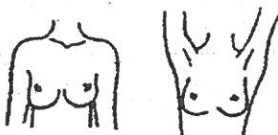


Tisztelt Hölgyem!

Azt tanácsoljuk Önnek, hogy melleit **havonta egyszer**, menstruáció után (vagy ha már nem menstruál, akkor minden hónap azonos napján) vizsgálja meg, mert egy új daganatos elváltozás – ritkán ugyan – a szűrővizsgálatok közti időben is kialakulhat.

Az emlő önvizsgálata:



1. Álljon a tükör elé felemelt karokkal és vállakkal. Nézze meg a melleit, van-e rajtuk bőrelváltozás (bőrbehúzódság, megvastagodás, elszíneződés, nem gyógyuló bimbósebesedés, stb.). Ismétlje meg ugyanezt úgy, hogy karjait felfelé emeli.
2. Feküdjön le kényelmesen egyik kezét a feje alá téve és egy párnát a vállai alá helyezve. A másik kezével tapintsa át az ellenoldali emlőjét körkörösén, majd az azonos oldali hónalját is. Ezután tegye a karját a teste mellé és így ismétlje meg. Ugyanezt a vizsgálatot végezze el a másik emlőjén is. Érzékenyebben tud tapintani, ha előzőleg melleit bekeni krémmel, napolajjal, esetleg vizes szappannal. A tapintás során figyeljen a változásokra: van-e valamilyen új tömörülés, körülírt csomó melleiben vagy hónaljában.

3. A mellvizsgálatot álló helyzetben, pl. zuhanyozás közben is ajánlott elvégezni. Ilyenkor a hónaljak általában könnyebben áttapinthatók.
4. Végül enyhén nyomja meg mindkét mellbimbóját. Ha valamelyik bimbójáratból véres, szalmasárga, víztiszta savós váladék préselődne ki, további vizsgálatra jelentkezzen.



Ha a felsoroltak közül bármelyik tünetet észleli magán (vagy akár csak bizonytalan is abban), ne késlekedjen háziorvosán vagy nőgyógyászán keresztül Emlődiagnosztikai Centrumunkhoz fordulni.

Mint minden szűrővizsgálat, a mammográfiás emlőszűrés is akkor eredményes, ha rendszeresen megismétlésre kerül, a leletben javasoltak szerint.

Köszönjük, hogy felkeresett bennünket!