

Zawsze jest pora na profilaktykę? [1]

17 października - w ramach Dnia Walki z Rakiem Piersi w Więtokrzyskim Centrum Onkologii odbyła się akcja profilaktyczna – edukacyjna i warsztaty samobadania piersi.

Pracownicy Zakładu Profilaktyki Onkologicznej ?CO zachęcali osoby odwiedzające Centrum do zdrowego, aktywnego trybu życia oraz do korzystania z profilaktyki – mammografii i cytologii. Panie w wieku 50 – 69 lat otrzymały zaproszenia na profilaktyczną mammografię, a panie w wieku 25 – 59 lat – zaproszenia na profilaktyczną cytologię. Sporo chętnych (w tym również panowie) skorzystało z nauki samobadania piersi na fantomach. – To podstawowe badanie, które pomaga nam we wczesnym wykryciu zmian w piersiach. Każda kobieta od 18 roku życia powinna regularnie co miesiąc badać sobie piersi. Chodzi o to, żeby nauczyć się ich budowy, bo dzięki temu łatwiej wyczuwamy w nich guzki i zgrubienia, których wcześniej nie było – tłumaczyła Jadwiga Zapała, specjalista promocji zdrowia.

Były również prowadzone pomiary ciśnienia tętniczego i stężenia tlenu węgla w wydychanym powietrzu. Korzystający z akcji otrzymali materiały edukacyjne dotyczące profilaktyki onkologicznej.

Film z instrukcją samobadania piersi [TUTAJ](#) [2]

[3]

[4]

[5]

[6]

Aktualności

Source URL: <https://www.onkol.kielce.pl/pl/aktualnosci/zawsze-jest-pora-na-profilaktyke>

Links

[1] <https://www.onkol.kielce.pl/pl/aktualnosci/zawsze-jest-pora-na-profilaktyke> [2] <https://www.onkol.kielce.pl/pl/dla-pacjenta/profilaktyka-raka-piersi> [3] https://www.onkol.kielce.pl/sites/default/files/galerie/dsc_0405_0.jpg [4] https://www.onkol.kielce.pl/sites/default/files/galerie/dsc_0408.jpg [5] https://www.onkol.kielce.pl/sites/default/files/galerie/dsc_0411.jpg [6] https://www.onkol.kielce.pl/sites/default/files/galerie/dsc_0412_0.jpg