

OUTUBRO ROSA

EU ME AMO EU ME CUIDO



Prefeitura Municipal de
Santa Carmem

GESTÃO 2020/2024

1. Na frente do espelho

Fique de frente para o espelho com os braços ao longo do corpo.



Olhe para suas mamas e procure por caroços, depressões, formas anormais ou quaisquer outras alterações de aparência.



Repita o procedimento com os braços elevados acima da cabeça.



Com as mãos nos quadris e com seus músculos peitorais esticados, procure por caroços ou alterações.

Finalmente, incline-se e observe mais uma vez se há alterações nas suas mamas.

2. Deitada



ombro esquerdo. Examine toda a sua mama com a mão direita.

Deite-se de barriga para cima em uma posição confortável e coloque um travesseiro embaixo de seu



Mantenha os dedos esticados em cima de seu seio e pressione firmemente de modo delicado, médio e forte, em movimentos circulares menores e maiores.

Após, coloque o travesseiro embaixo do ombro direito e examine sua mama direita.

3. No chuveiro



Ao tomar banho, verifique se há caroços ou endurecimento em suas mamas e axilas. Se as mãos estiverem ensaboadas deslizarão mais facilmente sobre a pele molhada. Examine suas mamas usando o mesmo procedimento que na posição deitada.

Sinais de
alerta.

Fique
atenta !!!

QUAL A SENSAÇÃO E A APARÊNCIA DO CÂNCER DE MAMA ?



Traduzido para o Blog Biossegurança por
Liliana Donatelli baseado na imagem de www.breastcancer.com

Um nódulo canceroso é
usualmente duro e imóvel como
uma semente de um limão

Auto Exames das Mamas e Mamografia

O auto exame das mamas deve ser feito pela própria mulher, de preferencia 3^o e o 5^o depois da menstruação quando a mama esta mais flácida.

Mamografia em mulheres a partir dos 50 a 69 anos quando já esta na menopausa a cada dois anos.

Às vezes no câncer de mama inflamatório e casos de câncer muito avançado, a mama parece inflamada e a pele parece mais espessa, semelhante à casca de laranja.



Essa foto mostra uma massa irregular no aspecto lateral da mama esquerda. A massa foi mais tarde diagnosticada como câncer de mama.



Na doença de Paget do mamilo, o carcinoma ductal in situ estende-se sobre o mamilo e a aréola e causa descamação, prurido e dor em queimação no mamilo acometido.



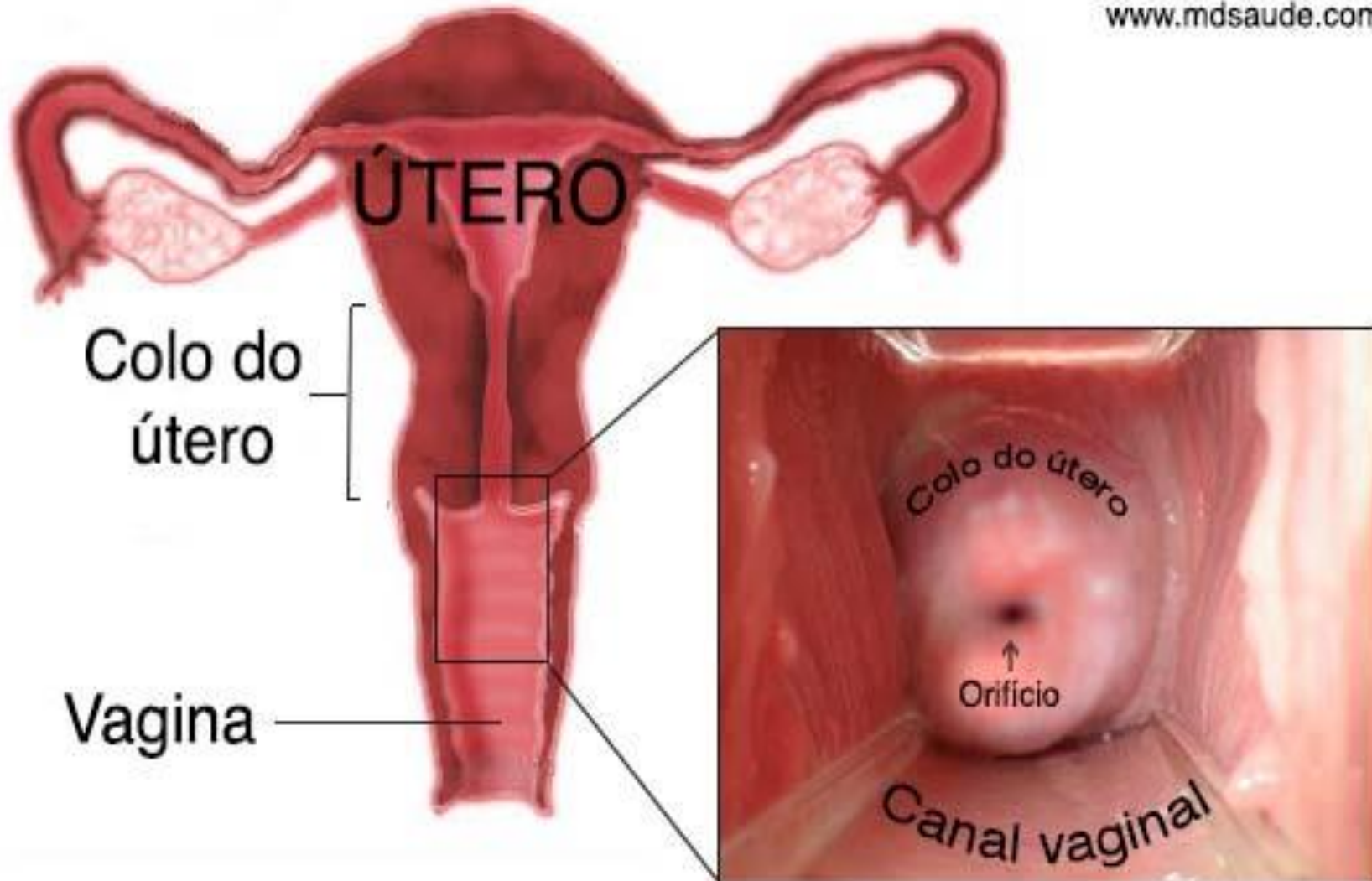
Essa foto mostra eritema difuso, edema e inversão do mamilo na mama esquerda de uma paciente com câncer de mama inflamatório.

