

CO JE TO MAMOGRAFIE



Mamografie je lékařský test, který se používá k vyšetření prsou. Je důležitou formou prevence včasnou detekcí nádoru, čímž zvyšuje šanci na jeho úspěšnou léčbu.

Stránky kde najít více informací nebo na objednání se:
www.mamo.cz www.mzcr.cz

Jaká je cena vyšetření mamografem?

Cena vyšetření mamografem, není-li diagnostikováno činí cca 1000 Kč. Vyšetření žen **od 45 let věku je jednou za dva roky hrazeno ze zdravotního pojištění.**

Kdy zajít na mamografii?

Vyšetření mamografem je velmi **doporučeno ženám od 45 let**, přičemž tato vyšetření by měly absolvovat **pravidelně** ať již preventivně nebo diagnosticky podle potřeby.

Jak vyšetření probíhá?

Nemusíš se stydět, to je ta nejdůležitější věc. Před vyšetřením si odložíš oblečení, které by při vyšetření překáželo do kabinky. **Laborantka ti pak přesně vysvětlí**, jak se k mamografu postavit, kam položit prs a kam položit ruku. Při vyšetření ti **budou vždy laborantky pomáhat.**

Je mamograf něco jako rentgen?

Ano, každý prs se dvakrát prosvítí  rentgenovými paprsky v odlišné poloze.

Bolí to vyšetření nějak?

Nebolí, samozřejmě to trochu nepříjemné je, ale není to velká bolest. Ale je to potřeba vydržet, aby byl **snímek kvalitní.**

Kdy budu mít výsledek vyšetření?

V některých klinikách můžeš jít po vyšetření hned domů a **výsledek ti pošlou**. Na jiných klinikách výsledek dostaneš **po chvílce čekání na místě.**

Může se stát, že ti pom vyšetření bude doplněno **sonografické vyšetření prsu**. Což je diagnostické metoda využívající ultrazvuk k **zobrazení tkání prsu a detekci potenciálních nádorů či jiných abnormalit.** Vždy si **zjišťuj proč** by ti bylo sonografické vyšetření doporučeno.

Rakovina prsu



Rakovina prsu je nemoc, při které se v tkáních prsu začnou nekontrolovaně množit rakovinné buňky. Tato nemoc může postihnout ženy i muže v jakémkoli věku.

Je důležité znát **rizikové faktory rakoviny** prsu, jako jsou **genetické predispozice, stáří, rodinná anamnéza a životní styl. Pravidelné samovyšetření prsou, mamografie a zdravý životní styl**, včetně omezení alkoholu a pravidelného cvičení, mohou **pomoci snížit riziko vzniku.**

Rakovina prsu je **nejběžnější forma rakoviny u žen po celém světě.**

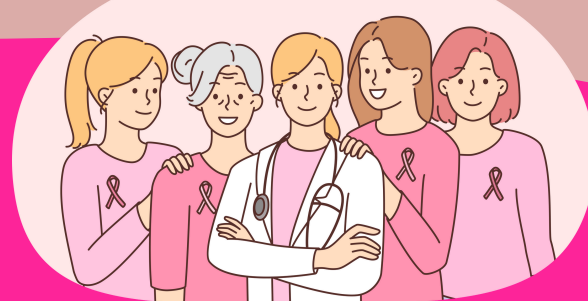


OCTOBER
Breast Cancer Awareness

Rakovina prsu může mít **různé symptomy**, včetně tvorby **uzlin nebo hrudek** v prsu, **změn v textuře** kůže prsu, **bolesti nebo výtoku z bradavek**. Pravidelné **samovyšetření prsou může pomoci včas odhalit změny**. Důležitý pro diagnostiku je **mamografie či sonografické vyšetření**.

Pokud máte podezření na rakovinu prsu, **lékař provede další vyšetření**, aby stanovil diagnózu. Rakovina prsu se hodnotí podle stádia, což určuje rozsah a šíření nádoru.

