

## **Środa z Profilaktyką - Zdrowie kobiet: rak szyjki macicy, rak piersi, pierwsza wizyta u ginekologa!**

Rak szyjki macicy to jeden z częstszych nowotworów występujących u kobiet. Na wczesnym etapie jest wyleczalny w ponad 99% przypadków. Niewykryty i nieleczony może prowadzić do śmierci. Wyleczalność zależy przede wszystkim od stopnia zaawansowania raka szyjki macicy w chwili rozpoznania. Nieprawidłowości w komórkach szyjki macicy można wykryć na bardzo wczesnym etapie i nie dopuścić do rozwoju nowotworu! Dlatego tak ważna jest cytologia. Czynniki ryzyka rozwoju raka szyjki macicy: - wczesny wiek inicjacji seksualnej, - duża liczba partnerów/partnerek seksualnych, - współistnienie innych zakażeń przenoszonych drogą płciową - palenie tytoniu, - antykoncepcja hormonalna, - osłabienie odporności (np. infekcja HIV czy leki zmniejszające odporność). Cytologia nie boli, ratuje życie. Badanie cytologiczne polega na pobraniu materiału z szyjki macicy za pomocą małej szczoteczki. Następnie bada się mikroskopowo pobrane komórki nabłonka. Dzięki temu można zdiagnozować nawet niewielkie nieprawidłowości. Wczesne zmiany, wykryte w komórkach szyjki macicy, można całkowicie wyleczyć. Każda kobieta po 25 r. ż. powinna regularnie wykonywać profilaktyczne badania cytologiczne. Program profilaktyki raka szyjki macicy. Jeśli jesteś kobietą w wieku 25-64 lata i w ciągu ostatnich 3 lat nie wykonałaś przesiewowego badania cytologicznego, skorzystaj bezpłatnie z Programu profilaktyki raka szyjki macicy. Pierwsza wizyta u ginekologa! Pierwsza wizyta ma przede wszystkim charakter edukacyjny. Ma być źródłem wiedzy. Powinna nauczyć pacjentkę, że wizyty u ginekologa mają charakter profilaktyczny, zapobiegają chorobom nowotworowym. Na wizytę młoda pacjentka zgłasza się bez skierowania, wraz z rodzicem lub opiekunem prawnym. Procesy zachodzące w organizmie nastolatki w dużym stopniu zależą od jej stylu życia i sposobu odżywiania. Nieadekwatna wiedza, nieprawidłowe odżywianie, niedbanie o higienę może w przyszłości powodować: - zaburzenia płodności - zaburzenia sfer intymnych - zaburzenia seksualności młodej kobiety. - Bardzo ważna jest profilaktyka, zdrowy tryb życia, właściwe żywienie, ruch i pozytywna energia – apeluje do młodych kobiet w materiale filmowym dr n. med. Monika Tadros-Zins, specjalista ginekolog-położnik; Instytut Centrum Zdrowia Matki Polki. Przygotuj dziecko na pierwszą wizytę u ginekologa - Porozmawiaj z dzieckiem o pierwszej wizycie u ginekologa. - Wytłumacz dziecku jak będzie wyglądało badanie. - Rozmawiaj wcześniej o miesięczkowaniu i higienie. - Każdy gabinet ginekologiczny wyposażony jest w profesjonalny sprzęt i miejsce do przygotowania się na badanie – przebrania i higieny. Dla komfortu pacjentki w gabinetach są spódniczki ginekologiczne i kapcie. - Przełamcie wstyd i zakłopotanie. Wizyta u ginekologa upewni Cię, że Twoje dziecko jest zdrowe. Więcej dowiedzą się Państwo z lektury materiałów edukacyjnych, przygotowanych przez ekspertów Narodowego Funduszu Zdrowia: Pierwsza wizyta u ginekologa - MATERIAŁY EDUKACYJNE

**Rak piersi to najczęściej występujący nowotwór złośliwy u kobiet. W początkowym okresie nie daje żadnych objawów. Wcześnie wykryty jest**

**niemal w 100% uleczalny. Badaj się systematycznie i nie dopuść do rozwoju choroby.**

## **Przyczyny nowotworów piersi**

W przypadku raka piersi istnieją czynniki, które mogą przyczyniać się do wzrostu ryzyka zachorowania. Zadbaj o profilaktykę, szczególnie jeśli:

- - jesteś kobietą (choć rak piersi może pojawić się również u mężczyzn),
- - masz uwarunkowania genetyczne i w Twojej rodzinie ktoś chorował,
- - miałaś wcześniej pierwszą miesiączkę lub późno menopauzę,
- - masz ponad 50 lat,
- - późno urodziłaś pierwsze dziecko.

Więcej materiałów [TUTAJ!](#)

Zapraszamy również na konsultacje z fizjoterapeutą i Zielonogórskimi Amazonkami na temat zdrowienia po operacji piersi.

Szczegóły wydarzenia [TUTAJ!](#)

# **Środa z Profilaktyką - Zdrowie kobiet: rak szyjki macicy, rak piersi, pierwsza wizyta u ginekologa**

Autor:

Adres: [https://www.nfz-zielonagora.pl/PL/1049/9207/Sroda\\_z\\_Profilaktyka\\_-\\_Zdrowie\\_kobiet\\_\\_rak\\_szyjki\\_macicy\\_\\_rak\\_piersi\\_\\_pierwsza\\_wizyta\\_u\\_ginekologa/](https://www.nfz-zielonagora.pl/PL/1049/9207/Sroda_z_Profilaktyka_-_Zdrowie_kobiet__rak_szyjki_macicy__rak_piersi__pierwsza_wizyta_u_ginekologa/)

---