

NHS breast screening

Badania przesiewowe w kierunku raka piersi w ramach Publicznej Służby Zdrowia NHS

Jaki jest cel tej ulotki?

Ulotka ta zawiera informacje na temat przesiewowych badań piersi. Ma ona pomóc Ci podjąć decyzję czy wziąć udział w Programie Badań Przesiewowych w Kierunku Raka Piersi (NHS Breast Screening Programme).

Na czym polegają badania przesiewowe w kierunku raka piersi w ramach NHS?

- W badaniach wykorzystuje się zdjęcia rentgenowskie w celu wykrycia raka piersi we wczesnym jego stadium, kiedy to nie jest on jeszcze ani widoczny, ani wyczuwalny.
- Tego typu zdjęcia nazywa się zdjęciami mammograficznymi.
- Rak piersi jest najczęstszą odmianą nowotworu wśród kobiet a prawdopodobieństwo jego wystąpienia wzrasta wraz z wiekiem. Badania przesiewowe zmniejszają ryzyko śmierci z powodu raka piersi.

Komu i jak często oferowane są badania przesiewowe?

Obecnie na badania zapraszane są wszystkie kobiety między 50. i 70. rokiem życia. Badanie wykonywane jest co 3 lata, a swoje pierwsze zaproszenie powinnaś otrzymać przed ukończeniem 53 lat. Do kobiet powyżej 70. roku życia tego typu zaproszenia nie są już wysyłane. Nie oznacza to jednak, że nie mogą się one przebadac - aby umówić się na badanie należy zadzwonić do miejscowego ośrodka, który je przeprowadza i poprosić o wizytę.

Jesteśmy właśnie w trakcie rozszerzania zakresu naszego programu badań - chcemy nim objąć kobiety przed 50. rokiem życia i jednocześnie pragniemy podnieść górną granicę osób objętych programem do 73 lat.

Bez względu na to czy zdecydujesz się na badanie przesiewowe w kierunku raka piersi, czy też nie, w razie jakichkolwiek problemów z piersiami, skontaktuj się niezwłocznie ze swoim lekarzem pierwszego kontaktu (GP).

Jakie korzyści przynoszą badania przesiewowe?

- Regularne badania przesiewowe zapobiegają śmierci z powodu raka piersi.
- Badanie może wykazać obecność raka w jego wczesnym stadium, zanim Ty sama zorientujesz się, że coś Ci dolega. Im wcześniej postawiona zostanie diagnoza, tym większe są Twoje szanse na przeżycie.
- Wczesne wykrycie choroby zmniejsza prawdopodobieństwo konieczności wykonania mastektomii (amputacji piersi) czy zastosowania chemioterapii.

Czy badania przesiewowe w kierunku raka piersi wykrywają każdy typ nowotworu?

Nie. Niektóre rodzaje nowotworów nie są widoczne na zdjęciach mammograficznych i dlatego też nie można ich zdiagnozować. W takich przypadkach nawet najbardziej wykwalifikowani radiolodzy nie są w stanie rozpoznać zmian nowotworowych na zdjęciach mammograficznych.

Czy badania przesiewowe chronią przed rakiem piersi?

Nie. Badania te służą jedynie wykrywaniu raka jeżeli dana osoba na niego już choruje. Dzięki badaniu możliwe jest jednak zdiagnozowanie choroby w jej wczesnym stadium.

Jakie są ujemne strony badań przesiewowych?

- Mammografia wiąże się z wystawieniem piersi na niewielkie promieniowanie.
- Czasami wyniki mammografii nie wykazują żadnych nieprawidłowości, nawet jeśli pacjentka ma raka. Mówi się wtedy o fałszywym wyniku negatywnym. Powinnaś zatem *sama badać swoje piersi* (patrz strona 4).
- Czasami wyniki mammografii mogą wykazać nieprawidłowości i wówczas pacjentka jest poproszona o wykonanie dodatkowych badań, które później wykluczają obecność nowotworu. Mamy wtedy do czynienia z fałszywym wynikiem pozytywnym.
- Badanie wykrywa nowotwory, które następnie poddawane są leczeniu, a które w przypadku braku badania nie zostałyby nigdy wykryte.
- Kiedy zdecydujesz się na badanie, możesz czuć się niespokojna i zdenerwowana. Jest to jednak tylko stan przejściowy.

