

# Beh pre zdravé prsia 2025

## Prehľad mediálnych výstupov

### Online 8

**TOP správy s najvyšším dosahom:** Podujatie Beh pre zdravé prsia chce zvýšiť povedomie o rakovine prsníka

1. regiony.zoznam.sk | TASR | Sledovanosť: 124 019 videní
2. hlavnespravy.sk | Sledovanosť: 100 174 videní
3. bleskovky.zoznam.sk | Zoznam | Sledovanosť: 81 716 videní

Titulky online článkov sú s preklikom na konkrétny webčlánok.

#### [Podujatie Beh pre zdravé prsia chce zvýšiť povedomie o rakovine prsníka. Koná sa dnes, v sobotu](#)

ZDROJ: [ereport.sk](#)

Dátum vydania: 17. 5. 2025, Autor: Petra Krajecová, Rubrika: Zdravie, Periodicita: Denne  
AVE: 1 392 €, GRP: 0,75, OTS: 34 516, Mesačná návštevnosť: 908 868, Celková návštevnosť: 1 176 626, Reálni  
užívatelia: 34 516, Reálni užívatelia za mesiac: 419 328

#### [Podujatie Beh pre zdravé prsia chce zvýšiť povedomie o rakovine prsníka | Regióny.sk](#)

ZDROJ: [regiony.zoznam.sk](#)

Dátum vydania: 17. 5. 2025, Autor: TASR, Rubrika: Regióny Bratislava, Periodicita: Denne  
AVE: 1 179 €, GRP: 2,7, OTS: 124 019, Celková návštevnosť: 1 040 339, Reálni užívatelia: 124 019, Reálni užívatelia  
za mesiac: 413 396

#### [Zdravie: Podujatie Beh pre zdravé prsia chce zvýšiť povedomie o rakovine prsníka - Lekari.sk](#)

ZDROJ: [lekari.sk](#)

Dátum vydania: 17. 5. 2025, Autor: TASR, Rubrika: Denné správy, Periodicita: Denne  
AVE: 103 €, GRP: 0,03, OTS: 1 371, Mesačná návštevnosť: 34 528, Celková návštevnosť: 61 270, Reálni  
užívatelia: 1 371, Reálni užívatelia za mesiac: 42 500

#### [Tlačová agentúra Slovenskej republiky - TASR.sk](#)

Zdravie: Podujatie Beh pre zdravé prsia chce zvýšiť povedomie o rakovine prsníka

ZDROJ: [tasr.sk](#)

Dátum vydania: 17. 5. 2025, Autor: TASR, Periodicita: Denne, Operátor: Tlačová agentúra Slovenskej republiky  
AVE: 205 €, GRP: 0,1, OTS: 4 817, Mesačná návštevnosť: 52 324, Celková návštevnosť: 176 350, Reálni  
užívatelia: 4 817, Reálni užívatelia za mesiac: 149 324

#### [Na Železnej studničke sa koná Beh pre zdravé prsia, chce zvýšiť povedomie o rakovine prsníka | Život v meste | Bratislavské noviny](#)

ZDROJ: [bratislavskenoviny.sk](#)

Dátum vydania: 17. 5. 2025, Rubrika: ZDRAVIE A ŽIVOTNÝ ŠTÝL, Periodicita: Denne  
AVE: 267 €, GRP: 0,34, OTS: 15 615, Mesačná návštevnosť: 305 067, Celková návštevnosť: 1 102 763, Reálni  
užívatelia: 15 615, Reálni užívatelia za mesiac: 484 077

#### [Podujatie Beh pre zdravé prsia chce zvýšiť povedomie o rakovine prsníka | Bleskovky.sk](#)

ZDROJ: [bleskovky.zoznam.sk](#)

Dátum vydania: 17. 5. 2025, Autor: Zoznam.sk, Rubrika: Bleskovky, Periodicita: Denne  
AVE: 884 €, GRP: 1,78, OTS: 81 716, Mesačná návštevnosť: 466 955, Celková návštevnosť: 1 865 603, Reálni  
užívatelia: 81 716, Reálni užívatelia za mesiac: 272 385

## [Podujatie Beh pre zdravé prsia chce zvýšiť povedomie o rakovine prsníka](#)

ZDROJ: [hlavnespravy.sk](http://hlavnespravy.sk)

Dátum vydania: 17. 5. 2025, Rubrika: Regióny 0, Periodicita: Denne

AVE: 1 028 €, GRP: 2,18, OTS: 100 174, Mesačná návštevnosť: 8 510 719, Celková návštevnosť: 4 030 000, Reálni užívatelia: 100 174, Reálni užívatelia za mesiac: 3 105 390

## [Beh pre zdravé prsia: Dominika Kormanová mení životy žien a inšpiruje k prevencii | Rádio Melody](#)

ZDROJ: [radiomelody.sk](http://radiomelody.sk)

Dátum vydania: 16. 5. 2025, Periodicita: Denne

AVE: 698 €, GRP: 0,25, OTS: 11 475, Celková návštevnosť: 97 100, Reálni užívatelia: 11 475, Reálni užívatelia za mesiac: 38 250

## Televízia 2

### Prevencia rakoviny prsníka

RTVS 24 – Ranné správy

Host' relácie: Alena Kallayová, Dominika Kormanová

Dátum vydania: 16. 5. 2025



## Beh pre zdravé prsia

TV JOJ – Noviny o 12

Host' relácie: Alena Kallayová

Dátum vydania: 9. 5. 2025



## Vybrané výstupy Facebook 5

HLAS – sociálna demokracia

Regióny.sk

Liga proti rakovine

Rádio Melody

Národný onkologický ústav



Kamil Šaiko BEH PRE ZDRAVÉ PRSIA ❤️ Cieľom podujatia je nielen podporiť boj proti rakovine, ale upozorniť aj na potrebu zdravého životného štýlu a...

👍 100 Reakcie 40 5,7 ks príspevkov

Príspevok používateľa Regióny.sk



Regióny.sk

17. máj · 🌐

Podujatie Beh pre zdravé prsia chce zvýšiť povedomie o rakovine prsníka.



BRATISLAVA.ZOZNAM.SK

Podujatie Beh pre zdravé prsia chce zvýšiť povedomie o rakovine prsníka | Regióny.sk

BRATISLAVA - Osvetové podujatie Beh pre zdravé prsia po ôsmy raz pomáha zvyšovať povedomi...

### Príspevok používateľa Rádio Melody



16. máj · 🌐

Jedna hrčka, ktorú si našla pri samovyšetrení, jej zmenila život. 🥺

Dominika Kormanová dnes vedie občianske združenie Amazonky a organizuje Beh pre zdravé prsia – podujatie, ktoré nie je len o pohybe, ale najmä o prevencii, spolupatričnosti a sile ženského hlasu. 🙌



**Beh pre zdravé prsia:  
Dominika Kormanová  
mení životy žien a  
inšpiruje k prevencii**

VIAC NA RADIOMELODY.SK

### Príspevok používateľa Národný onkologický ústav

Národný onkologický ústav

16. máj · 🌐

🗨️ Potrebujete sa na niečo spýtať? Máte obavy, ktoré nechcete googlit?

Naša mimoriadne ľudská a obľúbená odborníčka na prevenciu a onkologickú liečbu MUDr. Miroslava Malejčíková z NOÚ vám bude v sobotu 17. mája od 8:30 do 10:30 k dispozícii v onkologickej poradni na podujatí Beh pre zdravé prsia na Železnej studničke.

