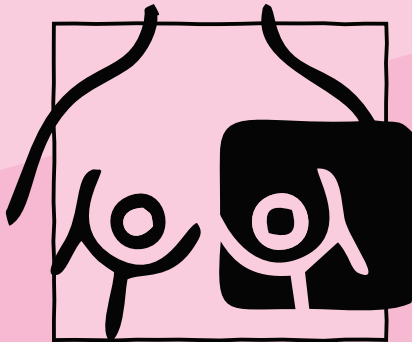


Participarea la screening mamar



Pentru cine este pliantul?

Acest pliant le oferă persoanelor fără adăpost din Londra informații privind felul în care pot participa la teste pentru depistarea cancerului la sân.

De asemenea, informațiile ar putea fi utile și pentru lucrătorii cheie și/sau furnizorii de servicii care sprijină persoanele fără adăpost să acceseze servicii de asistență medicală.

Ce este screening-ul mamar?

Screening-ul este o modalitate de a identifica persoanele fără simptome, care pot prezenta un risc crescut de apariție a unei anumite probleme de sănătate. NHS oferă o serie de teste de screening care sunt **gratuite**.

Screening-ul pentru cancerul de sân folosește un test denumit **mamografie**, o radiografie care caută semne timpurii ale cancerului la sân.



Riscul de a face cancer de sân crește pe măsură ce îmbătrâniți. Cele mai multe cancere de sân se depistează la femeile în vârstă de peste 50 de ani. În prezent, există mai multe femei care supraviețuiesc cancerului de sân decât în trecut.

Screening-ul mamar este o modalitate de a descoperi cancerul de sân. El poate ajuta la depistarea unor cancere prea mici pentru a fi văzute sau simțite.



Screening-ul mamar poate salva vieți.



Multe persoane 96% dintre persoanele supraviețuiesc cancerului la sân dacă știu că îl au - 75% din persoanele diagnosticate cu cancer la sân sunt încă în viață la 10 ani mai târziu.



96% dintre persoanele care fac screening mamar nu prezintă semne de cancer și nu vor avea nevoie de un nou screening timp de 3 ani.

Pentru cine este screening-ul mamar?



Screening-ul mamar le este oferit automat persoanelor cu vârsta de peste 50 de ani până la cea de-a 71-a aniversare, care sunt înregistrate la un medic de familie ca femei. Printre acestea de numără:

- Femeile trans-sexuale și persoanele non-binare, desemnate drept bărbați la naștere, care sunt sub tratament hormonal pe termen lung.
- Bărbații trans-sexuali și persoanele non-binare desemnate drept femei la naștere, care nu au suferit o dublă mastectomie sau o operație a pieptului.

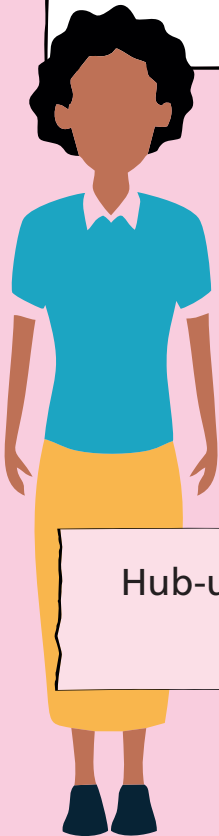
Screening-ul mamar nu le este oferit în mod obișnuit persoanelor înregistrate la un medic de familie ca bărbați care au vârsta de peste 50 de ani până la cea de-a 71-a aniversare, dar acestea pot solicita screening-ul prin intermediul medicului de familie. Printre acestea de numără:

- Femeile trans-sexuale și persoanele non-binare, desemnate drept bărbați la naștere, care sunt sub tratament hormonal pe termen lung.
- Bărbații trans-sexuali și persoanele non-binare desemnate drept femei la naștere, care nu au suferit o dublă mastectomie sau o operație a pieptului.

Veți fi invitată o dată la 3 ani (veți primi prima invitație cândva între 50 de ani și 53 de ani).