Gdzie mam się udać na badanie?

W zależności od tego gdzie mieszkasz badania wykonuje się w miejscowych przychodniach, szpitalach lub specjalnie do tego celu wyposażonych pojazdach (mobile screening units). W zaproszeniu, które otrzymasz będzie znajdowała się informacja na temat tego gdzie się udać w celu wykonania mammografii. Jeżeli potrzebujesz pomocy (np. poruszasz się na wózku inwalidzkim) lub termin badania Ci nie odpowiada, skontaktuj się telefonicznie z ośrodkiem, który ma przeprowadzić badanie.

Jak przebiega samo badanie?

Badania mammograficzne przeprowadzane są wyłącznie przez kobiety. Zostaniesz poproszona o rozebranie się do pasa. Prosimy aby pacjentki przed badaniem nie stosowały talku.

Kobieta, która przeprowadza mammografię zada Ci kilka pytań i wyjaśni na czym polega badanie. Następnie umieści ona kolejno Twoje piersi pomiędzy dwoma specjalnymi płytkami i wykona dwa zdjęcia każdej piersi. Aby uzyskać dokładny obraz piersi, muszą one na kilka sekund zostać dokładnie dociśnięte do płytek.

Wykonanie zdjęć mammograficznych zajmuje tylko kilka minut a cała wizyta powinna trwać około pół godziny.

Czy badanie jest bolesne?

Większość kobiet uważa badanie za nieprzyjemne. Niektóre twierdzą, że jest ono bolesne, ale tylko przez kilka sekund. Tylko niewielka grupa kobiet odczuwa ból już po samym badaniu.

Kiedy otrzymam wyniki?

List zawierający wynik mammografii zostanie wysłany na Twój adres w przeciągu dwóch tygodni. O wyniku zostanie także poinformowany twój lekarz pierwszego kontaktu (GP).

Jakiego wyniku mogę się spodziewać?

Większość kobiet otrzymuje prawidłowy wynik badania (ich zdjęcia mammograficzne nie wykazują obecności raka). Nie wyklucza to jednak ryzyka zachorowania, dlatego też powinnaś *sama badać swoje piersi* (patrz strona 4).

W przybliżeniu, jedna na 20 kobiet jest wzywana ponownie, ponieważ jej zdjęcia mammograficzne sugerują potrzebę przeprowadzenia dodatkowych badań. Dzieje się tak najczęściej w przypadku kobiet, które po raz pierwszy zgłosiły się na badanie, gdyż ich wyników nie można porównać z wcześniejszymi. Coś co wygląda nietypowo na Twoim pierwszym zdjęciu mammograficznym może okazać się w Twoim przypadku zupełnie normalnym stanem.

Możemy przeprowadzić dodatkowe badania takie jak kolejna mammografia, USG czy biopsja igłowa piersi. Biopsja igłowa polega na pobraniu niewielkiej próbki tkanki (możemy w tym celu zastosować znieczulenie miejscowe). Badania te przeprowadza się w celu sprawdzenia czy rzeczywiście masz raka.

Co gdy okaże się, że mam raka?

Zaopiekuje się Tobą zespół specjalistów zajmujących się leczeniem raka piersi. Porozmawiają oni z Tobą na temat postawionej diagnozy, wsparcia jakie możesz otrzymać oraz różnych możliwości leczenia. Większość - choć nie wszystkie - nowotwory wykryte podczas badania przesiewowego można skutecznie wyleczyć.