Je to príležitosť na úprimný rozhovor – bez strachu, bez zbytočného stresu, len tak, medzi nami.

A potom?

👉 Skúste si zabehnúť alebo sa prejsť s paličkami. Pre svoje zdravie.

A tiež pre druhé ženy – každým krokom podporíte našu partnerskú organizáciu OZ Amazonky, ktoré stoja pri ženách s rakovinou prsníka.

👉 <https://www.behprezdraveprsia.com/#o-projekte>

#BehPreZdravePrsia #NOU #ZdravieJeDar #OZAmazonky #OnkologickaPoradna #PodporaSrdcom ##prevenciamazmysel

**PORADŇA**  
MUDr. Miroslava Malejčíková  
17.5.2025  
8.30 – 10.30 hod.  
Železná studnička  
VYUŽITE PRÍLEŽITOSŤ

👍👍 437

Komentáre: 17 Zdieľania: 70

### Príspevok používateľa LIGA PROTI RAKOVINE (LPR)

LIGA PROTI RAKOVINE (LPR)

17. máj · 🌐

🏃‍♀️❤️ BEH ZA ZDRAVÉ PRSIA 2025

Aj Liga proti rakovine bola pri tom! 🙌

Dnes sme sa zúčastnili krásneho podujatia, ktoré organizuje @oz\_amazonky – združenie venujúce sa podpore žien s rakovinou prsníka. Beh pre zdravé prsia nie je len o športe, ale najmä o prevencii, podpore žien, ktoré si prešli diagnózou, a o vzájomnej spolupatričnosti.

Veľmi si vážime, keď sa neziskové organizácie pôsobiace v podobných oblastiach navzájom podporujú, prepájajú a držia spolu. Len tak môžeme spoločne prinášať ešte väčšiu pomoc a nádej. 🙌

Ďakujeme, milé Amazonky, za pozvanie – a všetkým účastníkom za príjemnú atmosféru a dobré srdce.

📍 Kde je prevencia, tam je nádej.



### Online 8

#### [Podujatie Beh pre zdravé prsia chce zvýšiť povedomie o rakovine prsníka. Koná sa dnes, v sobotu](#)

ZDROJ: [ereport.sk](http://ereport.sk)

Dátum vydania: 17. 5. 2025, Autor: Petra Krajecová, Rubrika: Zdravie, Periodicita: Denne

AVE: 1 392 €, GRP: 0,75, OTS: 34 516, Mesačná návštevnosť: 908 868, Celková návštevnosť: 1 176 626, Reálni užívatelia: 34 516, Reálni užívatelia za mesiac: 419 328

Osvetové podujatie Beh pre zdravé prsia po ôsmy raz pomáha zvyšovať povedomie o rakovine prsníka a pripomína dôležitosť prevencie. Koná sa v sobotu na bratislavskej Železnej studničke. Stoja za ním občianske združenie Amazonky a patientska organizácia Ružová stužka. Informuje TASR.

Osvetové podujatie Beh pre zdravé prsia po ôsmy raz pomáha zvyšovať povedomie o rakovine prsníka a pripomína dôležitosť prevencie. Koná sa v sobotu na bratislavskej Železnej studničke. Stoja za ním občianske združenie Amazonky a patientska organizácia Ružová stužka. Informuje TASR.

„Teší nás, že každým rokom pribúdajú noví účastníci – mladí, starší, celé rodiny aj ženy po onkologickej liečbe. Ľudia, ktorým záleží na zdraví, chcú podporiť dobrú vec a byť súčasťou niečoho zmysluplného,“ skonštatovala predsedníčka OZ Amazonky Dominika Kormanová.

Pre bežcov sú pripravené viaceré trate – beh na päť kilometrov, nordic walking na tri kilometre, chôdza 500 metrov a detský beh. „Beží sa individuálne od 9. h do 13.30 h alebo v hromadných štartoch o 9.15 h a 10.15 h. Novinkou programu sú skupinové cvičenia jógy v prestávkach medzi behmi ako príjemné uvoľnenie a podpora vnútornej rovnováhy,“ priblížili organizátori.

Hlavným posolstvom podujatia je zvýšiť povedomie o rakovine prsníka a motivovať ženy k pravidelnému samovyšetreniu prsníkov a účasti na mamografickom skríningu OnkoKontrola. „Každoročne na Slovensku pribudne viac ako 3000 nových prípadov karcinómu prsníka, pričom jeho výskyt stúpa najmä u žien od 50 rokov. Ide o aktívne ženy, ktoré by chorobu vôbec nečakali. Prevencia preto musí začať včas – najmä u tých, ktoré sa nepovažujú za ohrozené,“ apelovala Kormanová. Súčasťou podujatia budú aj sprievodné aktivity. Účastníci si môžu na stanovištiach patientskych organizácií vyskúšať samovyšetrenie na prsníkovom fantóme či získať edukačné materiály. Zdravotné poisťovne zase záujemcom poskytnú bezplatné preventívne merania. Návštevníci sa tiež budú môcť poradiť s odborníkmi o výžive, pohybe a zdravšom životnom štýle, ktoré zohrávajú dôležitú úlohu v prevencii onkologických ochorení aj v udržiavaní celkovej vitality.

Beh pre zdravé prsia je súčasťou celoeurópskej akcie prevencie karcinómu prsníka Europa Donna – Breast Health Day 2025. Podujatie sa koná pod záštitou ministerstva zdravotníctva, Národného onkologického inštitútu, primátora Bratislavy a predsedu Bratislavského samosprávneho kraja. Výťažok z neho pôjde na psychologickú a sociálnu pomoc novodiagnostikovaným pacientkam.

[späť](#)

<https://ereport.sk/podujatie-beh-pre-zdrave-prsia-chce-zvysit-povedomie-o-rakovine-prsnika-kona-sa-dnes-v-sobotu>

#### [Podujatie Beh pre zdravé prsia chce zvýšiť povedomie o rakovine prsníka | Regióny.sk](#)

ZDROJ: [regiony.zoznam.sk](http://regiony.zoznam.sk)

Dátum vydania: 17. 5. 2025, Autor: TASR, Rubrika: Regióny Bratislava, Periodicita: Denne

AVE: 1 179 €, GRP: 2,7, OTS: 124 019, Celková návštevnosť: 1 040 339, Reálni užívatelia: 124 019, Reálni užívatelia za mesiac: 413 396

BRATISLAVA – Osvetové podujatie Beh pre zdravé prsia po ôsmy raz pomáha zvyšovať povedomie o rakovine prsníka a pripomína dôležitosť prevencie. Koná sa v sobotu na bratislavskej Železnej studničke. Stoja za ním občianske združenie Amazonky a patientska organizácia Ružová stužka.

TASR

BRATISLAVA – Osvetové podujatie Beh pre zdravé prsia po ôsmy raz pomáha zvyšovať povedomie o rakovine prsníka a pripomína dôležitosť prevencie. Koná sa v sobotu na bratislavskej Železnej studničke. Stoja za ním občianske združenie Amazonky a patientska organizácia Ružová stužka.

