

15 октября

Центр
Общественного
Здоровья
и Медицинской профилактики
Пермский край



ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ

БОРЬБЫ С РАКОМ

МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

Самообследование молочных желез и подмышечной области важно выполнять всем женщинам ежемесячно, вне зависимости от возраста на 6 – 12 день менструального цикла



Осмотрите перед зеркалом форму груди и внешний вид кожи и сосков

15 октября

Центр
Общественного
Здоровья
и Медицинской профилактики
Пермский край

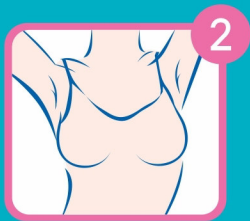


ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ

БОРЬБЫ С РАКОМ

МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

Самообследование молочных желез и подмышечной области важно выполнять всем женщинам ежемесячно, вне зависимости от возраста на 6 – 12 день менструального цикла



Поднимите руки вверх и осмотрите свою грудь, сначала спереди, затем с обеих сторон

15 октября

Центр
Общественного
Здоровья
и Медицинской профилактики
Пермский край



ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ

БОРЬБЫ С РАКОМ

МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

Самообследование молочных желез и подмышечной области важно выполнять всем женщинам ежемесячно, вне зависимости от возраста на 6 – 12 день менструального цикла



В положении стоя
надавите на грудь тремя
средними пальцами руки

15 октября

Центр
Общественного
Здоровья
и Медицинской профилактики
Пермский край



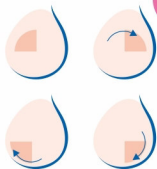
ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ

БОРЬБЫ С РАКОМ

МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

Самообследование молочных желез и подмышечной области важно выполнять всем женщинам ежемесячно, вне зависимости от возраста на 6 – 12 день менструального цикла

4



Начните с верхней внешней четверти - ткань здесь обычно более плотная - и далее продвигайтесь по часовой стрелке

15 октября

Центр
Общественного
Здоровья
и Медицинской профилактики
Пермский край



ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ

БОРЬБЫ С РАКОМ

МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

Самообследование молочных желез и подмышечной области важно выполнять всем женщинам ежемесячно, вне зависимости от возраста на 6 – 12 день менструального цикла



5

Затем сожмите каждый сосок по отдельности между большим и указательным пальцами, посмотрите, не выделяется ли жидкость

15 октября

Центр
Общественного
Здоровья
и Медицинской профилактики
Пермский край



ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ

БОРЬБЫ С РАКОМ

МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

Самообследование молочных желез и подмышечной области важно выполнять всем женщинам ежемесячно, вне зависимости от возраста на 6 – 12 день менструального цикла



Продолжите обследование в положении лежа - вновь по кругу, каждую четверть по порядку

15 октября

Центр
Общественного
Здоровья
и Медицинской профилактики
Пермский край



ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ

БОРЬБЫ С РАКОМ

МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

Самообследование молочных желез и подмышечной области важно выполнять всем женщинам ежемесячно, вне зависимости от возраста на 6 – 12 день менструального цикла



Убедитесь в отсутствии уплотнений (увеличения лимфоузлов) в области подмышек