**Včasný záchyt karcinomu prsu zachraňuje životy. Klíčová je prevence**

***Praha, 15. října 2025* – Pravidelné samovyšetření a screening od určitého věku, dodržování zdravého životního stylu a v případě rizikové rodinné anamnézy zvážení genetického testování. To vše zahrnuje prevence rakoviny prsu. Vojenská zdravotní pojišťovna upozorňuje i na potřebu informovanosti a aktivní účast ženy v péči o své zdraví.**

Karcinom prsu je jedním z nejčastějších typů rakoviny, jejíž výskyt stále stoupá, proto je zaměření se na prevenci zásadní. Maligní nádory prsu představují nejčastější zhoubné nádory žen v ČR.

*„Karcinom prsu se obvykle vyskytuje u pacientek ve věku 60 až 74 let, u mužů je vzácný a tvoří jen 1 % všech případů. Počáteční stadia mají většinou zcela bezpříznakový průběh. V pokročilých stadiích se nádor může projevit jako hmatná nebolestivá bulka či hmatný nález v prsu, což u 75 % pacientek představuje první projev choroby. Mezi méně časté příznaky patří vtažení kůže nebo bradavky, kožní změny, výtok, bolestivost prsu a zduření lymfatických uzlin v důsledku regionálního šíření nádoru,“* říká konzultant Vojenské zdravotní pojišťovny MUDr. Milan Prokop.

Lékaři doporučují samovyšetření prsů měsíčně, ideálně 5.–8. den po menstruaci, v případě jakýchkoliv změn je nutná návštěva lékaře. Od 45 let věku se doporučuje pravidelné mamografické vyšetření jednou za dva roky, což je hrazeno z veřejného zdravotního pojištění. Ultrazvukové vyšetření pak může být doporučeno mladším ženám nebo ženám s hustší prsní tkání, kde je mamograf méně přehledný.

Ke vzniku samotného nádoru dochází, když v buňce nastanou určité změny genetického vybavení, které vyvolají nekontrolované množení. Nádorové buňky se mohou šířit do okolí, do lymfatických uzlin i do jiných orgánů. Příčiny vzniku známé nejsou, určité rizikové faktory ano. Pravděpodobnost, že žena karcinomem prsu onemocní, je vyšší zejména u žen, jejichž pokrevní příbuzné tímto druhem nádoru onemocněly. Vyšší riziko onemocnění mají dále ženy, které začaly menstruovat před 12. rokem života nebo ty, u nichž začala menopauza až po 50. roce. Ohroženy jsou i ženy, které byly nadměrně vystaveny radioaktivnímu záření.

V rámci prevence je nezbytný zdravý životní styl, strava složená z dostatečného množství ovoce a zeleniny, důležitou roli hraje i udržet si optimální tělesnou hmotnost. *„Buďte fyzicky aktivní a omezte dobu strávenou sezením. Omezte nebo ideálně vůbec nepijte alkohol a nekuřte,“* radí MUDr. Milan Prokop a připomíná, že riziko rakoviny prsu snižuje i kojení.

Vojenská zdravotní pojišťovna přispívá až 800 Kč na preventivní mamografické nebo sonografické vyšetření prsu ženám od 30 let, ženám od 45 let na vyšetření v mezidobí mezi pravidelnými preventivními prohlídkami. Příspěvek náleží také mužům od 30 let na sonografické vyšetření.

Více informací na <https://www.vozp.cz/prispevek/prevence-karcinomu-prsu>.

**O Vojenské zdravotní pojišťovně**

Vojenská zdravotní pojišťovna České republiky od roku 1993 zajišťuje zdravotní péči prostřednictvím špičkových odborníků ve vojenských i civilních zdravotnických zařízeních a lázeňských domech.
O svých 700 tisíc pojištěnců pečuje prostřednictvím smluvní zdravotnické sítě po celé ČR, která zahrnuje přes 25 tisíc poskytovatelů.

[www.vozp.cz](http://www.vozp.cz)

**Kontakt pro média**

Stance Communications, s.r.o.

Kateřina Uhrová

Account Executive
Tel.: +420 724 952 213

E-mail: katerina.uhrova@stance.cz
[www.stance.cz](http://www.stance.cz)