Co dzieje się z moim zdjęciem mammograficznym po badaniu?

- Zdjęcia mammograficzne są przechowywane przez co najmniej osiem lat.
- Zaczynamy już korzystać z mammografii cyfrowej, co oznacza, że Twoje zdjęcia mammograficzne wyświetlane są na ekranie komputera a następnie zapisywane w formie plików.
- Aby zapewnić Ci jak najlepszą opiekę dokonujemy regularnego przeglądu archiwum zawierającego wyniki badań przesiewowych. W tym też celu dostęp do archiwum ma również personel zatrudniony w innych częściach służby zdrowia.
- Nasz program badań przesiewowych poddawany jest regularnym kontrolom, podczas których sprawdzane są wyniki oraz to, jaką opieką objęto pacjentów po

badaniu. Jeśli chcesz się zapoznać z wynikami tych kontroli, skontaktuj się ze swoim miejscowym ośrodkiem badań przesiewowych.

- Jeśli chcesz uzyskać więcej informacji na temat sposobu w jaki NHS prowadzi swoje archiwa, skontaktuj się telefonicznie z NHS Direct pod numerem telefonu **0845 4647**.

Samobadanie piersi (Be breast aware)

Na raka piersi możesz zachorować w każdej chwili. Także w okresie pomiędzy dwoma badaniami przesiewowymi. Samobadanie piersi to nauczenie się własnego ciała tak, by jak najwcześniej móc zauważyć zachodzące zmiany. Naważniejsze w samobadaniu piersi jest ustalenie tego, co jest normalne dla Ciebie oraz natychmiastowe poinformowanie lekarza pierwszego kontaktu (GP) o niepokojących zmianach.

Zmiany w piersiach mogą być zupełnie niegroźne, jednak pamiętaj by je natychmiast sprawdzić. Oto kilka rzeczy, na które powinnaś zwrócić uwagę:

- guzki, zgrubienia czy nierówne powierzchnie;
- zmiany w wyglądzie, jak na przykład marszczenia lub zagłębienia w skórze;
- dyskomfort lub ból; oraz
- wyciek z brodawki, wysypka, zaczerwienienie, które nie ustępuje lub zmiany pozycji brodawki (inny kąt ustawienia lub wciągnięcie).

Jeśli zauważysz nietypowe dla siebie zmiany w piersiach, skontaktuj się natychmiast ze swoim lekarzem pierwszego kontaktu (GP).

Statystyki, które mogą okazać się przydatne

Poniżej znajdują się niektóre ze statystyk dotyczących kobiet w wieku objętym programem badań przesiewowych w kierunku raka piersi. Informacje te pochodzą z bazy danych Programu Badań Przesiewowych w Kierunku Raka Piersi w Anglii (NHS Breast Screening Programme) oraz archiwów zawierających dane na temat nowotworów. Podane liczby to aktualne *dane szacunkowe*, które z czasem mogą ulec zmianie.

- Rak piersi to najczęstsza odmiana nowotworu wśród kobiet. W Zjednoczonym Królestwie co roku diagnozuje się go u 46.000 kobiet. Osiem na 10 przypadków nowotworów piersi wykrywa się u kobiet, które ukończyły 50. rok życia.
- W Zjednoczonym Królestwie na raka piersi umiera rocznie około 12.000 kobiet.
- Na każde 14.000 kobiet, które poddają się badaniom przesiewowym, jedna może zachorować i umrzeć na raka na skutek poromieniowania, któremu była poddawana podczas mammografii.
- U około ośmiu na 1000 kobiet, które poddały się badaniom przesiewowym, wykrywa się raka piersi.

