

4 Priporočila za redne preventivne preglede dojk v centrih za bolezni dojk

Ženske, ki sodijo v rizično skupino in so stare od 40 do 49 let, naj opravijo pregled in mamografijo dojk v centrih za bolezni dojk vsakih **12 do 18 mesecev**.

Za ženske, ki jemljejo nadomestno hormonsko terapijo že več kot 5 let, je priporočeno, da jih izbrani ginekolog napoti na mamografijo **vsako leto**.

KAKO NA PREVENTIVNI PREGLED DOJK V CENTER ZA BOLEZNI DOJK?

Preventivne preglede dojk izvajajo centri za bolezni dojk na primarni ravni – to je v zdravstvenih domovih. Ženske se lahko naročijo na pregled dojk in mamografijo samo z napotnico izbranega ginekologa. Pacientke, ki so v rodni dobi, bodo naročene na pregled glede na menstrualni cikel.

Vsa dodatna pojasnila lahko pacientke dobijo pri medicinskih sestrah in zdravnikih v ginekoloških dispanzerjih.

DEJAVNIKI TVEGANJA ZA POJAV RAKA DOJK

Poznamo dejavnike tveganja, ki lahko v večji meri vplivajo na pojav raka dojk. Ženske, ki so izpostavljene tem dejavnikom, sodijo v tako imenovano **ogroženo oz. rizično skupino za pojav raka dojk**.

Med najpogostejše dejavnike tveganja za pojav raka dojk spadajo:

- **pojav zgodnje menstruacije in pozne menopavze,**
- **pacientke, ki nikoli niso rodile,**
- **pacientke, ki so imele pozno prvo nosečnost,**
- **pacientke v starostni skupini nad 50 let,**
- **debelost, alkoholizem,**
- **izpostavljenost ionizirajočemu sevanju,**
- **pojav raka dojk v družini.**

Če ste pri sebi prepoznali enega ali več zgoraj navedenih dejavnikov tveganja za pojav raka dojk, se posvetujte z vašim izbranim ginekologom. Če pa je za rakom dojk že zbolel kdo v vaši družini, po materini strani, se posvetujete glede pregleda v **genetski posvetovalnici na Onkološkem inštitutu v Ljubljani**.



Klinika za ginekologijo in perinatologijo
Ginekološko perinatološke ambulante
Zdravstvena nega

KAJ MORAMO VEDETI O PREVENTIVNIH PREGLEDIH DOJK



Spoštovani!

S to zloženko vas želimo seznaniti s pomembnimi dejavniki tveganja za nastanek raka dojk, s priporočili za zgodnje odkrivanje raka dojk, kamor sodi izvajanje presejalnega programa DORA, samopregledovanje dojk ter drugi preventivni pregledi dojk.

Rak dojk je najpogostejši rak pri ženskah. V Sloveniji zbolijo za njim vsako leto več kot 1300 žensk, okoli 400 jih umre!

K uspešnemu in zgodnjemu odkrivanju raka dojk lahko največ pripomorete same in to s pravilnim samopregledovanjem dojk.

Redno se udeležujte preventivnih mamografij v sklopu programa DORA.

PRIPOROČILA ZA ZGODNJE ODKRIVANJE RAKA DOJK

Kakšen bo uspeh zdravljenja in preživetja zaradi odkritega raka dojk, je odvisno od stadija bolezni, v katerem je bil rak dojk odkrit:

- v zgodnjem stadiju odkritja je rak omejen na dojke,
- nato se širi v tkiva okoli dojk,
- v poznem stadiju pa se razširi v druge dele telesa.

V Sloveniji veljajo naslednja priporočila za zgodnje odkrivanje raka dojk.

1 Presejalni program za raka dojk »DORA«

Program Dora omogoča vsem ženskam z vnaprejšnjim vabljenjem med 50. in 69. letom starosti pregled z mamografijo, kjer gre za slikanje dojk z rentgenskimi žarki. Pregled bo opravljen v presejalnem centru, napisanim na vabilu.

2 Samopregledovanje dojk

Vsaka ženska po 20. letu starosti naj redno izvaja samopregled dojk. To pomeni, da si pretipa dojke 1 krat med 8. in 12. dnevom menstrualnega ciklusa (1. dan menstruacije je 1. dan ciklusa). Po tem dnevu so dojke lahko vozličaste in boleče zaradi hormonskih sprememb, kar se lahko napačno tolmači kot bolezenski proces.

Ženske, v menopavzi naj izvajajo samopreglede dojk 1 x mesečno ob približno istem dnevu v mesecu. V tej starosti je pojav raka dojk najpogostejši!

3 Izvajanje pregledov dojk pri izbranih zdravnikih

Ženskam, starim od 20 - 50 let naj **bi izbrani ginekolog** klinično pregledal dojke vsaka tri leta.

Če ženska ugotovi, da je izpostavljena dejavnikom tveganja in zato spada v **rizično skupino za pojav raka dojk**, priporočamo, da se posvetuje z izbranim ginekologom glede možnosti obiska v Centru za bolezni dojk in v genetski posvetovalnici.

V primeru, da si pri samopregledovanju dojk zatipa spremembe v eni ali obeh dojkah, naj obišče najprej izbranega ginekologa, ki jo bo klinično pregledal. Po pregledu bo ocenil ali potrebuje nadaljnjo zdravstveno obravnavo v centrih za bolezni dojk