„Teší nás, že každým rokom pribúdajú noví účastníci – mladí, starší, celé rodiny aj ženy po onkologickej liečbe. Ľudia, ktorým záleží na zdraví, chcú podporiť dobrú vec a byť súčasťou niečoho zmysluplného,“ skonštatovala predsedníčka OZ Amazonky Dominika Kormanová. Pre bežcov sú pripravené viaceré trate – beh na päť kilometrov, nordic walking na tri kilometre, chôdza 500 metrov a detský beh. „Beží sa individuálne od 9. h do 13.30 h alebo v hromadných štartoch o 9.15

h a 10.15 h. Novinkou programu sú skupinové cvičenia jógy v prestávkach medzi behmi ako príjemné uvoľnenie a podpora vnútornej rovnováhy,“ priblížili organizátori.

Hlavným posolstvom podujatia je zvýšiť povedomie o rakovine prsníka a motivovať ženy k pravidelnému samovyšetreniu prsníkov a účasti na mamografickom skríningu OnkoKontrola. „Každoročne na Slovensku pribudne viac ako 3000 nových prípadov karcinómu prsníka, pričom jeho výskyt stúpa najmä u žien od 50 rokov. Ide o aktívne ženy, ktoré by chorobu vôbec nečakali. Prevencia preto musí začať včas – najmä u tých, ktoré sa nepovažujú za ohrozené,“ apelovala Kormanová.

Súčasťou podujatia budú aj sprievodné aktivity. Účastníci si môžu na stanovištiach patientskych organizácií vyskúšať samovyšetrenie na prsníkovom fantóme či získať edukačné materiály. Zdravotné poisťovne zase záujemcom poskytnú bezplatné preventívne merania. Návštevníci sa tiež budú môcť poradiť s odborníkmi o výžive, pohybe a zdravšom životnom štýle, ktoré zohrávajú dôležitú úlohu v prevencii onkologických ochorení aj v udržiavaní celkovej vitality.

Beh pre zdravé prsia je súčasťou celoeurópskej akcie prevencie karcinómu prsníka Europa Donna – Breast Health Day 2025. Podujatie sa koná pod záštitou ministerstva zdravotníctva, Národného onkologického inštitútu, primátora Bratislavy a predsedu Bratislavského samosprávneho kraja. Výťažok z neho pôjde na psychologickú a sociálnu pomoc novodiagnostikovaným pacientkam.

Viac o téme:beh, podujatie, prevencia, prsia, rakovina [späť](#)

<https://bratislava.zoznam.sk/podujatie-beh-pre-zdrave-prsia-chce-zvysit-povedomie-o-rakovine-prsnika/>

### [Zdravie: Podujatie Beh pre zdravé prsia chce zvýšiť povedomie o rakovine prsníka - Lekari.sk](#)

**ZDROJ:** [lekari.sk](#)

Dátum vydania: 17. 5. 2025, Autor: TASR, Rubrika: Denné správy, Periodicita: Denne

AVE: 103 €, GRP: 0,03, OTS: 1 371, Mesačná návštevnosť: 34 528, Celková návštevnosť: 61 270, Reálni užívatelia: 1 371, Reálni užívatelia za mesiac: 42 500

Bratislava 17. mája (TASR) - Osvetové podujatie Beh pre zdravé prsia po ôsmy raz pomáha zvyšovať povedomie o rakovine prsníka a pripomína dôležitosť prevencie. Koná sa v sobotu na bratislavskej Železnej studničke. Stoja za ním občianske združenie Amazonky a patientska organizácia Ružová stužka.

„Teší nás, že každým rokom pribúdajú noví účastníci - mladí, starší, celé rodiny aj ženy po onkologickej liečbe. Ľudia, ktorým záleží na zdraví, chcú podporiť dobrú vec a byť súčasťou niečoho zmysluplného,“ skonštatovala predsedníčka OZ Amazonky Dominika Kormanová. Pre bežcov sú pripravené viaceré trate - beh na päť kilometrov, nordic walking na tri kilometre, chôdza 500 metrov a detský beh. „Beží sa individuálne od 9. h do 13.30 h alebo v hromadných štartoch o 9.15 h a 10.15 h. Novinkou programu sú skupinové cvičenia jógy v prestávkach medzi behmi ako príjemné uvoľnenie a podpora vnútornej rovnováhy,“ priblížili organizátori.

Hlavným posolstvom podujatia je zvýšiť povedomie o rakovine prsníka a motivovať ženy k pravidelnému samovyšetreniu prsníkov a účasti na mamografickom skríningu OnkoKontrola. „Každoročne na Slovensku pribudne viac ako 3000 nových prípadov karcinómu prsníka, pričom jeho výskyt stúpa najmä u žien od 50 rokov. Ide o aktívne ženy, ktoré by chorobu vôbec nečakali. Prevencia preto musí začať včas - najmä u tých, ktoré sa nepovažujú za ohrozené,“ apelovala Kormanová. Súčasťou podujatia budú aj sprievodné aktivity. Účastníci si môžu na stanovištiach patientskych organizácií vyskúšať samovyšetrenie na prsníkovom fantóme či získať edukačné materiály. Zdravotné poisťovne zase záujemcom poskytnú bezplatné preventívne merania. Návštevníci sa tiež budú môcť poradiť s odborníkmi o výžive, pohybe a zdravšom životnom štýle, ktoré zohrávajú dôležitú úlohu v prevencii onkologických ochorení aj v udržiavaní celkovej vitality. Beh pre zdravé prsia je súčasťou celoeurópskej akcie prevencie karcinómu prsníka Europa Donna - Breast Health Day 2025. Podujatie sa koná pod záštitou ministerstva zdravotníctva, Národného onkologického inštitútu, primátora Bratislavy a predsedu Bratislavského samosprávneho kraja. Výťažok z neho pôjde na psychologickú a sociálnu pomoc novodiagnostikovaným pacientkam.

[späť](#)

<https://www.lekari.sk/denna-sprava/Zdravie-Podujatie-Beh-pre-zdrave-prsia-chce-zvysit-povedomie-o-rakovine-prsnika-62180.html>

### [Tlačová agentúra Slovenskej republiky - TASR.sk](#)

[Zdravie: Podujatie Beh pre zdravé prsia chce zvýšiť povedomie o rakovine prsníka](#)

**ZDROJ:** [tasr.sk](#)

Dátum vydania: 17. 5. 2025, Autor: TASR, Periodicita: Denne, Operátor: Tlačová agentúra Slovenskej republiky

AVE: 205 €, GRP: 0,1, OTS: 4 817, Mesačná návštevnosť: 52 324, Celková návštevnosť: 176 350, Reálni užívatelia: 4 817, Reálni užívatelia za mesiac: 149 324

Bratislava 17. mája (TASR) - Osvetové podujatie Beh pre zdravé prsia po ôsmy raz pomáha zvyšovať povedomie o rakovine prsníka a pripomína dôležitosť prevencie. Koná sa v sobotu na bratislavskej Železnej studničke. Stoja za ním občianske združenie Amazonky a patientska organizácia Ružová stužka.

„Teší nás, že každým rokom pribúdajú noví účastníci - mladí, starší, celé rodiny aj ženy po onkologickej liečbe. Ľudia, ktorým záleží na zdraví, chcú podporiť dobrú vec a byť súčasťou niečoho zmysluplného,“ skonštatovala predsedníčka OZ Amazonky Dominika Kormanová. Pre bežcov sú pripravené viaceré trate - beh na päť kilometrov, nordic walking na tri kilometre, chôdza 500 metrov a detský beh. „Beží sa individuálne od 9. h do 13.30 h alebo v hromadných štartoch o 9.15 h a 10.15 h. Novinkou programu sú skupinové cvičenia jógy v prestávkach medzi behmi ako príjemné uvoľnenie a podpora vnútornej rovnováhy,“ priblížili organizátori.

