

4 kwietnia 2025



5 kwietnia - biała sobota w ŚCO na Światowy Dzień Zdrowia

W sobotę, 5 kwietnia, przed Światowym Dniem Zdrowia zapraszamy do Świętokrzyskiego Centrum Onkologii na: bezpłatne badania profilaktyczne (mammografia i cytologia), pomiary tlenu węgla i porady antytytoniowe dla osób palących papierosy oraz naukę czujności onkologicznej i zdrowego stylu życia.

Podczas białej soboty, 5 kwietnia w godzinach 9.00-14.00 w Świętokrzyskim Centrum Onkologii będą dostępne bezpłatnie:

- Mammografia - dla pań w wieku 45-74 lata, zgodnie z Programem profilaktyki raka

piersi badanie należy wykonywać regularnie, co 2 lata. Rejestracja na mammografię: 607 77 88 88.

- cytologia (konwencjonalna i na podłożu płynnym – dwa badania podczas jednej wizyty) – dla pań w wieku 25-64 lata, zgodnie z Programem profilaktyki raka szyjki macicy badanie należy wykonywać regularnie, co 3 lata. Kobiety w wieku od 25 do 64 lat, obciążone czynnikami ryzyka (zakażone wirusem HIV, przyjmujące leki immunosupresyjne, zakażone HPV – typem wysokiego ryzyka) powinny wykonywać cytologię co 12 miesięcy. Rejestracja na cytologię: 609 99 00 33.
- Pomiary tlenu węgla w wydychanym powietrzu u osób palących wraz z udzielaniem porad antytytoniowych.
- Informacja na temat szczepień przeciwko HPV oraz innych szczepień ochronnych.
- Nauka samobadania piersi na fantomach i informacja o programach profilaktycznych realizowanych przez ŚCO.
- Kolportaż materiałów edukacyjnych – ulotek i broszur dot. profilaktyki uzależnień, profilaktyki nowotworów oraz chorób zakaźnych i pasożytniczych.

Zachęcamy do telefonicznej rejestracji na badania. Partnerem akcji jest Powiatowa Stacja Sanitarno -Epidemiologiczna w Kielcach oraz Świętokrzyski Klub Amazonki.

To warto wiedzieć

Cytologia jest badaniem całkowicie bezbolesnym i bezpiecznym dla kobiety. Polega na pobraniu komórek nabłonka szyjki macicy (przez położną lub ginekologa) do oceny pod mikroskopem. Podczas badania wykorzystuje się sprzęt jednorazowego użytku (wziernik i szczoteczkę cytologiczną). Wykonywana regularnie, co trzy lata, cytologia pozwala na wykrycie stanów przednowotworowych i nowotworu w stadium przedinwazyjnym, kiedy nie występują jeszcze żadne objawy i możliwe jest pełne wyleczenie.

Jak się przygotować do badania

- wykonuj cytologię najwcześniej 4 dni po zakończeniu miesiączki i nie później niż 4 dni przed rozpoczęciem następnej
- na 4 dni przed badaniem nie stosuj leków dopochwowych, tamponów, ani irygacji (płukania pochwy)
- co najmniej na 48 godzin przed badaniem nie odbywaj stosunków płciowych
- na 48 godzin przed badaniem cytologicznym nie poddawaj się badaniu ginekologicznemu ani pobieraniu posiewów, wymazów z kanału szyjki macicy
- w przypadku wystąpienia stanu zapalnego narządu rodniczego (świadczą o tym np. upławy), wykonaj cytologię po wyleczeniu się.

Mammografia (prześwietlenie piersi) to najskuteczniejsze badanie przesiewowe w profilaktyce raka piersi. Polega na wykonaniu zdjęć rentgenowskich piersi w dwóch projekcjach, dla zobrazowania struktury gruczołu piersiowego. Dawka promieniowania podczas mammografii jest niska, nie przekracza 1/6 dawki promieniowania, które naturalnie przyjmujemy z atmosfery. Badanie jest bezpieczne, a zastosowany przez chwilę ucisk piersi w mammografii nie uszkadza ich i nie stanowi żadnego zagrożenia dla zdrowia. Badanie trwa kilka minut i pozwala wykryć zmiany wielkości 0,5 mm (guzki i mikrozwapnienia). Nie każda wykryta zmiana jest rakiem, ale każda wymaga zdiagnozowania.

Jak się przygotować do badania?

- Mammografię najlepiej wykonywać w pierwszej fazie cyklu miesięczkowego (w ciągu 10 dni od pierwszego dnia miesiączki), kiedy piersi są miękkie i mniej wrażliwe na dotyk.
- W dniu badania nie należy stosować dezodorantu ani talku/pudru, ponieważ te środki mogą zaburzyć obraz mammograficzny.
- Warto założyć wygodną, dwuczęściową odzież, którą będzie można łatwo zdjąć do badania.
- Nie należy zakładać biżuterii/ ozdób na szyję i uszy.
- Należy zabrać ze sobą dokument z numerem PESEL.

Z Programu profilaktyki raka piersi wyłączone są pacjentki z dziedzicznie uwarunkowanym ryzykiem zachorowania na raka piersi lub raka jajnika, ze względu na to, że są one objęte opieką w ramach programu “Opieka nad rodzinami wysokiego, dziedzicznie uwarunkowanego ryzyka zachorowania na raka piersi lub raka jajnika” na etapie “Nadzór i badania diagnostyczne” realizowanego w ramach ambulatoryjnej opieki specjalistycznej.