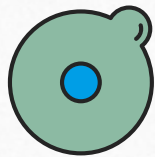


LA PREVENCIÓ ÉS A LES TEVES MANS

EL CÀNCER DE MAMA ÉS MÉS QUE UN BONY

1.



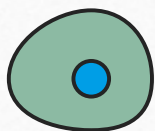
Aparició d'un bony que no existia

2.



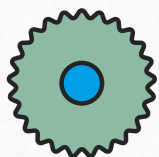
Secreció de líquid a través del mugró

3.



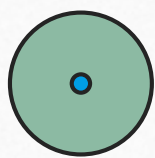
Canvis en la mida i el contorn

4.



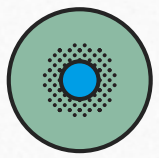
Úlceres, canvis de color i alteracions en la pell

5.



Enfonsament del mugró

6.



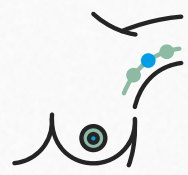
Vermellor o ardor

7.



Dolor a la mama

8.



Nòdul a l'aixella

Sabies que...



- ✓ 1 de cada 8 dones tindrà càncer de mama al llarg de la seva vida.
- ✓ Només 1 de cada 6 dones diagnosticades amb càncer de mama acudeix al seu metge amb un símptoma que no és un bony.
- ✓ Les revisions ginecològiques periòdiques permeten diagnosticar la malaltia abans que aparegui cap símptoma.
- ✓ La supervivència ha millorat en els últims 20 anys pel diagnòstic precoç.
- ✓ Evitar el sobrepès, reduir el consum d'alcohol i tabac, i realitzar exercici, són factors per prevenir el càncer de mama.

No et portarà més de 5 minuts...



Col·loca la mà darrere del cap i fes moviments circulars amb la punta dels dits des de l'aixella fins al mugró.



Estirada, amb un coixí sota el cap, repeteix els moviments anteriors.



Prem el mugró i observa si hi ha sortida de líquid anormal.

