



**Naredite korak za svoje zdravje,
odločite se za presejalno
mamografijo.**

Vabljene ženske med 50. in 69. letom starosti.

Kako poteka zdravljenje žensk, ki jim presejanje odkrije raka dojk?

Če se bo v diagnostičnem postopku izkazalo, da so mamografsko odkrite spremembe vaših dojk rakave, boste napoteni na zdravljenje. Tam bo za vas poskrbela skupina strokovnjakov z različnimi specialističnimi znanji (»multidisciplinarni tim«).

Kolikšna je zanesljivost presejalne mamografije za zgodnje odkrivanje raka dojk?

Mamografija je trenutno najzanesljivejša preiskava za odkrivanje bolezenskih sprememb dojk.

Z mamografijo je mogoče odkriti veliko sprememb, ki pomenijo začetnega raka dojk, vendar ne vseh.

Razmeroma najmanj jih odkrije pri mlajših ženskah (pred 50. letom), ki imajo gosto in nepregledno strukturo dojk.

Če mamografija ne odkrije bolezni in je torej izvid negativen, morate še vedno opravljati redno samopregledovanje obeh dojk (enkrat mesečno) in na dve leti ponoviti postopek mamografije.

Ali presejalna mamografija lahko prepreči raka dojk?

Ne. Presejalna mamografija le pomaga odkriti že nastale rakave spremembe, predvsem take, ki so še zelo majhne in jih je težko zatipati.

Bodite pozorni na kakršne koli spremembe dojk, saj se lahko rak pojavi tudi pred 50. letom ali med dvema slikanjema.

Kakšne so glavne prednosti in slabosti presejalne mamografije?

S presejalno mamografijo je mogoče odkriti začetne rakave spremembe. V takih primerih je zdravljenje še zelo uspešno.

Približno polovica rakov, odkritih na presejanju, je dovolj majhnih, da je potrebna le kirurška odstranitev dela spremenjenega tkiva, ne pa celotne dojke.

Obširne raziskave so dokazale, da zgodnje odkrivanje raka dojk zmanjša umrljivost za to boleznijo.

Mamografsko slikanje je za nekatere ženske neugodno ali boleče, vendar je preiskava kratkotrajna.

Na presejalni mamografiji je mogoče raka dojk tudi spregledati (nekateri tipe rakov mamografija težko pokaže in tudi zelo izkušen radiolog lahko spregleda kakšno zelo majhno rakavo spremembo).

Mamografija ima lahko tudi napačno pozitiven rezultat. Presejalni pregled odkrije sumljive spremembe približno pri vsaki deseti pregledani ženski. Pri večini od njih (v 95 odstotkih) se pri nadaljnji obravnavi izkaže, da nimajo raka, ampak le nerakave, nenevarne spremembe.

Vsi raki, ki jih odkrije presejanje, niso ozdravljivi. Seveda pa pravočasno odkritje pomeni bistveno večjo stopnjo možnosti kakovostnega preživetja.

Pet nasvetov za zgodnje odkritje raka dojk

- Že v mladih letih spoznajte svoji dojki, da boste dobile občutek za »normalno« dojk.
- Vsak mesec si ju redno in skrbno pretipajte. Do menopavze naj bo to reden samopregled vsak deseti dan po začetku menstruacije, kasneje pa na izbrani dan v mesecu.
- Na kaj morate biti pozorni:
 - na spremembo dojke (večja, vdrta, izbočena, spremenjena bradavica, trdota),
 - izcedek,
 - bolečino.
- O spremembah čim prej obvestite svojega zdravnika.
- V starosti od 50 do 69 let se odzovite vabilu državnega presejalnega programa Dora in opravite presejalno mamografijo.

Kje dobite več informacij?

Če imate kakršno koli vprašanje o presejanju ali programu, lahko:

- vprašate svojega zdravnika,
- obiščete spletno stran programa: www.onko-i.si/dora in
- pokličete na telefonsko številko: (01) 587 95 61 (vsak delavnik med 9. in 11. uro).

