

PIERSI POD KONTROLĄ

samobadanie piersi - to warto wiedzieć

- pamiętaj, nie **badasz się** po to by wykryć guza, lecz **aby upewnić się, że go nie ma**
- **badaj się** regularnie już **od 20 roku życia, co miesiąc, 2-3 dni po zakończeniu miesiączki**
- jeśli nie miesiączkujesz lub jesteś w ciąży, badaj się w wybranym dniu miesiąca np. pierwszego lub ostatniego dnia miesiąca
- **jeśli zauważysz jakąkolwiek zmianę** kształtu piersi, rozmiaru, wciągnięcie brodawki, wyciek z brodawki, zgrubienia, owrzodzenia lub inne zmiany, których wcześniej nie było, **zgłoś się do lekarza**
- pamiętaj, **nie każdy guzek jest rakiem, ale każdy wymaga konsultacji lekarskiej**
- nawet jeśli regularnie wykonujesz samobadanie piersi, **pamiętaj także o usg/mamografii**
- większość zmian w piersiach kobiety wykrywają podczas samobadania
- **wcześnie wykryty rak piersi jest uleczalny, a guz można usunąć zachowując pierś**