Dacă aveți 71 de ani sau peste, sunteți în continuare expusă riscului de cancer de sân. Deși nu veți mai primi automat invitații de screening după împlinirea vârstei de 71 de ani, puteți în continuare să vă faceți screening-ul la sâni o dată la 3 ani. Puteți apela la Hub-ul London Breast Screening și puteți face o rezervare la unitatea locală de screening.

Dacă nu ați fost invitată sau nu ați ratat ultima întâlnire, dumneavoastră sau cineva acționând în numele dumneavoastră (cu acordul dumneavoastră) puteți/ poate apela numărul Hub-ului London Breast Screening pentru a face o programare.



Hub-ul London Breast Screening
020 3758 2024

VÂRSTĂ

71



50

Cum funcționează screening-ul mamar?



- Veți primi o scrisoare prin poștă care vă va oferi o dată, o oră și o locație unde să vă faceți screening-ul mamar. Acestea se pot schimba dacă nu vă convin. Acestea au loc fie la spitalul local, fie într-o dubă mobilă de screening.
- Dacă aveți nevoie de ajutor suplimentar sau de acces pentru scaunul cu roțile, puteți solicita o programare specială.
- Testul este efectuat de o femeie expertă în mamografii (un profesionist din domeniul sănătății care face radiografii).
- Înainte de a continua, aceasta vă va confirma numele, adresa și data nașterii.
- Apoi vi se va cere să vă dezbrăcați până la talie, dar vă puteți acoperi cu bluza până când vă vine rândul pentru screening.
- Unul câte unul, sânii dumneavoastră vor fi plasați pe aparatul de mamografie și o placă de plastic îi va ține pe loc. Această radiografie va dura doar câteva secunde, dar poate fi puțin inconfortabilă. Dacă vi se pare dureroasă, spuneți-i medicului care face mamografia.
- Vizita dumneavoastră la unitatea de screening sau la duba mobilă de screening, inclusiv mamografia, poate dura până la aproximativ o jumătate de oră.
- Apoi, veți primi o scrisoare în termen de două săptămâni, cu rezultatul screening-ului.

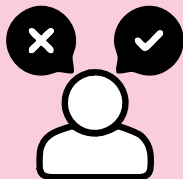
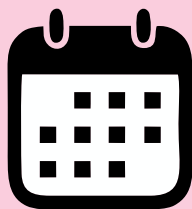
Sfaturi principale



- Purtați îmbrăcăminte la care puteți îndepărta cu ușurință partea de sus și puteți păstra articolele inferioare pe dumneavoastră (e.g., pantaloni sau fustă).
- Acest lucru v-ar putea ajuta să vă simțiți mai confortabil.
 - Încercați să nu folosiți deodorant deoarece acesta poate interfera cu imaginile.

De ce ar trebui să-l fac?

Dacă descoperiți din timp o problemă, tratamentul poate fi mai eficient.



Dacă aflați că aveți o problemă de sănătate sau o șansă crescută de a dezvolta o problemă de sănătate, acest lucru vă poate ajuta să luați decizii mai bine informate cu privire la sănătatea dumneavoastră.

Este o chestiune personală, să decideți dacă faceți un test de screening sau nu și numai dumneavoastră puteți lua această decizie.



Dacă faceți screening-ul mamar, este posibil să nu mai trebuiască să faceți nimic până la următoarea invitație sau vi se poate cere să faceți unele teste suplimentare.

Exersați conștientizarea privind sănii între întâlnirile dumneavoastră de screening (consultați pagina 10).

- Dacă aveți nevoie de teste suplimentare, vi se va face o programare. De obicei, veți obține rezultatele în termen de o săptămână.
- Ați putea fi îngrijorată în legătură cu efectuarea unor teste suplimentare și ce înseamnă ele. Scrisoarea dumneavoastră vă va spune cum să contactați o asistentă medicală pentru îngrijirea sânilor dacă aveți întrebări sau dacă doriți să discutați despre acest proces.