Plán **léčby rakoviny** prsu bude záviset na stadiu, typu nádoru a **individuálních faktorech pacientky**. Možné léčebné metody zahrnují **chirurgický zákrok, radioterapii, chemoterapii, hormonální terapii a cílenou terapii**. Důležité je **spolupracovat se zdravotním týmem** a informovat se o všech možnostech léčby.



Zpracování diagnózy rakoviny prsu je obtížné. Existuje mnoho **organizací a podpůrných skupin, které nabízejí psychologickou podporu a poradenství**. Péče o sebe, včetně správné výživy a vhodnou fyzickou aktivitou, **může také přispět k celkovému zdraví a pohodlí během léčby.**

Jak na Samovyšetření prsu

KDY A JAK ČASTO?

Samovyšetření provádíš vždy pravidelně každý měsíc 5. - 10. den po začátku menstruace. I když menstruaci nemáš, vybereš si jakýkoli den v měsíci, kdy pravidelně budeš samovyšetření praktikovat.



Nezapomínej chodit pravidelně na gynekologii a nestyď se poprosit o klinické vyšetření prsu. Nestyď se požádat tvého gynekologa, aby ti poradil, jak si ty sama máš správně

POSTUP SAMOVYŠETŘENÍ PRSU SI ROZDĚLÍME DO 4 ČÁSTÍ

PRVNÍ ČÁST:

VYŠETŘENÍ POHLEDEM - Svlékneš se do pŕlky těla, lehneš si nebo si sedneš, podle toho co ti bude příjemnější, před zrcadlo. Paže necháš podél těla a budeš pozorovat, zda se na kůži prsu neukazují **vtažená místa** či **naopak vyklenutí**. Případně barevné změny, zarudnutí či zvýšená žilní kresba. Pozoruj obrys prsů.



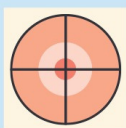
DRUHÁ ČÁST:

Ve druhé části vyšetřením pohledem dej obě ruce nad hlavu a prohlížeš si prsa z různých úhlů. Pozoruj, zda se neukázaly nějaké změny od posledního vyšetření. Prohlédni si také **dvorec a bradavku**. Všiměj si, zda se neobjevuje **výtok, krvácení** či **vpáčení bradavky**.



TŘETÍ ČÁST:

VYŠETŘENÍ POHMATEM - Při tomto vyšetření můžeš opět ležet, záleží jen na tobě, jak moc je ti to pohodlné. Důležité pravidlo: **PRAVOU RUKOU SI VYŠETŘUJEŠ LEVÉ PRSO A LEVOU RUKOU SI VYŠETŘUJEŠ PRAVÉ PRSO**. Také je důležité si představit, že tvé prso je rozděleno na 4 části.

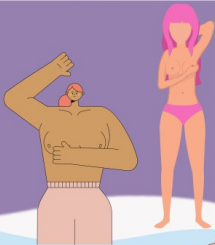


Vyšetření začni v **horní vnitřní části**. Prsty pravé ruky polož na plochu na kůži **levého prsu**. Začni **pomalým krouživým pohybem**, a **mírným tlakem** si prohmatej horní vnitřní část prsa. Nezapomeň si vyšetřit i **bradavku, dvorec a okolí dvorce**. Toto vyšetření zakonči **stisknutím dvorce** a pozoruj, zda se neobjeví **výtok** nebo **krvácení z bradavky**.

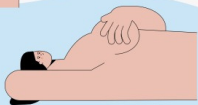


Dále budeš pokračovat k dolní vnitřní části prsu, přejdeš k dolní zevní části a nakonec k horní zevní části a **nezapomeň** prohmatat i druhé prso.





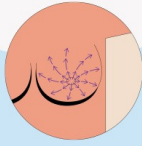
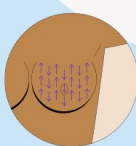
Jako **poslední krok v této části** bude vyšetření **oblasti podpaždí a oblast pod klíční kostí**. Zvedni levou ruku, prohmatej oblast podpaždí a to stejné zopakuj na pravé straně. Nakonec si prohmatej oblast pod klíční kostí



ČTVRTÁ ČÁST:

VYŠETŘENÍ POHMATEM PRSU V LEŽE

- polož se na postel hlavou na polštář. Levé rameno si můžeš vypodložit složeným ručníkem a dej si levou ruku pod hlavu. Opět si představ, že tvé **prso je rozděleno na 4 části**.



