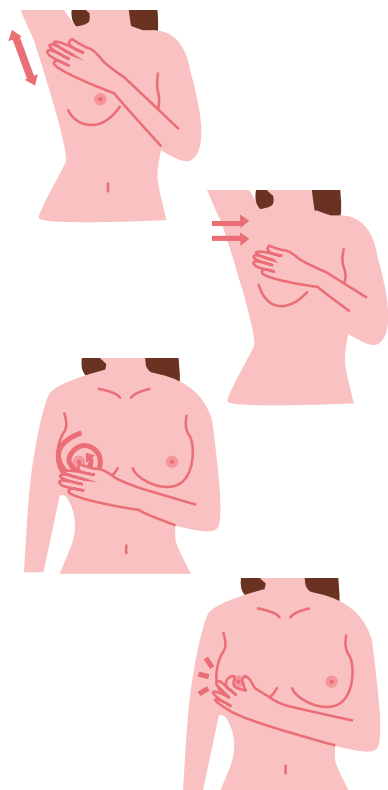


ZORG

ZELFONDERZOEK Hoe doe je dat?

thinkpink



Bekijk je borsten nauwkeurig in de spiegel. Zijn er veranderingen in grootte of vorm, aan de huid of aan de tepel? Leg je handen achter je hoofd en kijk opnieuw.

Verdeel je borst in een cirkel, verdeeld in vier taartstukken. Maak cirkelvormige bewegingen van de buitenrand van elk taartstuk naar de tepel toe. Herhaal dit bij elk stuk. Onderzoek zo ook de oksel en het gebied tussen de oksel en de borst.

Trek daarna de tepel iets van het lichaam af om na te gaan of hij makkelijk meebeweegt. Voer het onderzoek ook uit aan de andere borst.

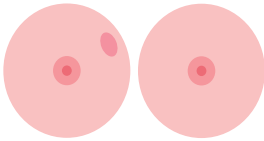
Het grootste misverstand over een mammografie is dat ze elke borstkanker detecteert. Mammografieën missen minstens 10 % van alle borstkankers.

Voel je een knobbeltje dat niet zichtbaar is op je mammografie, spreek er dan zeker over met je arts. Laat het onderzoeken.

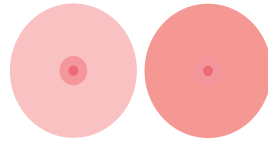
- Susan Greenstein Orel, professor radiologie

Tip: voer het zelfonderzoek niet uit tijdens of vlak na je menstruatie.

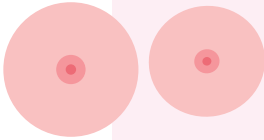
WANNEER MOET EEN ALARMBEL AFGAAN?



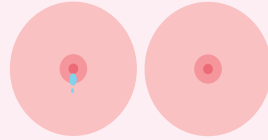
een knobgeltje of zwelling
in de borst of onder de
oksel



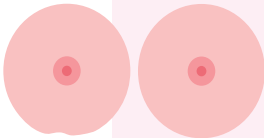
ontstoken rode, warm
aanvoelende borst



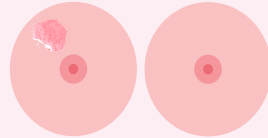
verandering in grootte of
vorm van de borst



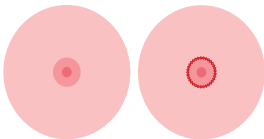
vocht uit de tepel



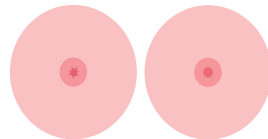
een kuiltje of intrekking



pijn, anders voelende plek of
slecht genezend wondje



schilfering en roodheid van
de tepel



een tepel die opeens
ingetrokken is

Een knobgeltje vinden kan veel angst met zich meebrengen.
Onthoud: de meeste knobgeltjes en veranderingen in de borst zijn geen kanker.

INFO