Cele mai multe persoane care au nevoie de teste suplimentare nu vor fi diagnosticate cu cancer de sân. Dar, dacă există semne de cancer de sân, depistarea sa în stadii incipiente, crește probabilitatea ca tratamentul să aibă succes.

Cum pot participa la screening-ul mamar?

Trebuie să fiți înregistrat la o clinică de medicină de familie pentru a accesa un screening. Pentru a face acest lucru, dumneavoastră sau o persoană de încredere puteți descărca formularul de înregistrare pentru serviciile medicilor de familie (GMS1), îl puteți completa manual și preda în cabinetul de medicină generală:

<https://www.gov.uk/government/publications/gms1>



Nu uitați

Toată lumea are dreptul de a avea acces la asistență medicală. Nu aveți nevoie de un act de identitate sau de o adresă fixă pentru a vă înregistra la medicul de familie, iar statutul dumneavoastră de imigrație nu contează.

Este important ca medicul de familie să aibă informații exacte despre dumneavoastră, în special:

- Numele dumneavoastră
- Data dumneavoastră de naștere
- Sexul dumneavoastră
- Datele de contact e.g. numărul de mobil și o adresă stabilită la care să vă fie trimise scrisorile medicale , e.g. adresă de tip în atenția(c/o).



Invitația dumneavoastră la screening-ul mamar va fi o scrisoare trimisă la adresa pe care i-ați furnizat-o cabinetului dumneavoastră de medicină generală.



Se va trimite un mesaj de reamintire pe numărul de mobil pe care îl are cabinetul dumneavoastră de medicină de familie pentru a vă reaminti de programarea făcută.

Dacă nu doriți să fiți invitată pentru screening-ul mamar, puteți contactați London Breast Screening Hub la **020 3758 2024**.

Gestionarea programării mele

Vă puteți schimba programarea și/sau locația în funcție de ceea ce preferințele dumneavoastră (spre exemplu, dacă aveți dificultăți cu somnul, o întâlnire de dimineață devreme poate fi o provocare). Dumneavoastră sau o persoană de încredere puteți suna la London Breast Screening Hub pentru a schimba ora, data sau locația la **020 3758 2024**.



Dacă aveți dificultăți în a reține programările puteți:

- să-i cereți unui prieten sau unui lucrător de sprijin să vă reamintească.
- să setați o alarmă sau un memento pe telefon.

Planificați-vă traseul în avans și acordați-vă timp pentru a nu vă simți presat de timp. Discutați cu un serviciu de asistență local sau cu un lucrător cheie dacă aveți nevoie de ajutor pentru a participa – v-ar putea ajuta.



Cereți-i unui prieten de încredere sau unui lucrător de asistență fie să participe la programare împreună cu dumneavoastră fie să fie disponibil pentru a discuta după. Dacă sunteți anxios, poate fi o bună distragere a atenției să știți că cineva poate vorbi cu dumneavoastră cât timp așteptați.

Solicitarea unei vizite la locul de screening înainte de programare poate ajuta la reducerea anxietății, dacă vorbiți cu echipa și vedeți echipamentul în prealabil pentru a vă familiariza cu el.

Rețineți că profesioniștii din domeniul sănătății păstrează confidențial tot ceea ce spuneți. Ar putea fi util să împărtășiți orice provocări de sănătate fizică sau mentală, sau dizabilități astfel încât să vă poată sprijini. Vă pot ajuta să vă poziționați sânii pe aparat pentru confortul dumneavoastră.

Pentru a vă ajuta să vă decideți

Niciun test de screening nu este 100% fiabil. Există argumente pro și contra de luat în considerare înainte de a participa.

Medicii nu pot spune întotdeauna dacă un cancer va pune viața în pericol sau nu. Prin urmare, se oferă întotdeauna tratament dacă sunteți diagnosticat cu cancer de sân.

- asta înseamnă că unele tipuri de cancer care sunt diagnosticate și tratate nu ar fi pus viața în pericol. Așadar, tratamentul cancerelor care nu pun viața în pericol este principalul risc al screening-ului mamar.

