

Realizzato da



**istituto
oncologico
romagnolo**

in collaborazione con



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Istituto Scientifico Romagnolo per lo Studio e la Cura dei Tumori
Istituto di Ricovero e Cura a Carattere Scientifico

ISTITUTO
SCIENTIFICO
ROMAGNOLO
PER LO STUDIO E LA CURA
DEI TUMORI

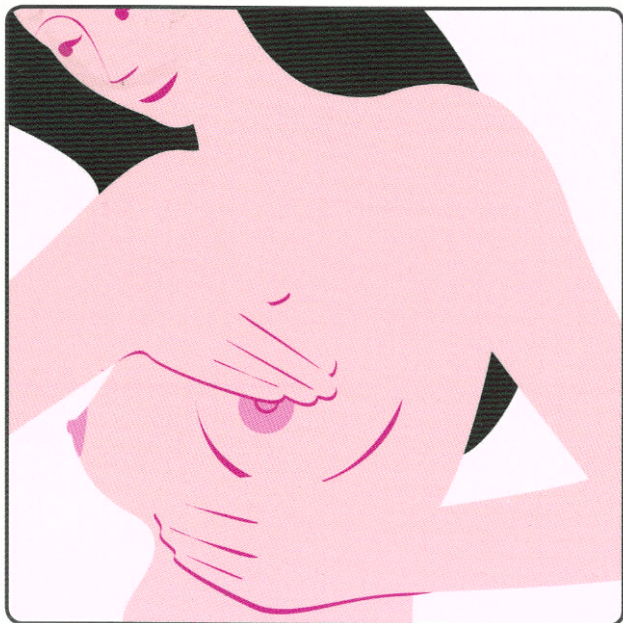
Autopalpazione del seno

L'autopalpazione è un esame che **ogni donna deve imparare a fare da sola.**

Svolgerla in modo regolare, **una volta al mese alla fine del ciclo mestruale**, permette di rilevare con anticipo ogni possibile trasformazione sospetta.

Se si sente un nodulo nel seno **non bisogna allarmarsi**, molto spesso è dovuto a varie condizioni benigne.

E' comunque consigliabile consultare il proprio medico di base o uno specialista.



ISPEZIONE DAVANTI ALLO SPECCHIO

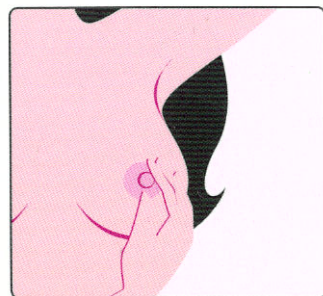


Osservate davanti a uno specchio l'aspetto dei vostri seni, prima con le mani lungo i fianchi, poi con le mani sopra la testa.

Osservate se vi sono fossette o raggrinzimenti della pelle.

Controllate bene il capezzolo, notando se la forma circolare dell'areola è distorta, se il capezzolo è retroflesso, deviato, se è ricoperto di piccole squame o croste.

Spremete il capezzolo delicatamente e osservate se fuoriesce del liquido; in questo caso osservatene bene il colore.



DISTESA SUL LETTO



Sdraiatevi comodamente su un piano rigido o sul letto. Per il seno sinistro: alzate il braccio sinistro e mettete la mano dietro la nuca. Ora controllate il seno sinistro con la mano destra.

La mano deve essere ben tesa, a piatto. Scorrete la

mano su tutto il seno, dall'esterno all'interno verso il capezzolo. Controllate tutto il seno.

Premendo con piccoli movimenti circolari, controllate l'area sottostante al capezzolo, l'attaccatura del seno e il prolungamento ascellare. Per il seno destro usate la stessa metodica.

**IN CASO DI DUBBIO, CONSULTATE
IL VOSTRO MEDICO DI BASE
O UNO SPECIALISTA**

Facciamo vincere la Vita: C/C Postale n. 10839470
intestato a Istituto Oncologico Romagnolo Coop. Soc. Onlus