

WYPRZEDZIĆ RAKA.

BADANIA PROFILAKTYCZNE RATUJĄ ŻYCIE!

Badania przesiewowe pozwalają wykryć raka na wczesnym etapie choroby. Wówczas leczenie jest szybkie i najczęściej w pełni skuteczne. Szczególnie osoby z grupy podwyższonego ryzyka powinny zgłaszać się na badania profilaktyczne w kierunku wykrywania zmian nowotworowych. Takie badania są prowadzone w specjalistycznych ośrodkach i są w pełni bezpieczne.

Wrodzone cechy i skłonności genetyczne odpowiadają tylko za 5 proc. zachorowań na raka, a olbrzymia większość przypadków nowotworów wynika z czynników często zależnych od pacjentów, jak sto-

sowanie używek (papierosów i alkoholu), niewłaściwa dieta, zaniedbanie infekcji czy niehigieniczny tryb życia.

Nowotwory powstają głównie wskutek długotrwałego gromadzenia się uszkodzeń DNA. Drobne zmiany akumulujące się przez lata sprawiają, że komórki zaczynają się dzielić i rosnąć w nieograniczony sposób. Zdrowy tryb życia i unikanie czynników ryzyka ograniczają pojawianie się tych uszkodzeń DNA i komórek, a w konsekwencji służą profilaktyce raka.

POTRZEBNY SKRINING

To jednak nie wystarczy dla ochrony przed nowotworem. Niektóre rodzaje nowotworów można wykryć i wyleczyć, zanim pojawią się ich syndromy. Dlatego ważne jest wykonywanie badań przesiewowych, zwanych także skринingiem, które służą wykryciu choroby nowotworowej na samym początku i szybkiemu podjęciu kuracji. Wczesna diagnoza choroby zapobiega jej poważnym następstwom w przyszłości i zwiększa szanse na całkowite wyleczenie.

Badania przesiewowe dotyczą osób, które nie wykazują widocznych objawów, choć należą do grupy ryzyka. Ich głównym celem jest ograniczenie ciężkich i śmiertelnych przypadków choroby nowotworowej. Pozwalają też na zastosowanie mniej uciążliwych i inwazyjnych metod leczenia, jeżeli wykryty rak dopiero się rozwija. Przy niektórych nowotworach, jak rak szyjki macicy i rak jelita grubego, badanie przesiewowe może zapobiec ich dalszemu rozwojowi.

KTO JEST W GRUPIE RYZYKA?

Lekarze i statystycy analizują informacje o przypadkach nowotworów. Na ich podstawie określają grupy ryzyka, które są narażone na daną przypadłość albo już zaczynają chorować. Odwołują się do danych epidemiologicznych, pokazujących u kogo i w jakim wieku najczęściej pojawia się konkretny rodzaj raka (niektóre rozwijają się zwykle w określonym przedziale wiekowym) oraz jakie zachowania i tryb życia zwiększają ryzyko nowotworu (np. stosowanie używek, substancje rakotwórcze w pracy).

Przy opisywaniu grup ryzyka pożyteczne są też dane dotyczące najwcześniejszych objawów nowotworu, których chory nie dostrzega, a można je wykryć przy użyciu nowoczesnych technologii. Lekarze i statystycy ustalają, jak się rozwija dana choroba, jak długo trwają jej poszczególne etapy, zanim dojdzie do groźnych i nieodwracalnych zmian u osoby chorej.

BADANIA PRZESIEWOWE W POLSCE

W Polsce dostępne są bezpłatne badania przesiewowe w kierunku raka piersi (mammografia) i raka szyjki macicy (cytologia).

Mammografia, czyli badanie piersi za pomocą promieni rentgenowskich pozwala wykryć raka piersi, gdy nie ma jeszcze żadnych niepokojących objawów. Bezpłatną mammografią mogą wykonać kobiety w wieku 50-69 lat raz na 2 lata. Wystarczy zgłosić się do poradni, która oferuje to badanie albo odwiedzić mammbus, który dojeżdża do najdalszych zakątków Polski. Skierowanie nie jest potrzebne.



Bezpłatna cytologia jest dostępna dla kobiet w wieku 25-59 lat raz na 3 lata. Dzięki mikroskopowemu badaniu wymazu z szyjki macicy da się zidentyfikować pojedyncze komórki rakowe i podjąć kurację, która zatrzyma nowotwór na wczesnym etapie. Bez skierowania można zrobić cytologię w każdej poradni położniczo-ginekologicznej, która ma umowę z NFZ, i w wybranych poradniach podstawowej opieki zdrowotnej.



**Chcesz wiedzieć więcej,
szukasz informacji na temat
bezpłatnych badań, wejdź na**

www.planujedlugiezycie.pl

**lub zadzwoń na bezpłatną
infolinię 800 190 590.**

Infolinia jest czynna 24 godziny na dobę, 7 dni w tygodniu.



PLANUJĘ DŁUGIE ŻYCIE

Kampania społeczna „Planuj długie życie” realizowana w ramach Narodowej Strategii Onkologicznej na lata 2020-2030, finansowana ze środków Ministra Zdrowia.