Alte riscuri al screening-ului mamar includ:

- ratarea unui cancer - mamografiile nu depistează întotdeauna un cancer care există.
- radiografiile - efectuarea unei mamografii o dată la 3 ani timp de 20 ani generează o șansă puțin mai mare de a face cancer de-a lungul vieții.

Majoritatea oamenilor simt că beneficiile screening-ului la sâni depășesc riscurile posibile.



Puteți discuta orice aspect al testului de screening cu un cadru medical și puteți decide dacă acesta este sau nu potrivit pentru dumneavoastră.

Acest ghid și invitațiile trimise de programul de screening pentru cancerul intestinal vă oferă informațiile necesare pentru a decide dacă doriți sau nu să fiți examinat – **este alegerea dumneavoastră.**

Verificați-vă sânii

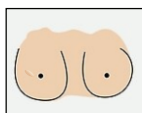
Între programările de screening al sânilor, este important să exersați conștientizarea sânilor și să știți cum arată și se simt de obicei. Nu există o modalitate corectă sau greșită de a vă verifica sânii. Nu uitați **AS**:

Atingeți-vă sânii, simțiți ceva neobișnuit? Amintiți-vă să pipăiți ambii sâni și sub axile, până la claviculă.

Uăutați schimbări, există schimbări ale dimensiunii sau formei sânilor dumneavoastră? Arată ceva diferit?

Verificați orice lucru neobișnuit cu medicul dumneavoastră.

Unele modificări la care trebuie să fiți atenți în timpul conștientizării privind sânii includ:



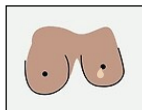
nodul - ați putea simți un nodul, fără să-l vedeți



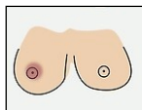
o schimbare a aspectului sau a felului în care se simte pielea - ar putea fi ca o coajă de portocală



o schimbare a aspectului sau direcției sfârcurilor



scurgeri (lichide) din unul sau din ambele sfârcuri



roșeață sau iritație pe piele sau în jurul sfârcului

Dacă observați vreo modificare a sânilor sau pieptului dumneavoastră, ar trebui să-i spuneți medicul dumneavoastră de familie.

Ce alte informații trebuie să știi?



- ✓ Dacă vă schimbați numele, adresa sau numărul de telefon, informați medicul de familie
- ✓ Când vă actualizați adresa, puteți furniza detaliile de contact ale lucrătorului dumneavoastră cheie ca a doua persoană de contact.
- ✓ Dacă vă mutați într-o locație nouă, vă puteți înregistra la un alt cabinet de medicină de familie.
- ✓ Dacă nu aveți o adresă fixă, îi puteți cere cabinetului dumneavoastră de medicină de familie să vă actualizeze datele cu adresa sa.

Dacă aveți întrebări sau nelămuriri, vă rugăm să sunați la London Breast Screening Hub la numărul **020 3758 2024** sau cereți ajutorul unei persoane de încredere.

[Un ghid ușor de citit privind screening-ul mamar \(NHS\)](#)

[Informații despre screening-ul mamar care să vă ajute să luați o decizie \(NHS\)](#)

[Cum trebuie să-mi verific sânii? SNS \(NHS\)](#)

De asemenea, puteți vizita site-ul [London Breast Screening](#) pentru mai multe informații



Scanați codul QR pentru mai multe informații
privind screening-ul mamar

Recunoașteri

Acest pliant a fost produs de Groundswell în parteneriat cu North Central London Cancer Alliance, RM Partners North West și South West London Cancer Alliance, North East London Cancer Alliance, South East London Cancer Alliance și echipa NHS England (London Region) Cancer Screening Commissioning.

Image credits

Page 4: <https://www.gov.uk/government/publications/breast-screening-helping-women-decide>

Page 9:

https://assets.publishing.service.gov.uk/media/649d988606179b00113f7569/An_easy_guide_to_breast_screening_June23.pdf

www.groundswell.org.uk



@ItsGroundswell

Număr de înregistrare al organizației de caritate Groundswell 1089987

Publicat iulie 2024 / Data revizurii: iulie 2025