Hlavným poslanstvom podujatia je zvýšiť povedomie o rakovine prsníka a motivovať ženy k pravidelnému samovyšetreniu prsníkov a účasti na mamografickom skríningu OnkoKontrola. „Každoročne na Slovensku pribudne viac ako 3000 nových prípadov karcinómu prsníka, pričom jeho výskyt stúpa najmä u žien od 50 rokov. Ide o aktívne ženy, ktoré by chorobu vôbec nečakali. Prevencia preto musí začať včas - najmä u tých, ktoré sa nepovažujú za ohrozené,“ apelovala Kormanová. Súčasťou podujatia budú aj sprievodné aktivity. Účastníci si môžu na stanovištiach patientskych organizácií vyskúšať samovyšetrenie na prsníkovom fantóme či získať edukačné materiály. Zdravotné poisťovne zase záujemcom poskytnú bezplatné preventívne merania. Návštevníci sa tiež budú môcť poradiť s odborníkmi o výžive, pohybe a zdravšom životnom štýle, ktoré zohrávajú dôležitú úlohu v prevencii onkologických ochorení aj v udržiavaní celkovej vitality. Beh pre zdravé prsia je súčasťou celoeurópskej akcie prevencie karcinómu prsníka Europa Donna - Breast Health Day 2025. Podujatie sa koná pod záštitou ministerstva zdravotníctva, Národného onkologického inštitútu, primátora Bratislavy a predsedu Bratislavského samosprávneho kraja. Výťažok z neho pôjde na psychologickú a sociálnu pomoc novodiagnostikovaným pacientkam.

[späť](#)

<https://www.tasr.sk/tasr-clanok/TASR:202505170000042>

## [Na Železnej studničke sa koná Beh pre zdravé prsia, chce zvýšiť povedomie o rakovine prsníka | Život v meste | Bratislavské noviny](#)

**ZDROJ:** [bratislavskenoviny.sk](http://bratislavskenoviny.sk)

Dátum vydania: 17. 5. 2025, Rubrika: ZDRAVIE A ŽIVOTNÝ ŠTÝL, Periodicita: Denne

AVE: 267 €, GRP: 0,34, OTS: 15 615, Mesačná návštevnosť: 305 067, Celková návštevnosť: 1 102 763, Reálni užívatelia: 15 615, Reálni užívatelia za mesiac: 484 077

Zdroj: OZ Amazonky Osvetové podujatie Beh pre zdravé prsia po ôsmy raz pomáha zvyšovať povedomie o rakovine prsníka a pripomína dôležitosť prevencie. Koná sa v sobotu na bratislavskej Železnej studničke. Stoja za ním občianske združenie Amazonky a patientska organizácia Ružová stužka. „Teší nás, že každým rokom pribúdajú noví účastníci - mladí, starší, celé rodiny aj ženy po onkologickej liečbe. Ľudia, ktorým záleží na zdraví, chcú podporiť dobrú vec a byť súčasťou niečoho zmysluplného,“ skonštatovala predsedníčka OZ Amazonky Dominika Kormanová. Pre bežcov sú pripravené viaceré trate - beh na päť kilometrov, nordic walking na tri kilometre, chôdza 500 metrov a detský beh. „Beží sa individuálne od 9. h do 13.30 h alebo v hromadných štartoch o 9.15 h a 10.15 h. Novinkou programu sú skupinové cvičenia jógy v prestávkach medzi behmi ako príjemné uvoľnenie a podpora vnútornej rovnováhy,“ priblížili organizátori. Hlavným poslanstvom podujatia je zvýšiť povedomie o rakovine prsníka a motivovať ženy k pravidelnému samovyšetreniu prsníkov a účasti na mamografickom skríningu OnkoKontrola. „Každoročne na Slovensku pribudne viac ako 3000 nových prípadov karcinómu prsníka, pričom jeho výskyt stúpa najmä u žien od 50 rokov. Ide o aktívne ženy, ktoré by chorobu vôbec nečakali. Prevencia preto musí začať včas - najmä u tých, ktoré sa nepovažujú za ohrozené,“ apelovala Kormanová. Súčasťou podujatia budú aj sprievodné aktivity. Účastníci si môžu na stanovištiach patientskych organizácií vyskúšať samovyšetrenie na prsníkovom fantóme či získať edukačné materiály. Zdravotné poisťovne zase záujemcom poskytnú bezplatné preventívne merania. Návštevníci sa tiež budú môcť poradiť s odborníkmi o výžive, pohybe a zdravšom životnom štýle, ktoré zohrávajú dôležitú úlohu v prevencii onkologických ochorení aj v udržiavaní celkovej vitality. Beh pre zdravé prsia je súčasťou celoeurópskej akcie prevencie karcinómu prsníka Europa Donna - Breast Health Day 2025. Podujatie sa koná pod záštitou ministerstva zdravotníctva, Národného onkologického inštitútu, primátora Bratislavy a predsedu Bratislavského samosprávneho kraja. Výťažok z neho pôjde na psychologickú a sociálnu pomoc novodiagnostikovaným pacientkam. (TASR)

[späť](#)

<https://www.bratislavskenoviny.sk/zdravie-a-zivotny-styl/84560-na-zeleznej-studnicke-sa-kona-beh-pre-zdrave-prsia-chce-zvysit-povedomie-o-rakovine-prsnika>

## [Podujatie Beh pre zdravé prsia chce zvýšiť povedomie o rakovine prsníka | Bleskovky.sk](#)

**ZDROJ:** [bleskovky.zoznam.sk](http://bleskovky.zoznam.sk)

Dátum vydania: 17. 5. 2025, Autor: Zoznam.sk, Rubrika: Bleskovky, Periodicita: Denne

AVE: 884 €, GRP: 1,78, OTS: 81 716, Mesačná návštevnosť: 466 955, Celková návštevnosť: 1 865 603, Reálni užívatelia: 81 716, Reálni užívatelia za mesiac: 272 385

Osvetové podujatie Beh pre zdravé prsia po ôsmy raz pomáha zvyšovať povedomie o rakovine prsníka a pripomína dôležitosť prevencie. Koná sa v sobotu na bratislavskej Železnej studničke. Stoja za ním občianske združenie Amazonky a patientska organizácia Ružová stužka.

