

A pink awareness ribbon is positioned on the left side of the central text area, overlapping the decorative border.

Se toque!!!
Outubro Chegou...

EM OUTUBRO, O MUNDO TODO
LUTA CONTRA O CÂNCER DE MAMA.

PARTICIPE DESTA CORRENTE PELA VIDA!
VAMOS COLORIR A SAÚDE DE ROSA!

Deputado Estadual





EXAME CLÍNICO

É aquele que seu médico faz no consultório, junto com os exames ginecológicos anuais, como o papanicolau.

Ele vai apalpar suas mamas e suas axilas, para ver se há algum caroço ou alteração da pele que possam indicar um outro tipo de problema. Caso encontre algo anormal, vai pedir exames mais precisos. Se o seu médico esquecer de fazer esse exame, pode lembrá-lo. É seu direito!

Quem deve fazer: todas as mulheres, a partir da menstruação.

Quando: uma vez por ano.

MAMOGRAFIA

Muitas dizem que dói ou incomoda, mas a mamografia não dói quase nada se você esperar para fazê-la uma semana depois do último dia de menstruação. E não dá para ficar sem o exame! É ele que consegue descobrir a doença muito no início, o que faz com que as chances de cura sejam de quase 100%. Vale muito a pena. E não dá câncer não. A mamografia nada mais é que um raio X das suas mamas, com uma radiação muito baixa, que não vai lhe causar mal algum.

Quem deve fazer: na consulta anual ao médico, pergunte se é o momento de fazer o exame, pois, se você pertencer a um grupo de risco, terá de começar cedo. O câncer de mama atinge principalmente mulheres de 50 a 69 anos, mas uma lei garante a mamografia gratuita pelo Sistema SUS para todas as mulheres a partir dos 40 anos.

AUTOEXAME

Você mesma faz, em casa, apalpando suas mamas e axilas com cuidado. Se perceber qualquer alteração, procure o mastologista ou o ginecologista, um posto de saúde ou um ambulatório. Mas lembre-se: o autoexame é um complemento, não substitui o exame clínico e a mamografia, bem mais precisos. É importante para você conhecer melhor seu corpo e ser capaz de notar outros problemas que suas mamas possam apresentar. Peça ao seu médico para ensiná-la como fazer o autoexame.

Quem deve fazer: todas as mulheres, a partir da menstruação.

Quando: todos os meses, contando 7 dias a partir do primeiro dia da menstruação. Se estiver na menopausa, marque um dia fixo todos os meses.

Deputado Estadual



DISQUE SAÚDE

136

Ouvidoria Geral do SUS
www.saude.gov.br



AVON
CONTRA
O CÂNCER
DE MAMA