



**Program prevence rakoviny prsu
pro studentky 3. a 4. ročníků
SŠ, SOU Pardubického kraje**



Základní idea je seznámit studentky s Programem prevence nádoru prsu

- Vysvětlit význam prevence
- Informovat o incidenci rakoviny prsu v ČR
- Seznámit s rizikovými faktory vzniku nádoru
- Informovat o možnosti mammologického screeningu
- Nacvičit pomocí instruktážního videopořadu a prsních vest samovyšetřování prsu
- Informovat o zásadách zdravého životního stylu



Důvody potřeby

- Jedná se o nejčastější nádor u žen!
- V ČR ročně onemocní rakovinou prsu **6000 žen**, z nichž přibližně $\frac{1}{4}$ onemocnění podlehne!
- Incidence v ČR **každoročně narůstá!**
- V porovnání s ostatními kraji v zásadě incidence C50 v PA kraji **převyšuje** celostátní průměr!
- Dívky a ženy do 45 let ze zdravotního pojištění **nemají nárok** na bezplatné vyšetření ultrazvukem či mammografem, proto je **SAMOVYŠETŘENÍ** nejjednodušší formou prevence!



Metodický postup a průběh výuky

- Rozsah výukového semináře: 2 vyučovací h.
- Počet studentek: 15 až 20, rozdělených do do 2 –3 pracovních skupin
- 1. hodina: úvodní dotazník, teoretická část (prezentace v PPT, instruktážní video), edukace
- 2. hodina: práce ve skupinách, nácvik techniky samovyšetření na prsních modelech, zakreslení vyhmataných rakovinných ložisek do pracovních listů, vyhodnocení pracovních listů, závěrečný jednoduchý test
- Beseda – prostor pro dotazy studentek a rozdání upomínkových samolepek

Edukační materiály a instruktážní videokazeta



Prsní vesta, na které lze nahmatat rakovinné bulky v různých stádiích vývoje.





Upomínková samolepka na zrcadlo



jistota v cestě
za krásou a zdravím

Co třeba dnes?
Nezapomeň na sebe !!

Děkuji za pozornost

Šťastná Gabriela
autor projektu



**Jistota v cestě
za krásou a zdravím**

Osoby a kontakty:

MUDr. Ivana Hrnčířová, odborný garant projektu,
Mammodiagnostické centrum Pardubice,
nábř. Závodu Míru, Pardubice
Telefon: 466 614 420

Šťastná Gabriela, autor projektu a lektor výukového
semináře,
Státní zdravotní ústav
Centrum a zdraví a životních podmínek
Detašované pracoviště Pardubice,
www.szu.cz

Kontakt na lektora: stastna.szu@seznam.cz
Telefon: 776 205 373, 466 025 337