„Teší nás, že každým rokom pribúdajú noví účastníci - mladí, starší, celé rodiny aj ženy po onkologickej liečbe. Ľudia, ktorým záleží na zdraví, chcú podporiť dobrú vec a byť súčasťou niečoho zmysluplného,“ skonštatovala predsedníčka OZ Amazonky Dominika Kormanová. Pre bežcov sú pripravené viaceré trate - beh na päť kilometrov, nordic walking na tri kilometre, chôdza 500 metrov a detský beh. „Beží sa individuálne od 9. h do 13.30 h alebo v hromadných štartoch o 9.15 h a 10.15 h. Novinkou programu sú skupinové cvičenia jógy v prestávkach medzi behmi ako príjemné uvoľnenie a podpora vnútornej rovnováhy,“ priblížili organizátori. Hlavným poslanstvom podujatia je zvýšiť povedomie o rakovine prsníka a motivovať ženy k pravidelnému samovyšetreniu prsníkov a účasti na mamografickom skríningu OnkoKontrola. „Každoročne na Slovensku pribudne viac ako 3000 nových prípadov karcinómu prsníka, pričom jeho výskyt stúpa najmä u žien od 50 rokov. Ide o aktívne ženy, ktoré by chorobu vôbec nečakali. Prevencia preto musí začať včas - najmä u tých, ktoré sa nepovažujú za ohrozené,“ apelovala Kormanová. Súčasťou podujatia budú aj sprievodné aktivity. Účastníci si môžu na stanovištiach patientskych organizácií vyskúšať samovyšetrenie na prsníkovom fantóme či získať edukačné materiály. Zdravotné poisťovne zase záujemcom poskytnú bezplatné preventívne merania. Návštevníci sa tiež budú môcť poradiť s odborníkmi o výžive, pohybe a zdravšom životnom štýle, ktoré zohrávajú dôležitú úlohu v prevencii onkologických ochorení aj v udržiavaní celkovej vitality. Beh pre zdravé prsia je súčasťou celoeurópskej akcie prevencie karcinómu prsníka Europa Donna - Breast Health Day 2025. Podujatie sa koná pod záštitou ministerstva zdravotníctva, Národného onkologického inštitútu, primátora Bratislavy a predsedu Bratislavského samosprávneho kraja. Výťažok z neho pôjde na psychologickú a sociálnu pomoc novodiagnostikovaným pacientkam.

AUTOR: ©Zoznam / ZDROJ: TASR

[späť](#)

<https://bleskovky.zoznam.sk/cl/1005001/3044881/Podujatie-beh-pre-zdrave-prsia-chce-zvysit-povedomie-o-rakovine-prsnika>

## [Podujatie Beh pre zdravé prsia chce zvýšiť povedomie o rakovine prsníka](#)

**ZDROJ: [hlavnespravy.sk](#)**

Dátum vydania: 17. 5. 2025, Rubrika: Regióny 0, Periodicita: Denne

AVE: 1 028 €, GRP: 2,18, OTS: 100 174, Mesačná návštevnosť: 8 510 719, Celková návštevnosť: 4 030 000, Reálni užívatelia: 100 174, Reálni užívatelia za mesiac: 3 105 390

Osvetové podujatie Beh pre zdravé prsia po ôsmy raz pomáha zvyšovať povedomie o rakovine prsníka a pripomína dôležitosť prevencie. Koná sa v sobotu na bratislavskej Železnej studničke. Stoja za ním občianske združenie Amazonky a patientska organizácia Ružová stužka

„Teší nás, že každým rokom pribúdajú noví účastníci – mladí, starší, celé rodiny aj ženy po onkologickej liečbe. Ľudia, ktorým záleží na zdraví, chcú podporiť dobrú vec a byť súčasťou niečoho zmysluplného,“ skonštatovala predsedníčka OZ Amazonky Dominika Kormanová.

Pre bežcov sú pripravené viaceré trate – beh na päť kilometrov, nordic walking na tri kilometre, chôdza 500 metrov a detský beh. „Beží sa individuálne od 9. h do 13.30 h alebo v hromadných štartoch o 9.15 h a 10.15 h. Novinkou programu sú skupinové cvičenia jógy v prestávkach medzi behmi ako príjemné uvoľnenie a podpora vnútornej rovnováhy,“ priblížili organizátori.

Hlavným poslanstvom podujatia je zvýšiť povedomie o rakovine prsníka a motivovať ženy k pravidelnému samovyšetreniu prsníkov a účasti na mamografickom skríningu OnkoKontrola. „Každoročne na Slovensku pribudne viac ako 3000 nových prípadov karcinómu prsníka, pričom jeho výskyt stúpa najmä u žien od 50 rokov. Ide o aktívne ženy, ktoré by chorobu vôbec nečakali. Prevencia preto musí začať včas – najmä u tých, ktoré sa nepovažujú za ohrozené,“ apelovala Kormanová. Súčasťou podujatia budú aj sprievodné aktivity. Účastníci si môžu na stanovištiach patientskych organizácií vyskúšať samovyšetrenie na prsníkovom fantóme či získať edukačné materiály. Zdravotné poisťovne zase záujemcom poskytnú bezplatné preventívne merania. Návštevníci sa tiež budú môcť poradiť s odborníkmi o výžive, pohybe a zdravšom životnom štýle, ktoré zohrávajú dôležitú úlohu v prevencii onkologických ochorení aj v udržiavaní celkovej vitality.

Beh pre zdravé prsia je súčasťou celoeurópskej akcie prevencie karcinómu prsníka Europa Donna – Breast Health Day 2025. Podujatie sa koná pod záštitou ministerstva zdravotníctva, Národného onkologického inštitútu, primátora Bratislavy a predsedu Bratislavského samosprávneho kraja. Výťažok z neho pôjde na psychologickú a sociálnu pomoc novodiagnostikovaným pacientkam.

[späť](#)

<https://www.hlavnespravy.sk/podujatie-beh-pre-zdrave-prsia-chce-zvysit-povedomie-o-rakovine-prsnika/3931308>

## [Beh pre zdravé prsia: Dominika Kormanová mení životy žien a inšpiruje k prevencii | Rádio Melody](#)

ZDROJ: [radiomelody.sk](http://radiomelody.sk)

Dátum vydania: 16. 5. 2025, Periodicita: Denne

AVE: 698 €, GRP: 0,25, OTS: 11 475, Celková návštevnosť: 97 100, Reálni užívatelia: 11 475, Reálni užívatelia za mesiac: 38 250

Online, Dátum vydania: 16. 5. 2025 7:33, Dátum importu: 16. 5. 2025 7:44, Zdroj: [radiomelody.sk](http://radiomelody.sk), Periodicita: Denne, Operátor: D.EXPRES k.s., Krajina zdroja: SK, AVE: 698 €, GRP: 0,25, OTS: 11 475, Celková návštevnosť: 97 100, Reálni užívatelia: 11 475, Reálni užívatelia za mesiac: 38 250

Tento víkend sa v Bratislave uskutoční podujatie, ktoré nie je len o behaní, ale predovšetkým o zdraví, sile a odvahe. V sobotu na Železnej studničke odštartuje Beh pre zdravé prsia, ktorý organizuje občianske združenie Amazonky.

Za touto udalosťou stojí Dominika Kormanová, žena, ktorá vo veku 32 rokov objavila pri samovyšetrení v sprche hrčku na prsníku. Nádor sa podarilo zachytiť včas, a tak Dominike samovyšetrenie doslova zachránilo život. Práve preto sa dnes venuje osvete a podpore žien, ktoré si prechádzajú podobnou diagnózou.

OZ Amazonky vytvára komunitu, kde sa ženy necítia samy. Poskytujú podporu, informácie, organizujú stretnutia, terapie aj prednášky. Ich cieľom je motivovať ženy k prevencii a dodať im silu bojovať.

Podujatie Beh pre zdravé prsia je určené pre každého – mužov, ženy, deti aj celé rodiny. Nejde o výkon, ale o solidaritu a podporu. Každý krok na trati bude patriť nielen tým, ktorí si chorobou prechádzajú, ale aj tým, ktorých sme stratili.

Dominika bola aj hosťom v našom štúdiu, kde otvorene prehovorila o svojej ceste, sile samovyšetrenia, ale aj o tom, ako sa z šoku stala misia. Jej energia a odhodlanie dokážu, že každá žena môže byť Amazonkou.

