



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 kobiety 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 mojeIKP

- 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