

## Profilaktyka raka piersi

**Rak piersi to jeden z czołowych zabójców kobiet w Polsce. W początkowym okresie nie daje on żadnych objawów, ale wcześniej wykryty jest uleczalny. Dlatego tak ważne jest, aby kobiety poddawały się regularnym badaniom mammograficznym, które pozwalają wykryć nawet najmniejsze zmiany**

Rak piersi to najczęściej występujący nowotwór złośliwy u kobiet. Odpowiada za prawie 24% wszystkich zachorowań wśród nowotworów i jest przyczyną niemal 15% wszystkich zgonów kobieta z powodu nowotworów złośliwych.

**Ryzyko zachorowania znacznie wzrasta po 50 roku życia.**

Spośród wielu czynników rakotwórczych coraz częściej wskazuje się na uwarunkowania genetyczne. W Polsce około 10% przypadków raka piersi występuje u kobiet z mutacją w obrębie genów, najczęściej w BRCA 1.

Najważniejszym czynnikiem wpływającym na skuteczność leczenia jest wykrycie nowotworu w jak najwcześniejszym stadium rozwoju. Badania kliniczne wykazały, że w grupie kobiet w wieku 50–69 lat, które wykonywały badania mammograficzne co rok lub co 2 lata, zmniejszyła się umieralność o 25 – 30%! A więc warto badać się systematycznie i nie dopuścić do rozwoju choroby.

W ramach profilaktyki raka piersi NFZ zaprasza wszystkie kobiety pomiędzy 45–74 rokiem życia na bezpłatne badania mammograficzne

## Czy program jest dla Ciebie?

Tak, jeżeli:

- jesteś kobietą w wieku od 45 do 74 lat i spełniasz jedno z poniższych kryteriów:
  - w ciągu ostatnich 2 lat nie miałaś mammografii w ramach profilaktyki zdrowotnej (przy określaniu wieku należy wziąć pod uwagę rok urodzenia)
  - zakończyłaś okres 5 lat od leczenia chirurgicznego raka piersi i pozostajesz w trakcie uzupełniającej hormonoterapii (HT) – zalecenie badania co 12 miesięcy
  - zakończyłaś leczenie raka piersi i 5-letni proces monitorowania po zakończonym leczeniu – zalecenie badania co 12 miesięcy.

## Cel programu

- obniżenie wskaźnika umieralności w Polsce z powodu raka piersi do poziomu krajów Unii Europejskiej,
- podniesienie poziomu wiedzy na temat profilaktyki raka sutka i wczesna diagnostyka,
- wprowadzenie na terenie całego kraju ujednoliconych zasad postępowania diagnostycznego.

## Kto i gdzie realizuje program?

Badanie mammograficzne możesz wykonać w poradniach stacjonarnych lub w mammobusie, który dojeżdża do najbliższych zakątków Polski.

**Sprawdź, gdzie stacjonarnie wykonać mammografię (wejdź w „Programy profilaktyczne” i wybierz z listy „Profilaktyka raka piersi”).** [↗](#)

**Sprawdź, kiedy mammoibus przyjedzie do Twojej miejscowości.**

## Jak najszybciej zapisać się na mammografię

Centralna e-rejestracja to nowy, wygodny sposób zapisywania się na pierwszą konsultację u specjalisty lub badania. W jednym miejscu są dostępne online informacje o wolnych terminach na konsultacje i badania. W prosty i łatwy sposób można się umówić, zmienić termin lub odwołać wizytę.

**Przez centralną e-rejestrację łatwo i szybko umówisz się na mammografię.**

## Jak korzystać z e-rejestracji

Na mammografię przez centralną e-rejestrację możesz umówić się:

- przez Internetowe Konto Pacjenta (IKP)
- mobilną aplikację mojejKP

- w placówce medycznej, która ma umowę z NFZ w ramach profilaktyki raka piersi.

## Na mammografię przez IKP

Na badania zapisujesz się następująco:

- zaloguj się na IKP
- wybierz „E-rejestracja” >> „Umawianie wizyty” > „Umów badanie profilaktyczne”
- teraz wybierz program profilaktyczny: profilaktyka raka piersi
- wskaż datę i miejsce (miejscowość lub kod pocztowy)
- wybierz termin z propozycji i zatwierdź.

[Przejdź od razu do e-rejestracji na IKP](#)

Możesz zostać umówiona na wizytę w mammobusie lub placówce. Umówione wizyty znajdziesz w zakładce „E-rejestracja” > „Zaplanowane wizyty”.

Możesz też wygodnie odwołać wizytę online lub zmienić jej termin.

E-rejestrację znajdziesz też, jeśli na głównej stronie klikniesz na dole po lewej zakładkę „Zdrowie”.

Wybrany przez Ciebie termin wizyty znajdziesz w aplikacji w zakładce „Rejestracja na wizyty” > „Zaplanowane wizyty”.