[späť](#)

<https://www.radiomelody.sk/23919/beh-pre-zdrave-prsia-dominika-kormanova-meni-zivoty-zien-a-inspiruje-k-prevencii/>

## Televízia 2

### Prevencia rakoviny prsníka

RTVS 24 – Ranné správy

Hosť relácie: Alena Kallayová, Dominika Kormanová

Dátum vydania: 16. 5. 2025

#### Jana Košíková, moderátorka

Na Slovensku ročne ochorie na rakovinu prsníka viac ako 3000 žien. Cieľom podujatia Beh pre zdravé prsia, je nielen podporiť boj proti rakovine, ale upozorniť aj na potrebu zdravého životného štýlu a včasnej prevencie. Viac si povieme s našimi hosťkami, v štúdiu vítam rádiologičku Alenu Kállayovú a zároveň predsedníčku občianskeho združenia Amazonky Dominiku Kormanovú. Dobré ráno, dámy, vitajte. **Dominika Kormanová, predsedníčka OZ Amazonky**  
Dobré ráno.

#### Alena Kallayová, rádiologička, konzultantka NOI pre skrining rakoviny prsníka

Dobré ráno.

#### Jana Košíková, moderátorka

Pani Kormanová, začnem s vami. Tento víkend sa teda koná Beh za zdravé prsia, môžete nám povedať, čo je jeho cieľom, prečo chcete osloviť verejnosť a také zaujímavosti o tomto behu.

#### Dominika Kormanová, predsedníčka OZ Amazonky

Tento rok sa koná už 8. ročník tohto veľmi príjemného a pekného podujatia. Ide o také gesto solidarity so ženami, ktoré prechádzajú rakovinou prsníka alebo už sú vyliečené a majú to za sebou. Toto podujatie je pre všetkých, pre ženy, ktoré si tou chorobou prechádzajú, pre rodinných príslušníkov, pre našich priateľov, pre odborníkov, pre deti. Cieľom je naozaj poukázať na to, že včasná prevencia naozaj dokáže zachrániť život.

#### Jana Košíková, moderátorka

Pani doktorka, zároveň však prichádzajú správy o rušení sonografie v niektorých zdravotníckych zariadeniach, čo vyvolalo obavy. Čo to znamená z pohľadu včasnej diagnostiky a prevencie?

### **Alena Kallayová, rádiologička, konzultantka NOI pre skrining rakoviny prsníka**

Sonografia prsníkov sa neosvedčila ako preventívna metóda. To znamená, že 20 rokov sme to skúšali, verili sme, že sa dostavia žiaduce výsledky, nedostavili sa. To znamená, že ultrazvuk v intervale dvoch rokov mladej žene nepomôže nájsť onkologické ochorenie vo včasnom štádiu, väčšina prípadov onkologických ochorení u mladých žien si zistili ženy samé tým, keď robili samovyšetrenie, nahmatali hrčku a tá, keď sa riešila, tak sa ukázalo, či je to závažná zmena alebo nie. Čiže logicky, keďže je to zastaralý systém, je to overené aj vo svete, že tieto preventívne systémy, ak boli aj vôbec spustené, tak sa ukončili, tak sme poslední, ktorí teda ešte takýto systém majú a končia ho. Ale je efektívne nahradený samovyšetrením, keď sa žena sprchuje, robí si pravidelne samovyšetrenie prsníkov, tak si vie veľmi skoro zistiť zmenu a pokiaľ má ten otvorený prístup k tejto problematike, že vyhľadá lekára hneď, tak v podstate sama vie veľmi rýchlo v rámci diagnostiky, či sa jedná o závažnú zmenu alebo nezávažnú zmenu a môže si zachrániť zdravie, život.

### **Jana Košíková, moderátorka**

Ako sú takéto verejné podujatia, ako Beh pre zdravé prsia spojené s prevenciou prsníka? Prečo je osвета v tejto oblasti také dôležitá?

### **Dominika Kormanová, predsedníčka OZ Amazonky**

My sa to snažíme celý ten beh koncipovať tak, že naozaj sa rozprávame o prsníkoch a o zdravom životnom štýle. Spájame tam možno také patientske príbehy s verejnosťou, chceme ukázať, že pacientky s rakovinou prsníka, ktoré si prešli touto diagnózou a boli včas podchytené, tak vedľa sa vrátiť, naozaj, do plnohodnotného života. Na podujatí budú samotné pacientky aj bežať a je to naozaj ukážka toho, že tá prevencia a tá starostlivosť o naše vlastné zdravie je veľmi, veľmi kľúčová. Takže na tomto podujatí naozaj budeme spájať pacientky s verejnosťou a budeme poukazovať na to, že tá včasná diagnostika je naozaj kľúčová, čo sa týka následnej prognózy aj celkovej liečby.

### **Jana Košíková, moderátorka**

Pani doktorka, skúste nám vysvetliť, aký je rozdiel medzi samovyšetrením, sonografiou, mamografiou a pre koho je čo v akom veku vhodné.

### **Alena Kallayová, rádiologička, konzultantka NOI pre skrining rakoviny prsníka**

Ono je to tak, mladé ženy majú relatívne nízke to riziko, riziko vzniku rakoviny prsníka a pokiaľ si robia samovyšetrenie, tak zmenu vedľa zistiť veľmi skoro, čiže aj v priebehu toho mesiaca, čo je veľmi žiaduce. Existuje riziková skupina žien, ktoré majú dedične podmienené onkologické ochorenie a tieto majú inú starostlivosť, ako len samovyšetrenie. To znamená, je to nastavené tak, že ide táto žena, ktorá má v rodine viac ako dve onkologické ochorenia prsníka v rodine, tak vyhľadá genetickú poradňu, ide na genetickú konzultáciu a dostane odporúčaný systém preventívnych kontrol, ktorý je úplne iný ako len ultrazvuk raz za dva roky a sa tam striedajú rôzne vyšetrenia, ktoré vedľa potom odhaliť včasné štádium. Ale populácia, ktorá nemá vysoké riziko, ozaj stačí samovyšetrenie a prísť so zmenou a vyhľadať pomoc. Ženy, ktoré majú vekom podmienené riziko, to sú ženy, ktoré, kde riziko narastá už od tých 45 rokov, okolo päťdesiatky dramaticky rastie a vekom zase rastie, preto tie majú skrining. A v rámci skriningu je špeciálna vyhľadávacia metóda, skriningová mamografia, ktorá vie skriningovo vyhľadať rakovinu o 3-5 rokov skôr, ako si ju žena nahmatá. Čiže má si žena robiť samovyšetrenie aj v neskoršom veku, ale tá mamografia, pokiaľ ju využíva pravidelne každé dva roky, na čo má nárok, tak vie odhaliť rakovinu v mimoriadne malom, včasnom štádiu. Dokazuje nám to skrining, ktorý máme na Slovensku, máme 26 pracovísk, ktoré robí skriningovú mamografiu, lekári sú vysoko vzdelaní, kvalitní odborníci, ktorí vedľa rýchlo postaviť diagnózu a vedľa žene aj poradiť, že čo s tou zmenou v prsníku, ktorú oni zistili, čo je rozumné urobiť. Za minulý rok, môžeme povedať, že sme odhalili 300 prípadov onkologických ochorení u žien, ktoré vyhľadali túto pomoc a väčšina z nich je vo veľmi včasnom štádiu alebo dokonca v takom tom nulovom štádiu, čiže len na tom mieste sa začali niektoré bunky meniť alebo v prvom štádiu, kedy nemetastazujú. Samozrejme, to znamená, malý operačný výkon, nepotrebnú chemoterapiu a tieto ženy sa veľmi skoro a bez závažných operačných alebo liečebných procedúr vedľa vrátiť do života. Nebudú mať skrátenejší život, čiže toto ich nezabije a ďalšia vec, budú mať roky kvalitného života, čiže nezhorší sa im kvalita života. Ale pokiaľ žena nerobí samovyšetrenie, nevyužíva preventívny systém, bohužiaľ, takých máme vyše 80 % na Slovensku, málo žien nám chodí na skrining, u tých nevieme odhaliť tie onkologické ochorenia, ktoré sa o nich pravidelne každý rok zhruba vieme, že u tých 5 žien z tisícok vieme odhaliť včasné štádium rakoviny. Pokiaľ tá žena nepríde na ten skrining, nevieme ho odhaliť. Čiže ona ho určite zistí v určitej fáze, keď už tá rakovina narastie, len je otázka, ak nerobí ani samovyšetrenie, tak potom chodí v neskorých štádiách metastatických, ktoré potrebujú aj náročnú ťažkú liečbu. Každéj žene to patrí, samozrejme, aj tá liečba, ale je omnoho lepšie, keď využije už ten existujúci skriningový systém tak, aby si to zdravie uchránila a mala z neho ten najväčší profit. Aj nás to teší, keď robíme takúto prácu a môžeme to tej žene, by som povedala, poskytnúť.