Besedilo: Sodelavke in sodelavci državnega presejalnega programa za raka dojk - DORA.

Izdajatelj: Onkološki inštitut Ljubljana;

Tisk: Tiskarna knjigoveznica Radovljica d. o. o.;

Naklada: 50.000 izvodov.

Kaj je mamografija?

Mamografija je slikanje dojk z rentgenskimi žarki.

Mamografija je **najbolj zanesljiva in najbolj natančna** metoda za ugotavljanje začetnih rakavih sprememb dojk. Spremembo v dojki lahko odkrije veliko prej kot katera koli druga preiskava.

Kaj pomeni presejanje?

Presejanje pomeni pregledovanje navidezno zdravih ljudi s preprosto preiskavo ali testom. Gre za poseben postopek vabljenja navidezno zdravih ljudi, da bi med njimi odkrili tiste, pri katerih je velika verjetnost, da že imajo predstopnjo ali začetno obliko iskanega raka.

Mamografija je **presejalna preiskava, ki omogoča odkriti sumljive spremembe dojk, še preden so tolikšne, da bi jih lahko zatipala ženska pri samopregledovanju** ali pa njen zdravnik pri pregledu.

Zakaj vas vabimo na presejalno mamografijo?

Za rakom dojk lahko zbolijo vsaka ženska, največkrat pa zbolijo ženske po 50. letu.

Presejalna mamografija je **rentgensko slikanje dojk pri ženskah, ki nimajo nikakršnih opaznih znakov raka dojk**, so pa v življenjskem obdobju, ko mnoge zbolijo za tem rakom. S presejalno mamografijo je mogoče odkriti bolezenske spremembe, ki še niso tako velike, da bi jih lahko zatipali.

Če bolezen odkrijemo v zgodnji fazi, je verjetnost za uspešno zdravljenje velika. Vsekakor je mnogo večja, kot je pri tistih, pri katerih bolezen odkrijejo v kasnejših fazah.

Komu je namenjena presejalna mamografija?

V presejanju za raka dojk so na mamografski pregled **vsako drugo leto vabljene le ženske med 50. in 69. letom starosti**. To je obdobje, ko je največja verjetnost, da zbolijo za rakom dojk.

Pri ženskah, ki so starejše od 70 let, se rak dojk pojavlja redkeje, zato v presejalni program niso vabljene. Tudi tiste, ki boste pred 70. letom vabljene na pregled po tem programu, po svojem 70. letu ne boste več dobivale pisnih vabil na pregled. O morebitnem nadaljevanju presejalnega slikanja se boste po tem letu posvetovale s svojim zdravnikom.

Tudi ženske, ki so mlajše od 50 let, ne bodo prejemale pisnih vabil na presejalno mamografijo. Rak dojk je namreč pri mlajših redkejši, hkrati pa je tkivo njihovih dojk za mamografijo manj pregledno, ker je še pod vplivom spolnih hormonov. Po presoji osebnega zdravnika pa bodo na mamografijo napotene tudi mlajše ženske, vendar le tiste, ki jih vsaj en nevarnostni dejavnik uvršča med bolj ogrožene z rakom dojk.

Ne glede na vašo starost je zelo pomembno, da se oglasite pri osebnem zdravniku ali ginekologu, če zaznate kakršne koli nenavadne spremembe v dojkah. Po presoji vas bo napotil v ustrezno specializirano ustanovo.

Poleg organizirane presejalne mamografije bodo še vedno delovale ambulate za boleznih dojk, kamor vas lahko po strokovni presoji napotita ginekolog ali osebni zdravnik.

Kam lahko greste na presejalno mamografijo?

Presejalno mamografijo boste lahko opravili v presejalnem centru, navedenem v vabilu, ki ga boste prejeli na svoj stalni naslov.

Vsi centri, ki so vključeni v zgodnje odkrivanja raka dojk, so pod stalnim strokovnim in tehničnim nadzorom.

