



NEMZETI  
NÉPEGÉSZSÉGÜGYI  
KÖZPONT



**Hazánkban az  
emlődagánat a 3.  
leggyakoribb daganatos  
megbetegedés, amelynek  
előfordulása a 60-64 éves  
korosztály között a  
legjellemzőbb.**



Komplex  
Népegészségügyi  
Szűrések

EFOP-1.6.1-VEKOP-15-2016-00001



NEMZETI  
NÉPEGÉSZSÉGÜGYI  
KÖZPONT



**Egyike a legjobban  
szűrhető daganatos  
megbetegedéseknek,  
amely kezdetben nem  
okoz panaszokat.**



Komplex  
Népegészségügyi  
Szűrések

EFOP-1.6.1-VEKOP-15-2016-00801



NEMZETI  
NÉPEGÉSZSÉGÜGYI  
KÖZPONT



**A szervezett emlőszűrés a  
tünetmentes 45-65 éves nők  
ingyenes vizsgálata,  
amelynek célja a korai, még  
nem tapintható csomók  
kimutatása.**



Komplex  
Népegészségügyi  
Szűrések

EFOP-1.6.1-VEKOP-15-2016-00801



NEMZETI  
NÉPEGÉSZSÉGÜGYI  
KÖZPONT



**A szűrésre jogosult nők 2  
évente személyre szóló  
meghívót kapnak. A meghívó  
tájékoztatást ad a szűrés  
helyéről és idejéről, valamint a  
vizsgálat folyamatáról.**



Komplex  
Népegészségügyi  
Szűrések

EFOP-1.6.1-VEKOP-15-2016-00801



NEMZETI  
NÉPEGÉSZSÉGÜGYI  
KÖZPONT



**A szűrés fájdalommentes,  
legfeljebb 20 percet vesz  
igénybe.  
Fizikális (tapintásos)  
vizsgálatból és  
mammográfiából áll.**



Komplex  
Népegészségügyi  
Szűrések

EFOP-1.6.1-VEKOP-15-2016-00801



NEMZETI  
NÉPEGÉSZSÉGÜGYI  
KÖZPONT



**A mammográfia során az emlőkről kétirányú röntgenfelvétel készül, amelyet 2 egymástól független radiológus értékeli. Abban az esetben, ha a felvételek értékelésekor elváltozást találnak, további tisztázó vizsgálatok szükségesek.**



Komplex  
Népegészségügyi  
Szűrések

EFOP-1.6.1-VEKOP-15-2016-00001



NEMZETI  
NÉPEGÉSZSÉGÜGYI  
KÖZPONT



## Az emlődaganat kialakulásának kockázata csökkenthető:

- rendszeres részvétellel a szűrővizsgálatokon
- túlsúly leadásával
- tudatos táplálkozással
- dohányzás mellőzésével
- alkoholfogyasztás mérséklésével



Komplex  
Népegészségügyi  
Szűrések

EFOP-1.6.1-VEKOP-15-2016-00801



NEMZETI  
NÉPEGÉSZSÉGÜGYI  
KÖZPONT



## Kockázati tényezők:

- 40 év feletti életkor
- késői terhesség
- családi előfordulás



Komplex  
Népegészségügyi  
Szűrések

EFOP-1.6.1-VEKOP-15-2016-00801



# MÁR 20 ÉVES KORTÓL AJÁNLOTT A RENDSZERES HAVONKÉNTI ÖNVIZSGÁLAT.

Álljon szembe a tükörrel leeresztett karral és vállal! Figyelje meg a mellék alakját!

Vizsgálja meg, hogy látható-e valamilyen bőrváltozás, elszíneződés, duzzanat, vagy valamilyen szokatlan alakváltozás (például a bimbók behúzódása) A megfigyeléseket ismételje meg úgy, hogy mindkét karját a feje fölé emeli! Figyelje meg, hogy talál-e szokatlan csomót vagy észleli-e a bőr megvastagodását.

Tapintsa át melleit úgy, hogy az egyiket, majd a másikat két tenyere közé veszi, és tenyerét függőleges, majd vízszintes irányban csúsztatva mozgatja! Jobb kezének összehúzott ujjával enyhe nyomással, körkörös mozgással kívülről befelé csigavonalban haladva tapintsa át egyik, majd másik mellét! Figyelje meg, hogy talál-e szokatlan csomót vagy észleli-e a bőr megvastagodását.

Kényelmesen hanyatt fekvé, egyik kezét a feje alá, egy kispárnát pedig a váll alá helyezve ugyancsak körkörös mozgással tapintsa át egyik, majd másik mellét, ujjai hegyével tapintsa át a hónalját is! Majd karját a teste mellé helyezve ismételje meg a tapintást egyik, majd a másik oldalán!

Eryhén nyomja meg a mellbimbóit!  
Figyelje meg, ürül-e belőle váladék.

**AZ ÖNVIZSGÁLATNÁL NAGYON FONTOS  
A RENDSZERESSÉG ÉS AZ ALAPOSSÁG.**

**NE FELEDJE, HOGY AZ ÖNVIZSGÁLAT NEM HELYETTESÍTI  
A MAMMOGRÁFIÁS SZÜRŐVIZSGÁLATOT! HA BÁRMILYEN  
ELTÉRÉST TAPASZTAL, FORDULJON SZAKORVOSHÓZ!**

📍 szures.nnk.gov.hu

✉ szures@nnk.gov.hu

🌐 nnk.gov.hu

👤 Tisztifőorvos

🏥 Nemzeti Népegészségügyi Központ  
/ Tisztifőorvos



NEMZETI  
NÉPEGÉSZSÉGÜGYI  
KÖZPONT

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Szociális  
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE



NEMZETI  
NÉPEGÉSZSÉGÜGYI  
KÖZPONT



**Az önvizsgálat azonban nem helyettesíti a mammográfiás vizsgálatot, amely során akár évekkel azelőtt felfedezhető az esetleges elváltozás, mint ahogy az látható vagy tapintható lenne.**



Komplex  
Népegészségügyi  
Szűrések

EFOP-1.6.1-VEKOP-15-2016-00801



NEMZETI  
NÉPEGÉSZSÉGÜGYI  
KÖZPONT



**Ha meghívólevelet kap,  
éljen az ingyenes szűrés  
lehetőségével!**



Komplex  
Népegészségügyi  
Szűrések

EFOP-1.6.1-VEKOP-15-2016-00801