- Spośród ośmiu kobiet, u których wykryto raka piersi, u dwóch zostanie zdiagnozowany tzw. rak przewodowy przedinwazyjny w jego wczesnym stadium (ductal carcinoma in situ (DCSI)).
- Jeśli podczas badań przesiewowych zostanie u Ciebie wykryty rak, zaoferujemy Ci leczenie. Większości kobiet oferuje się połączenie kilku metod.
- Operacja to jedna z opcji leczenia, która może zostać Ci zaproponowana. U około siedmiu na 10 kobiet, u których podczas badań przesiewowych wykryto raka, wykonywana jest lumpektomia (wycięcie zaatakowanej tkanki) połączona z radioterapią. U około trzech na 10 kobiet wykonana zostanie mastektomia (usunięcie piersi), po której możliwa jest rekonstrukcja piersi.
- Może Ci także zostać zaproponowana chemioterapia. U około dwóch na 10 kobiet, u których podczas badań przesiewowych wykryto raka, stosuje się właśnie tę metodę leczenia.
- Na każde 400 kobiet, które regularnie poddają się badaniom przesiewowym w okresie 10 lat, jedna mniej umrze na raka piersi. Oznacza to, że co roku w Anglii zapobiega się śmierci na raka około 1.400 kobiet.

Dodatkowe informacje i wsparcie

Jeśli masz jakiegokolwiek pytania, możesz:

- skonsultować się ze swoim lekarzem pierwszego kontaktu (GP)
- skontaktować się z miejscowym ośrodkiem badań
- odwiedzić stronę internetową poświęconą programom badań przesiewowych w kierunku chorób nowotworowych oferowanych w ramach Publicznej Służby Zdrowia (NHS Cancer Screening Programmes), znajdującą się pod adresem www.cancerscreening.nhs.uk
- skontaktować się z NHS Choices odwiedzając ich stronę internetową www.nhs.uk
- skontaktować się z NHS Direct dzwoniąc pod numer **0845 4647**
- pobrać ze strony www.cancerscreening.nhs.uk/breastscreen/publications/be-breast-aware.html ulotkę NHS dotyczącą samobadania piersi (NHS Be Breast Aware)
- skontaktować się z Health Talk Online odwiedzając www.healthtalkonline.org
- skontaktować się z brytyjską organizacją charytatywną poświęconą badaniom nad leczeniem i zapobieganiem nowotworom Cancer Research UK dzwoniąc pod numer **0808 800 4040** lub odwiedzając info.cancerresearchuk.org
- skontaktować się z organizacją charytatywną poświęconą walce z rakiem piersi Breakthrough Breast Cancer dzwoniąc pod numer **08080 100 200** lub odwiedzając breakthrough.org.uk
- skontaktować się z organizacją charytatywną oferującą informacje i wsparcie osobom dotkniętym chorobą nowotworową piersi Breast Cancer Care dzwoniąc pod numer **0808 800 6000** lub odwiedzając www.breastcancercare.org.uk.

Ulotka wydana przez Ministerstwo Zdrowia (Department of Health) przy współpracy z Programami Badań Przesiewowych w Kierunku Chorób Nowotworowych prowadzonych w ramach Publicznej Służby Zdrowia (NHS Cancer Screening Programmes) z wykorzystaniem porad i wsparcia Cancer Research UK Primary Care Education Research Group.

© Crown copyright 2010

403722 1p Dec10

Produced by COI for the Department of Health

Last updated 2010

Tekst niniejszej ulotki można powielać nieodpłatnie do użytku prywatnego lub wewnętrznego bez konieczności występowania o zezwolenie.

W celu pobrania kolejnych egzemplarzy tej ulotki należy odwiedzić stronę www.orderline.dh.gov.uk cytując 403722/Breast Screening lub skontaktować się z:

DH Publications Orderline

Tel: 0300 123 1002

Minicom: 0300 123 1003 (8.00 – 18.00, od poniedziałku do piątku)

Wersje w innych językach można znaleźć pod adresem:

www.cancerscreening.nhs.uk/breastscreen/publications/ia-02.html

www.cancerscreening.nhs.uk