Kako poteka pregled?

V presejalnem centru za raka dojk vas bo sprejel zdravstveni administrator.

Presejalni pregled, vključno s slikanjem, traja približno pol ure.

Zdravstveni administrator bo ob prihodu v presejalni center preveril vaše podatke in številko vabila.

Skupaj z radiološkim inženirjem boste nato izpolnili tako imenovani anamnestični del obrazca Presejalna mamografija, ki vsebuje vprašanja o morebitnih trenutnih težavah (bolečina, izcedek, zatrdlina, vnetja, spremembe na koži, bradavici, drugo), prejšnjih operacijah in/ali punkcijah in morebitnih poškodbah dojk ali zdravljenju zaradi raka dojk. Seznanil vas bo s postopkom slikanja in ga tudi opravil.

Slike bosta nato neodvisno ocenila dva izkušena zdravnika radiologa. Pisni izvid presejalne mamografije boste prejeli na naslov stalnega prebivališča.

Kako se pripravite na mamografijo?

Posebne priprave niso potrebne.

Poskrbite za higieno, ne mažite pa se z deodoranti, pudri ali parfumi. Te snovi lahko vsebujejo mineralne delce, ki so vidni na posnetkih in motijo zdravnika pri presoji rentgenske slike.

Kako poteka mamografija?

Pri slikanju vam bodo vsako dojko kratkotrajno stisnili med dve plošči in slikali dvakrat v različnih projekcijah: v poševni in navpični smeri.

Dojko je treba stisniti zato, da se tkivo razpre in poveča preglednost tkiva, kar pa omogoča prepoznavo že zelo majhnih sprememb.

Stisk dojke traja le nekaj trenutkov in za večino žensk ni boleč. Nekatere čutijo pri tem kratkotrajno nelagodje, le redke tudi bolečino. Zelo pomembno je, da ste med slikanjem čim bolj sproščeni.

Ali sta stiskanje dojk in rentgensko slikanje lahko nevarna?

Nikakor ne. Stisnjena dojka prejme celo manj rentgenskih žarkov kot nestisnjena. Povsem odveč je tudi strah, da bi stiskanje povzročilo nastanek raka ali njegovo širjenje v okolico.

Slikanje traja nekaj minut. Količina prejetega rentgenskega sevanja je manjša od tistega, ki so ga deležne potnice med nekajurnim potovanjem z letalom.

Kaj storiti, če imate še menstruacijo?

Za slikanje dojk je najprimernejši čas v prvi polovici menstrualnega ciklusa, in sicer od petega do 15. dne. Pred menstruacijo so namreč dojke napete, slikanje je pogosto boleče, posnetki pa slabše kakovosti.

Če boste na slikanje naročeni v nepravem času, pokličite v svoj presejalni center, da vam bodo dali ustrežnejši datum. Center in telefonska številka sta navedena v vabilu.

Kaj pomeni, če boste povabljeni na nadaljnjo obravnavo?

Če mamografija prikaže zgostitev tkiva ali kakšno drugo spremembo, ki je pregledovalec ne more natančno opredeliti, boste povabljeni na nadaljnjo obravnavo.

Statistično gledano bo na nadaljnjo obravnavo povabljena ena od desetih mamografsko pregledanih žensk.

Spremembo bodo strokovnjaki poskusili razjasniti s slikanjem v dodatnih projekcijah, z usmerjenim slikanjem ali povečavo. Lahko pa vam bodo predlagali in ob vašem soglasju naredili tudi ultrazvočni pregled ali punkcijo za diagnostični patohistološki pregled tkiva.

Pri večini (v 95 odstotkih) se pri dodatnih preiskavah izkaže, da so spremembe dojk benigne ali nenevarne.

Vse to boste opravili v enem obisku centra.

Tudi izvid nadaljnje obravnave boste dobili pisno na stalni naslov, najpozneje v tednu dni od pregleda.