

Симптомы, при которых следует незамедлительно обратиться к врачу!

Обнаружение плотного, БЕЗБОЛЕЗНЕННОГО, неровного образования (наиболее точное сравнение – «камушек» в молочной железе).

Могут быть следующие изменения на молочной железе при осмотре:

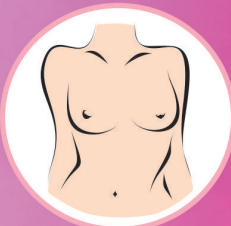
- *Втяжение соска*
- *Втяжение кожи над прощупываемым образованием*
- *Покраснение кожи*
- *Уплотнение кожи над прощупываемым образованием*
- *Язвочка на одном соске*
- *Кровянистые или черные выделения из соска*
- *Увеличенные, плотные и безболезненные лимфатические узлы в подмышечных впадинах*

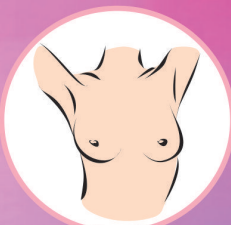



Памятка по самообследованию молочных желез





Самодиагностика


- 

1 *Встаньте перед зеркалом прямо, опустите руки вдоль тела и внимательно осмотрите молочные железы. Они должны быть одинакового размера, симметричные.*
- 

2 *Повторите осмотр, подняв руки вверх.*
- 

3 *Для обследования левой молочной железы положите левую руку за голову, пальцы правой руки держите плоско и легко, надавливайте ими на молочную железу, по спирали прощупывая всю поверхность.*
- 

4 *Прощупывание соска: сожмите сосок двумя пальцами и проверьте, нет ли выделений. То же самое проделайте и с левой молочной железой. Убедитесь, что в тканях молочной железы нет уплотнений.*
- 

5 *Лягте на спину и повторите самообследование по пункту 3 данной инструкции.*
- 

6 *Завершите осмотр прощупыванием подмышечных областей на предмет наличия вздутий и опухолей.*

Данный вид самоконтроля рекомендуется всем женщинам.

В возрасте до 30 лет – 1 раз в три месяца, старше 30 лет – ежемесячно.

Наиболее подходящие дни – 7-10 день менструального цикла (1 день менструального цикла – это первый день менструации).

Для женщин в менопаузе целесообразно выбрать какой-либо определенный день месяца для осмотра (5 января, 5 февраля, 5 марта и т.д.).

