

Pro více informací
kontaktujte naši
gynekologickou
ambulanci.



583 332 351

PÉČE O VLASTNÍ TĚLO JE ZNÁMKOU SEBEÚCTY.

NEBOJTE SE SAMA VYŠETŘOVAT!

Nemocnice Šumperk a.s.
Nerudova 640/41
787 01 Šumperk



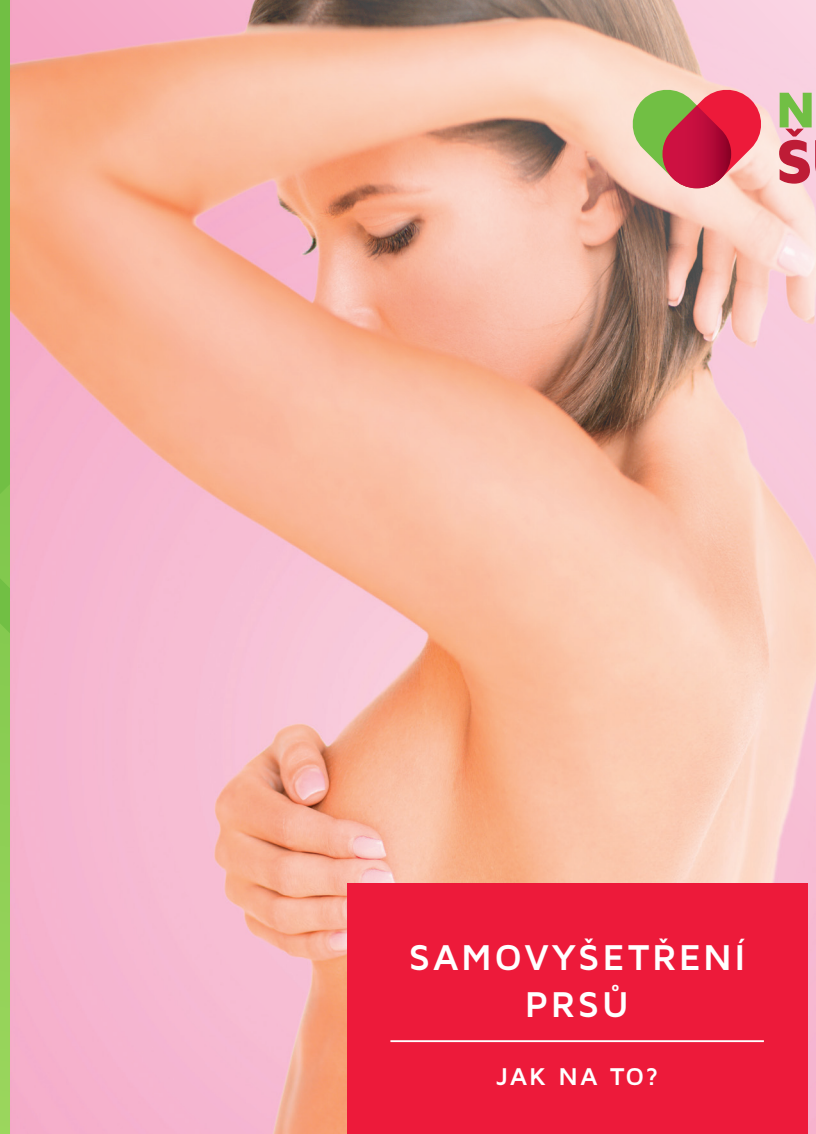
**NEMOCNICE
ŠUMPERK**

www.nemocnicesumperk.cz



**SAMOVYŠETŘENÍ
PRSŮ**

JAK NA TO?



Samovyšetření prsů

Rakovina prsu je jedním z nejčastějších zhoubných nádorů u žen. Každým rokem onemocní v České republice rakovinou prsu 6500 žen a 2000 na tuto nemoc zemře.

Samovyšetřením si může pacientka odhalit zhoubný nádor v méně pokročilém stadiu, a tím si významně zvýšit naději na úspěšnou léčbu.

Preventivní vyšetření u gynekologa by měla absolvovat každá žena alespoň jednou ročně. V rámci této prevence obvodní gynekolog odesílá ženy starší 45 let na mamografické vyšetření jednou za dva roky. Bohužel v tomto období mezi mamografickými vyšetřeními nejsou prsy ženy často vůbec vyšetřovány a kontrolovány. Nejvyšší výskyt rakoviny prsu je ve skupině žen kolem 65. roku. Ženy mladší věkové kategorie, těhotné a kojící ženy ovšem nejsou ve výskytu tohoto onemocnění výjimkou, a proto by si každá žena od 18 let měla prsy vyšetřovat sama.

Rizikové faktory:

Z rizikových faktorů jsou nejvýznamnější: vyšší věk, časný nástup menstruace, pozdní nebo žádné těhotenství, pozdní nástup menopauzy, alkohol, nevhodná strava, obezita, dědičnost.

Nebojte se si prsy vyšetřovat sama!

Tato brožurka je návodem, jak na to.

Jak vyšetřovat:

1. Každý měsíc, těsně po ukončení menstruace.
2. Vesteje, před zrcadlem, vleže – pozorujeme tvar prsu, jeho symetrii a kůži.
3. Používejte bříška tří prostředních prstů.
4. Při samovyšetření vyšetřujte pomalými, krouživými pohyby a využijte různého tlaku bříšek prstů, abyste prohmataly veškerou tkáň prsu.

Nezapomeňte na:

A) bradavku **B)** podpažní jamku **C)** podklíčkovou oblast

