pacjent.gov.pl

Profilaktyka raka piersi

Data aktualizacji
2026-05-27

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 umieralności 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 najodleglejszych zakątków Polski.

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

Sprawdź, kiedy mammobus 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 mojeIKP

Na badania zapisujesz się następująco:

- uruchom aplikację i zaloguj się. **Jak się zalogować do mojeIKP**
- 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 odpowiadającą 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 zgłosisz.

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)

logo ministerstwa zdrowia

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 Koncie Pacjenta lub w aplikacji mojeIKP

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