### **Jana Košíková, moderátorka**

Pani Kormanová, vy vo vašom tíme máte ženy, ktoré si sami prešli liečbou. Ako ich príbeh pomáha iným ženám, ktoré sa práve dozvedeli tú svoju diagnózu?

### **Dominika Kormanová, predsedníčka OZ Amazonky**

V našom občianskom združení Amazonky sme všetky bývalé pacientky alebo ženy, ktoré si rakovinou prsníka prechádzajú. Je to také čarovné spojenie, aj keď je to také smutné stretnutie, ale je najsilnejší pocit a veľká podpora, keď žena, ktorá si

prechádza touto chorobou, stretne inú ženu, ktorá ten pocit pozná a tú podporu, ktorú si medzi sebou vzájomne dávame, tak naozaj sa bavíme najmä o takom tom pocite, že nie je v tom sama. Rovnako aj ja, keď som bola diagnostikovaná, a tu môžem aj nadviazať na pani doktorku, ja som bola diagnostikovaná, keď som mala 32 rokov, čiže som mala pocit, že tá choroba sa ma vôbec nemôže týkať a pri samovyšetrení som si tu hrčku nahmatala, ale možnože aj nadviažem, že rakovina prsníka sa neukáže vždy len cez hrčku, je veľmi dôležité, aby si žena tie svoje prsníky poznala, čiže aby ich sledovala naozaj aj zrakom, lebo tá rakovina prsníka sa môže ukázať napr. aj vtiahnutou bradovkou, pomarančovou kožou, vystúpenou žilou. Ale keď sa vrátim teda k tomu môjmu príbehu, tak keď som si nahmatala hrčku a prišlo to obdobie liečby a kolotoč všetkých tých návštev u lekárov, tak som sa cítila veľmi sama a mala som pocit, že som asi jediná na svete tridsaťročná, ktorá si prichádza rakovinou prsníka a bála som sa vôbec, že sa dožijem ďalšieho ročného obdobia. A spoznala som ženy v občianskom združení Amazonky, stretla som sa s nimi a zrazu prišla obrovská vlna nádeje. Zrazu som stretla ženy, ktoré sú možno niekoľko rokov po diagnóze a žijú a častokrát aj plnohodnotný život a bolo to pre mňa obrovskou motiváciou. Takže tá pomoc v našom združení je najmä o tom, že tie ženy sa necítia samé.

### **Jana Košíková, moderátorka**

A to bude moja záverečná otázka, ak by chcel niekto z verejnosti pomôcť, či už finančne, formou dobrovoľníctva, chcel byť proste pomôcť, ako sa môže zapojiť?

### **Dominika Kormanová, predsedníčka OZ Amazonky**

Budeme veľmi vďačné, ak prídu nás podporiť práve na takéto osvetové podujatia, ako je Beh pre zdravé prsia, ktorý sa už uskutoční zajtra v Bratislave. Ale je to, samozrejme, pomoc aj cez 2 percentá alebo najmä tým, že ľudia medzi sebou šíria tú správu, že tá starostlivosť o vlastné zdravie je, naozaj, kľúčová.

### **Alena Kallayová, rádiologička, konzultantka NOI pre skrining rakoviny prsníka**

Ja by som dala ten odkaz, že ženy, starajte sa o svoje zdravie, robte samovyšetrenie, využívajte, čo vám štát bezplatne ponúka a majte zdravý prístup. A ak je nejaký problém, riešiť ho. Nebáť sa ho, neunikáť, nestrkať hlavu do piesku, ale žiť život, nebáť sa a zabojovať, lebo stojí to za to.

### **Jana Košíková, moderátorka**

Týmito slovami končíme. Dámy, ja vám v tejto chvíli veľmi pekne ďakujem za rozhovor, verím, že sme aj vašimi slovami, mnoho žien nakopli, aby išli, naozaj, na tie preventívne prehliadky. Prajem vám príjemný deň.

### **Alena Kallayová, rádiologička, konzultantka NOI pre skrining rakoviny prsníka**

Ďakujeme veľmi pekne ďakujem.

### **Dominika Kormanová, predsedníčka OZ Amazonky**

Ďakujeme. [späť](#)

## **Beh pre zdravé prsia**

TV JOJ – Noviny o 12

Host' relácie: Alena Kallayová

Dátum vydania: 9. 5. 2025

### **Mária Ölvedyová, moderátorka**

Každý rok ochorie na rakovinu prsníka viac ako 3000 žien. Takmer 1000 žien každý rok zomrie. Mnohé z nich žiaľ zbytočne, pretože k onkológovi sa dostanú príliš neskoro. Kľúčom k záchrane sú pravidelné preventívky. Mnohé ženy to však stále zanedbávajú a práve na to upozorňuje každoročný Beh pre zdravé prsia.

### **Ivan Janda, moderátor**

V štúdiu je doktorka Alena Kállayová, predsedníčka Ružovej stužky, vitajte.

### **MUDr. Alena KÁLLAYOVÁ, predsedníčka Ružovej stužky n.f.**

Ďakujem. Pekný deň.

### **Ivan Janda, moderátor**

Treba povedať, že pre priaznivcov zdravého životného štýlu je to 1 z najpopulárnejších behov v Bratislave. Bude teraz 17. mája, ale nie je to z vášho pohľadu len o tom behu a o životnom štýle?

### **MUDr. Alena KÁLLAYOVÁ, predsedníčka Ružovej stužky n.f.**

Jednoznačne. Je to aj o podpore všetkých žien, ktoré buď prekonali onkologické ochorenie alebo ho prekonávajú a je to taký odkaz, aby nabrali silu a energiu a vedeli, že na ne myslíme a chceme im najlepšie.

