



Zalecenia American Cancer Society dotyczące wczesnego wykrycia raka piersi

Wczesne wykrycie raka piersi to klucz do udanego leczenia. W celu lepszej ochrony przed chorobą the **American Cancer Society** (Amerykańskie Towarzystwo Walki z Rakiem) zaleca postępowanie zgodnie z Programem trzech, lub 3-ech Kroków.

Mammografia



- Najlepszą metodą wczesnego wykrywania raka piersi jest wykonywane każdego roku badanie mammograficzne.
- Jeśli skończyłaś 40 lat, poddaj się raz w roku badaniu mammograficznemu.
- Jeśli w Twojej rodzinie zdarzały się przypadki raka piersi, ustal ze swoim zakładem opieki zdrowotnej indywidualny plan obrazowych badań mammograficznych.

Kliniczne badanie piersi



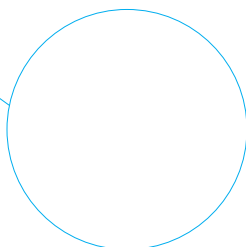
- Jeśli skończyłaś 40 lat, poddaj się badaniu piersi w swoim zakładzie opieki zdrowotnej raz w roku.
- Jeśli masz od 20 do 39 lat, poddaj się badaniu piersi w swoim zakładzie opieki zdrowotnej raz na trzy lata.

Samobadanie piersi



- Poproś w swoim zakładzie opieki zdrowotnej o zademonstrowanie właściwego sposobu przeprowadzania samobadania piersi.
- Po skończeniu 20 lat wykonuj samobadanie piersi raz w miesiącu.
- Jeśli wykryjesz jakiegokolwiek guzki, zgrubienia lub zmiany, natychmiast skontaktuj się z lekarzem.

Większość wykrytych guzków nie ma nic wspólnego z rakiem, ale nie możesz być tego pewna, dopóki nie zapytasz lekarza. Jeśli chcesz dowiedzieć się więcej o raku piersi lub porozmawiać z osobą dotkniętą tą chorobą, zadzwoń na bezpłatną linię **1.800.ACS.2345** lub odwiedź stronę internetową www.cancer.org



Możesz zmienić wynik walki z rakiem piersi!

American Cancer Society jest największym źródłem:

- Informacji o zagrożeniu rakiem piersi, metodach wczesnego wykrywania i leczenia.
- Pomocy Tobie i Twoim bliskim w walce z rakiem piersi.
- Programów informujących Ciebie i Twoich bliskich o znaczeniu jakie mają wczesne wykrycie raka, badania obrazowe oraz doinformowanie osoby zagrożonej.
- Możliwości wzięcia udziału w walce z rakiem piersi.

Dzwoń całodobowo
pod numer **1.800.ACS.2345**
lub odwiedź
www.cancer.org

Tłumaczenie tej publikacji zostało wykonane dzięki porozumieniu Healthcare Association of New York State's Breast Cancer Demonstration Project™ i American Cancer Society. Tłumaczenie tej publikacji zostało sfinansowane dzięki dotacji przyznanej na mocy porozumienia numer U57/CCU220149-01 przez Centers for Disease Control and Prevention dla Healthcare Association of New York State's Breast Cancer Demonstration Project™. Za treść publikacji wyłączną odpowiedzialność ponoszą jej autorzy. Treść publikacji może odbiegać od oficjalnego stanowiska Centers for Disease Control and Prevention.

The translation of this publication is courtesy of a cooperative effort between the Healthcare Association of New York State's Breast Cancer Demonstration Project™ and the American Cancer Society. The translation of this publication was supported by Grant/Cooperative Agreement Number U57/CCU220149-01 awarded to the Healthcare Association of New York State's Breast Cancer Demonstration Project™ from the Centers for Disease Control and Prevention. Its contents are solely the responsibility of the authors and do not necessarily represent the official views of the Centers for Disease Control and Prevention.