

Внимательно ознакомьтесь с приемами самообследования молочных желез



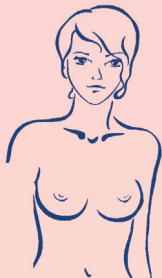
Если при самообследовании молочных желез Вас что-то насторожило, немедленно обратитесь к врачу и убедитесь, что Вы вне опасности.

Адрес лечебного учреждения:

Телефон:

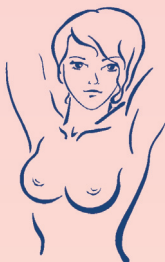
Кабинет врача

Приемы самообследования молочных желез



1

Осмотрите перед зеркалом форму груди и внешний вид кожи и сосков



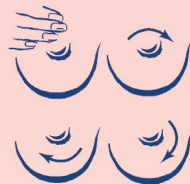
2

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



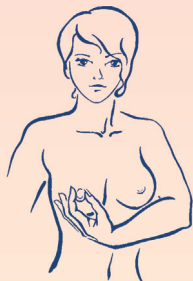
3

В положении стоя надавите на грудь тремя средними пальцами руки



4

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



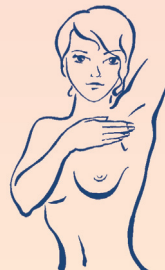
5

Сожмите каждый сосок большим и указательным пальцами, посмотрите, не выделяется ли жидкость



6

В положении лежа – вновь обследуйте по кругу, каждую четверть груди (см. рис. 4)



7

Нащупайте пальцами лимфоузлы в области подмышек

Самообследование следует проводить регулярно, один раз в месяц, с 6 по 12 день от начала менструации, для женщин в менопаузе – в любой день месяца.

Данная инструкция разработана при участии ведущих специалистов Российского онкологического научного центра им. Н.Н. Блохина РАМН, г. Москва, НИИ онкологии им. проф. Н.Н. Петрова МЗ РФ, г. Санкт-Петербург и Московского научно-исследовательского онкологического института им. П.А.Герцена МЗ РФ. Одобрено Комитетом по здравоохранению Администрации Санкт-Петербурга.

Представительство акционерного общества "Санofi-авентис груп" (Франция).
Адрес: 115035, г. Москва, ул. Садовническая, д. 82, стр. 2, Тел: (495) 721-14-00. Факс: (495) 721-14-11