## Na mammografię przez aplikację mojejKP

Na badania zapisujesz się następująco:

- [Jak się](#) uruchom aplikację i zaloguj się. [zalogować do mojejKP](#)
- na głównej stronie w sekcji „Usługi e-zdrowia” wybierz kafelek „Rejestracja na wizyty”, a następnie „Umów wizytę lub badania”
- wybierz rodzaj badania, a następnie:
  - podaj dogodny dla Ciebie termin i lokalizację
  - wybierz z listy dostępnych terminów odpowiadając Ci wizytę
  - potwierdź.

E-rejestrację znajdziesz też, jeśli na głównej stronie klikniesz na dole po lewej zakładkę „Zdrowie”.

Wybrany przez Ciebie termin wizyty znajdziesz w aplikacji w zakładce „Rejestracja na wizyty” > „Zaplanowane wizyty”.

[Poznaj centralną e-rejestrację.](#)

## Co Cię czeka w ramach programu?

Podstawowym badaniem wykonywanym w ramach programu jest mammografia.

- Jeżeli Twój wynik będzie prawidłowy, możesz ponownie wziąć udział w badaniu za 2 lata.
- Jeżeli Twój wynik będzie nieprawidłowy, lekarz skieruje Cię na dalszą diagnostykę. W przypadku rozpoznania raka piersi lub innego schorzenia wymagającego leczenia specjalistycznego, zostaniesz skierowana (już poza programem) do dalszej diagnostyki lub leczenia do poradni specjalistycznych lub lecznictwa stacjonarnego w ramach NFZ.

## Kiedy się zapisać?

Na badanie możesz się zgłosić bez skierowania. Tylko wczesna diagnostyka pozwala na wykrycie zmian na początkowym etapie i podjęcie skutecznego leczenia.

## Co przygotować?

Na wizytę weź ze sobą dokument tożsamości i zdjęcia z poprzednich mammografii, o ile miałaś robione. Lekarz będzie mógł je porównać z aktualnym wynikiem badania.

## Jak długo będziesz czekać?

Termin wizyty ustali placówka, do której się zgosisz.

## Co zyskasz?

Wykonasz badanie, które pozwoli wykryć nieprawidłowości na wczesnym etapie i w razie potrzeby podjąć odpowiednie działania.

## Szczegółowe informacje o programie

Więcej informacji dotyczących Programu Profilaktyki Raka Piersi znajdziesz w serwisie Ministerstwa Zdrowia:

[Przejdź do opisu badania mammograficznego](#)

## Instytucja odpowiedzialna za Program

Narodowy Fundusz Zdrowia

## Podstawa prawna

ZARZĄDZENIE NR 111/2022/DSOZ PREZESA NARODOWEGO FUNDUSZU ZDROWIA z dnia 2 września 2022 r. w sprawie określenia warunków zawierania i realizacji umów o udzielanie świadczeń opieki zdrowotnej

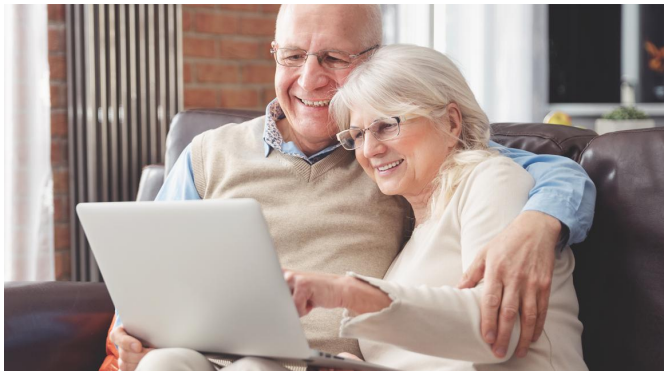
w rodzaju programy zdrowotne – w zakresach: profilaktyczne programy zdrowotne (z późn.zm.).

Rozporządzenie Ministra Zdrowia zmieniające rozporządzenie w sprawie świadczeń gwarantowanych z zakresu programów zdrowotnych z dnia 14 maja 2024 r. (Dz.U. z 2024 r. poz. 767)



PLANUJĘ **DŁUGIE** ŻYCIE

### Przeczytaj także



#### Poznaj centralną e-rejestrację

Chcesz się zapisać na bezpłatny test HPV HR (zastępuje klasyczną cytologię), mammografię lub pierwszą wizytę do kardiologa? Skorzystaj z centralnej e-rejestracji na Internetowym Koncju Pacjenta lub w aplikacji mojejKP

#### Zbadaj piersi – mammobus przyjedzie do Ciebie

Badaj się, by żyć! Skorzystaj z bezpłatnych badań mammograficznych w ramach profilaktyki raka piersi



#### Jak prawidłowo wykonać samobadanie piersi

Samobadanie piersi rób regularnie, dzięki czemu wyczujesz ewentualną różnicę między badaniami. Wykonuj je zawsze od 3 do 5 dni po miesiączce