**Ivan Janda, moderátor**

Pani doktorka, je to taká, že špeciálna ženská akcia alebo sa tam nájdú aj muži?

**MUDr. Alena KÁLLAYOVÁ, predsedníčka Ružovej stužky n.f.**

Jednoznačne chodia aj páni a majú záujem o to, ako robiť prevenciu, ako sa starať o zdravie a zároveň sa niektorí učia aj samovyšetrenie prsníkov.

**Ivan Janda, moderátor**

To, čo nám Mária povedala, to sú stále také, že strašidelné čísla. 3000 žien, ktoré ochorie každý rok. Nepovedali sme, že približne 300 tých úmrtí je zbytočných.

**MUDr. Alena KÁLLAYOVÁ, predsedníčka Ružovej stužky n.f.**

Je to pravda. Ak by naše ženy chodili na skriningové vyšetrenia mamografické, máme 26 preverených skriningových pracovísk tohto času na Slovensku, ktoré nemajú naplnenú kapacitu kompletne, ak by naše ženy chodili tak, ako majú, ak by bola účasť 70 %, zatiaľ je len okolo 30 %, tak reálne by tieto čísla boli omnoho omnoho nižšie.

**Ivan Janda, moderátor**

Čím si to vysvetľujete, že existuje dostupnosť, roky a roky vysvetľujete ženám, že je to kľúč k tomu, aby prípadne aj zvládli tú chorobu a napriek tomu ich prichádza...

**MUDr. Alena KÁLLAYOVÁ, predsedníčka Ružovej stužky n.f.**

Je za tým obrovský strach, ktorý ešte stále je v povedomí celej spoločnosti, ale je to historický moment. Je to nevedenie si, že celá technika a veda išla dopredu, tak isto aj medicína a ten pokrok je skutočne veľký a to, čo hovoríme, že chodíť na skrining pravidelne každé 2 roky, robiť si samovyšetrenie prsníkov, tie základné veci sa akosi v ženskom programe odsúvajú nabok. Nie sú dostatočne dôležité.

**Ivan Janda, moderátor**

Nemajú čas na to, venujú sa rodine, kariére, práci a takúto dôležitú vec odsúvajú.

**MUDr. Alena KÁLLAYOVÁ, predsedníčka Ružovej stužky n.f.**

Život v dnešnej dobe je hektický a je veľmi veľa podnetov a mám pocit, že na túto tému nehovoríme dosť často a dosť jasne a dosť opakovane, aby si žena uvedomila, že to je alebo môže byť aj o nej.

**Ivan Janda, moderátor**

To samovyšetrenie, máme tu figurínu, to je komplikovaná záležitosť alebo žena to zvládne? Skúste nám vysvetliť vlastne, o čo ide, aby sme aspoň prvý krok urobili.

**MUDr. Alena KÁLLAYOVÁ, predsedníčka Ružovej stužky n.f.**

Práve veľmi jednoduché, veľmi jednoduché. Pravidelne ženy, ktoré majú menštruáciu po menštruácii. Tie, ktoré nemajú, tak v určitom dátume. Pravidelne, najlepšie pri sprchovaní alebo teda pri kremovaní, pri kozmetických úkonoch. Vyšetrit' oblasť prsníka, kde sa myslí táto celá oblasť aj pod pazušku, aj kľúčnu kosť, aj druhú stranu. Vyšetrovať pravou rukou ľavý, prsník, ľavou rukou pravý prsník, aby prsko a prsný sval bol uvoľnený a malými krúživými pohybmi prehmatať, skontrolovať prsník s tým, že žena si pozná, aký je vlastne ten pohmat. Tu je hrčka a je vidno, že prsty akoby preskakovali cez tú oblasť. Čiže takýto pohmat je informácia o tom ísť k lekárovi, nezľaknúť sa, ale ísť k lekárovi.

**Ivan Janda, moderátor**

Toto by mala byť základná súčasť vlastne toho života ženy, tieto samovyšetrenia? Odkedy povedzme od akého veku?

**MUDr. Alena KÁLLAYOVÁ, predsedníčka Ružovej stužky n.f.**

V podstate odkedy tie prsníky narastú a sú už plnohodnotné v zmysle, že žena môže koiť, čiže od tých 20 rokov určite je to veľmi správne a teda donekonečna, pretože vekom okolo päťdesiatky výrazne sa zvyšuje riziko vzniku onkologické ochorenia a narastá s vekom, čiže aj tie staršie ženy by to nemali opomínať.

**Ivan Janda, moderátor**

Každá tá hrčka, ktorú žena nepozná, je signálom k tomu, aby okamžite vyhľadala lekára?

**MUDr. Alena KÁLLAYOVÁ, predsedníčka Ružovej stužky n.f.**

Jednoznačne, pretože pohmatom sa nedá zistiť, aká je to hrčka. Veľmi veľa tých hrčiek je nezávažných, ale to vie rozhodnúť len lekár. Vyšetrit' treba všetky.

**Ivan Janda, moderátor**

Čo všetko naučíte ženy ešte počas Behu pre zdravé prsia?

**MUDr. Alena KÁLLAYOVÁ, predsedníčka Ružovej stužky n.f.**

Tak zásadou tej správnej životospravy je nielen správne jesť, ale aj správne sa hýbať. To je jedna vec. A ponúkame teda beh, nielen beh, ale aj Nordic Walking, ponúkame aj beh pre ZŤP a beh pre deti a zároveň sú tam rôzne aktivity vzdelávacie, tzn. zdravotné poisťovne urobia prednášky o správnom čistení zubkov, napr. pre deti je tam taký program. Je tam program o skutočne poradenstvo životospráve, o dedičnosti rakoviny prsníka. Je tam genetická poradňa. Veľmi veľa informácií.

**Ivan Janda, moderátor**

Pre mňa strašne zaujímavé, že sú ženy, ktoré sa chodia podeliť s tými ďalšími, ktoré to prekonal, prekonal chorobu.

**MUDr. Alena KÁLLAYOVÁ, predsedníčka Ružovej stužky n.f.**

A to je vlastne aj ten odkaz pre celú spoločnosť, pre naše ženy s tým, že je onkologické ochorenie náročné a je náročné absolvovať tú liečbu, ale dá sa vyliečiť a teda čím skôr sa zistí to ochorenie, tak tým väčšia šanca, že s menšími liečebnými zákrokmi treba rátať. Pokiaľ žena príde s hrčkou do dvoch centimetrov, ktorá veľmi často nemá metastázy, tak stačí operácia a stačí zaisťovacia liečba bez toho, že by potrebovala chemoterapiu a toto chceme vysvetliť, že v podstate tým samovyšetrením napr. sa odhalí malá hrčka do tých zhruba dvoch centimetrov, čiže žena si vie zachrániť alebo ochrániť sa od náročnej liečby, ktorá je treba, pokiaľ sa náhodne nájde veľký nádor. Ale mamografia vie napr. odhalí tú hrčku ešte o 3-5 rokov skôr, ako si ju žena nahmatá, čiže dôležité je využívať všetko, čo život ponúka.

**Ivan Janda, moderátor**

Veľmi pekne ďakujem za informácie. Doktorka Alena Kállayová. Každá žena, ktorá má čas určite 17. mája.

**MUDr. Alena KÁLLAYOVÁ, predsedníčka Ružovej stužky n.f.**

Budeme sa veľmi tešiť.

**Ivan Janda, moderátor**

Ďakujeme. [späť](#)