie wykonuje się samodzielnie, najlepiej pierwszego dnia po zakończeniu miesiączki. Kobiety po menopauzie również powinny raz w miesiącu badać piersi - najlepiej zawsze tego samego dnia. Raz w roku takie badanie powinno być wykonane przez ginekologa, chirurga lub onkologa - nawet jeśli samobadanie nie wykazuje żadnych niepokojących zmian!

Objawy, które trzeba pilnie skonsultować z lekarzem, to:

- zmiana wielkości i kształtu piersi, która nie ustępuje po miesiączce;
- guzki lub zgrubienia wyczuwalne w piersi lub pod pachą;
- zmiana koloru skóry piersi;
- wciąganie sutków, pomarszczenie lub łuszczenie się skóry piersi;
- krwawienie lub wyciek wydzieliny z brodawek;
- naczynia żyłne widoczne na piersi bardziej niż zwykle;
- obrzęk ramienia.

O wszelkich innych zmianach zauważonych na piersiach również należy poinformować lekarza.

## Badania diagnostyczne - USG i mammografia

USG i mammografia służą wykrywaniu różnych zmian w piersiach, zwłaszcza zmian nowotworowych. O tym czy pacjentka powinna wykonać USG czy mammografię, zawsze decyduje lekarz. Oba badania wykrywają zmiany nowotworowe w najwcześniejszym stadium, kiedy są dużo łatwiejsze do wyleczenia.

## **W Hajnówce działa Stowarzyszenie "Klub Amazonek"**

**Klub rozpoczął działalność 10 marca 2017r.** Stowarzyszenie powstało z pierwotnej potrzeby zapewnienia mieszkańcom Hajnówki, okolicznych gmin i wsi odpowiedniej, niezbędnej rehabilitacji po zabiegu mastektomii, a także usunięciu nowotworu piersi metodą oszczędnościową. Celem Stowarzyszenia jest zapewnienie rehabilitacji chorym na nowotwory piersi, ale także wszechstronne działanie na rzecz osób dotkniętych chorobami nowotworowymi, ze szczególnym uwzględnieniem nowotworów piersi i prowadzenie działań ukierunkowanych na poprawę warunków ich życia, oraz zwiększenie uczestnictwa w życiu społecznym, gospodarczym i kulturalnym kraju. Podkreślenia wymaga fakt, iż działanie Stowarzyszenia obejmować ma nie tylko rehabilitację, ćwiczenia, wykłady, ale również pomoc psychologiczną, a w kontekście podmiotowym Stowarzyszenie działać będzie nie tylko na rzecz chorych, ale również ich rodzin.

### **Stowarzyszenie "Klub Amazonek w Hajnówce"**

z siedzibą przy ulicy 11 Listopada 22.

Telefon kontaktowy: **+48509067289**,

mail: [irenab@amazonki.hajnowka.pl](mailto:irenab@amazonki.hajnowka.pl)

<http://amazonki.hajnowka.pl/>

**Emilia Rynkowska**

### **Pobierz:**

[Co to jest rak piersi?](#)

[ulotka\\_piersi\\_kopia.pdf 1.21MB](#)