Prsty drž natažené a u sebe, nezapomínej používat **celou plochu prstů**. Ucíťš tak lépe **tkáň prsní žlázy**. Opět budeš začínat u horní vnitřní části a **pokračovat dále jako v třetí části**. **Střídej intenzitu tlaku**, aby si prohmatala různé vrstvy prsu.

PRSNÍ ŽLÁZA?

Při samovyšetření je důležité všimnout si jakékoli bulky, neobvyklých útvarů a tvaru prsu. Prsy se u každé ženy liší. Špatná prsní žláza, ale bude **nerovnoměrná, hrbolatá a v zevních částech je často objemnější**. Je důležité si pamatovat, že **ve stejných částech prsů** na obou stranách by měla být žláza **přibližně stejná na pohmat**. V **oblasti podpaží** by normálně neměl být **žádný hmatatelný útvar**.

CO KDYŽ SI NĚCO NAHMÁTÁŠ?

1. NEPANIKAŘIT – Každá bulka v prsu není rakovina!

v 80 % případech se jedná o něco jiného než o rakovinu prsu

2. Nehledej rady na internetu! Porad' se u tvého gynekologa či praktického lékaře

oni sami si tě znovu vyšetří a vydají ti žádanku na odborné vyšetření jako je mamografie

3. NESTYĎ SE!

MAMOGRAFIE?

Mamografie je rentgenové vyšetření prsu, které odhalí počátky vzniku rakoviny prsu. Americká společnost pro boj s rakovinou doporučuje začít chodit pravidelně na mamografii ve 40 letech. V České Republice je mamografie hrazena ženám nad 45 let každé dva roky zdravotní pojišťovnou

Aktuální seznam center a více informací najdeš na:

www.mamo.cz www.mzcr.cz



TYPY A TRIKY:

Pokud se stydíš, můžeš začít s vyšetřením ve sprše. Namydliš jemně každý prs a se zvednutou paží prohmatáš prs a oblast podpaždí.

Před samovyšetřením prsu natři prsa pleťovým mlékem.

Pokud potřebuješ více poradit doporučuji navštívit stránky **loono.cz**

VÝZNAM

GENETICKÉ TESTOVÁNÍ U RAKOVINY PRSU

Genetické testování se stává stále důležitějším nástrojem pro **prevenci a diagnostiku** rakoviny prsu. Tento test může identifikovat **změny v genech**, které zvyšují riziko vzniku tohoto onemocnění. Nejběžněji se testují **geny BRCA1 a BRCA2**, ale existuje **mnoho dalších genů**, které mohou hrát roli.



Obvykle zahrnuje **odběr vzorku krve nebo slin**. Tento vzorek je analyzován laboratorními testy, aby bylo možné identifikovat **změny v genech**.

Toto vyšetření by mělo být zváženo u žen s **významnou rodinnou anamnézou rakoviny prsu**. Tedy především v případech, **kdy v rodině onemocněl** někdo rakovinou prsu ve velmi mladém věku, nebo se rakovina prsu vyskytuje u více osob. Lékař provede hodnocení míry rizika na základě rodinné historie.

Výsledky testu mohou trvat **několik týdnů**. Důležité je, aby ženy výsledky testů **konzultovaly s lékařem, který jim vysvětlí jejich význam**.



Výsledky testu mohou být **pozitivní (znamající zvýšené riziko), negativní (žádné zvýšené riziko) nebo nejisté**. Pokud je výsledek pozitivní, lékař může spolu s pacientkou diskutovat o **možných opatřeních, jako jsou pravidelná vyšetření, prevence nebo dokonce preventivní chirurgické zákroky**.



Genetické testování může poskytnout cenné **informace pro prevenci a diagnostiku rakoviny prsu**. Je to nástroj, který může pomoci ženám a jejich lékařům lépe porozumět jejich riziku a přijmout informovaná rozhodnutí ohledně péče o své zdraví.