



Mammografia. Jak skorzystać?

" "

Artykuł archiwalny.

Kobiety w wieku 45–74 lata mogą skorzystać z bezpłatnej mammografii.

Powinnaś co dwa lata badać swoje piersi. Zbyt późno wykryty rak piersi zabija. Dlatego skorzystaj z bezpłatnego programu NFZ i Ministerstwa Zdrowia.

Mammografia to prosty, nieinwazyjny i skuteczny sposób na wykrywanie raka piersi.

Czy mogę skorzystać z bezpłatnej mammografii?

Możesz skorzystać z bezpłatnej mammografii **bez żadnego skierowania**, jeśli:

- jesteś w wieku 45-74 lata
- nie miałaś wykonanej mammografii w ciągu ostatnich dwóch lat w ramach NFZ.

Uwaga! Dotyczy kobiet, które nie miały wcześniej złośliwej zmiany nowotworowej piersi.

grafika Weź sprawy w swoje ręce

Jak przygotować się do badania?

Badanie trwa zaledwie kilka minut i nie wymaga od Ciebie żadnych przygotowań!

Zabierz ze sobą tylko dowód osobisty. Nie potrzebujesz też skierowania na badanie.

Jak często powinienam się badać?

Raz na miesiąc powinnaś wykonać samobadanie piersi. Mammografię powinnaś powtarzać co dwa lata.

Bądź czujna onkologicznie

Bądź czujna onkologicznie

Jak mogę się przebadać?

Zgłoś się do placówki, która realizuje program NFZ. Sprawdź, [gdzie się możesz przebadać](#)

O szczegóły możesz również dopytać swojego lekarza podstawowej opieki zdrowotnej (POZ).

Z badania możesz także skorzystać w mammobusie. Sprawdź,

[gdzie i kiedy dostępne są takie badania](#)

Jak wykonać mammografię

Jak zapobiegać zachorowaniu na raka piersi?

Profilaktyka ma fundamentalne znaczenie w obniżeniu ryzyka zachorowania na raka piersi.

Rób samobadanie piersi

codzienna profilaktyka raka piersi

Na co mogę liczyć w przypadku zwiększonego ryzyka choroby?

Jeśli na podstawie wywiadu rodzinnego oraz wstępnej oceny ryzyka lekarz podejrzewa u Ciebie występowanie dziedzicznej predyspozycji do zachorowania na raka piersi, możesz skorzystać ze specjalnie dla Ciebie przygotowanego świadczenia „Opieka nad rodzinami wysokiego, dziedzicznie uwarunkowanego ryzyka zachorowania na raka piersi lub raka jajnika” w ramach ambulatoryjnej opieki specjalistycznej.

Zmień statystyki

Czynniki ryzyka grafika do mammografii

Czy mogę ponownie wziąć udział w programie?

Obecnie możesz wziąć udział w badaniu co 2 lata, a jeśli jesteś w grupie ryzyka, to co roku.

Dodatkowo, **od 1 stycznia 2024 r.**, jeśli miałaś wcześniej zdiagnozowaną zmianę nowotworową piersi, możesz ponownie wziąć udział w programie, gdy:

- zakończyłaś swoje leczenie i 5-letni okres monitorowania lub
- nie zakończyłaś leczenia, ale po 5 latach od leczenia chirurgicznego raka piersi jesteś w trakcie uzupełniającej hormonoterapii (HT).

Jak zaprosić mammobus do swojej miejscowości krok po kroku?

Krok 1. Zbierz grupę kobiet chętnych do badań (co najmniej 50), które mogą skorzystać z bezpłatnej mammografii. Sprawdź, [kto może skorzystać z mammografii](#)

Krok 2. Sprawdź [aktualny harmonogram postojów mammobusów w swojej okolicy](#)

Krok 3. Skontaktuj się z placówką medyczną, która ma umowę z NFZ i wykonuje badania w mammobusach, by potwierdzić, czy można zaplanować dodatkowy postój mammobusa w Twojej miejscowości. [Tu znajdziesz telefony](#)

Przed rozmową przygotuj następujące informacje:

- proponowany termin postoju – z co najmniej miesięcznym wyprzedzeniem od daty zgłoszenia
- proponowane miejsce – lokalizacja musi gwarantować możliwość podłączenia do prądu
- liczba kobiet, które chcą wykonać badanie, oraz dane kontaktowe do każdej z nich np. numer telefonu.

Specjaliści z mammobusa skontaktują się z chętnymi, by sprawdzić, czy są ubezpieczone w NFZ i czy kwalifikują się do programu.

Krok 4. Pozostaw do siebie kontakt i oczekuj na odpowiedź w sprawie postoju mammobusa w Twojej miejscowości.

Krok 5. Powiadom kobiety, które zgłosiły się do badania, o miejscu i terminie przyjazdu mammobusa. W dniu przyjazdu mammobusa do Twojej miejscowości wykonaj mammografię.

Weź udział w akcji dla Kół Gospodyń Wiejskich

[Skorzystaj z mammobusa](#)

[Znajdź badanie stacjonarne](#)

Obejrzyj filmy o mammografii

- [Bądź czujna onkologicznie](#)
- [Jak wykonać mammografię](#)

- [Rób samobadanie piersi](#)
- [Zmień statystyki](#)

Bądź czujna onkologicznie

Jak wykonać mammografię

Rób samobadanie piersi

Zmień statystyki

Planuję długie życie