Preventivo Colo do Útero

O câncer do colo do útero, também chamado de câncer cervical, é causado pela infecção persistente por alguns tipos do Papilomavírus Humano - HPV .

Em alguns casos, ocorrem alterações celulares que podem evoluir para o câncer. Essas alterações são descobertas facilmente no exame preventivo (conhecido também como Papanicolau), e são curáveis na quase totalidade dos casos. Por isso, é importante a realização periódica do exame preventivo.



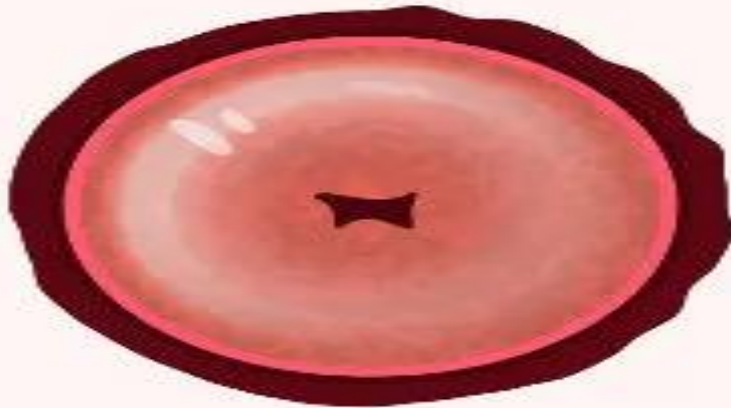


Você conhece
seu corpo?

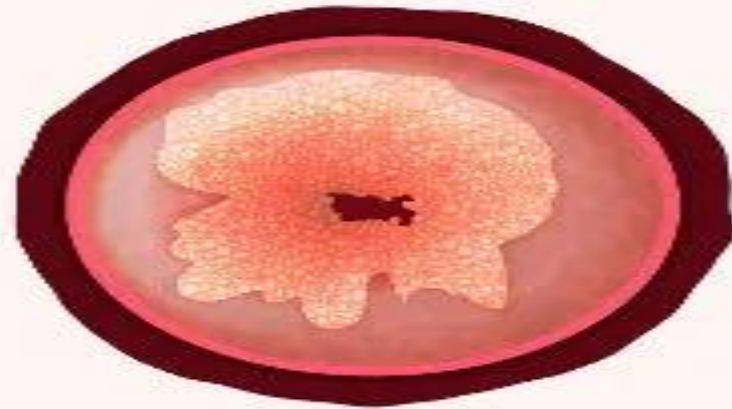
Colo do útero



Normal



Câncer



Quem e Quando Fazer o Rastreamento?

- A partir do momento que já tenha a vida sexual ativa;
- Mulheres na faixa etária de 25 a 64 anos e que já tiveram atividade sexual.
- Segundo a OMS, a incidência deste câncer aumenta nas mulheres entre 30 e 39 anos de idade e atinge seu pico na quinta ou sexta décadas de vida;
- Antes dos 25 anos prevalecem as infecções por HPV e as lesões de baixo grau;

Imagens da colposcopia



Colo normal



Câncer

Lesão de baixo grau



Lesão de alto grau



Colposcopia.com.br

Imagens: American Society for Colposcopy and Cervical Pathology, Seattle STD/HIV Prevention Training Center, Hopkins Medicine.

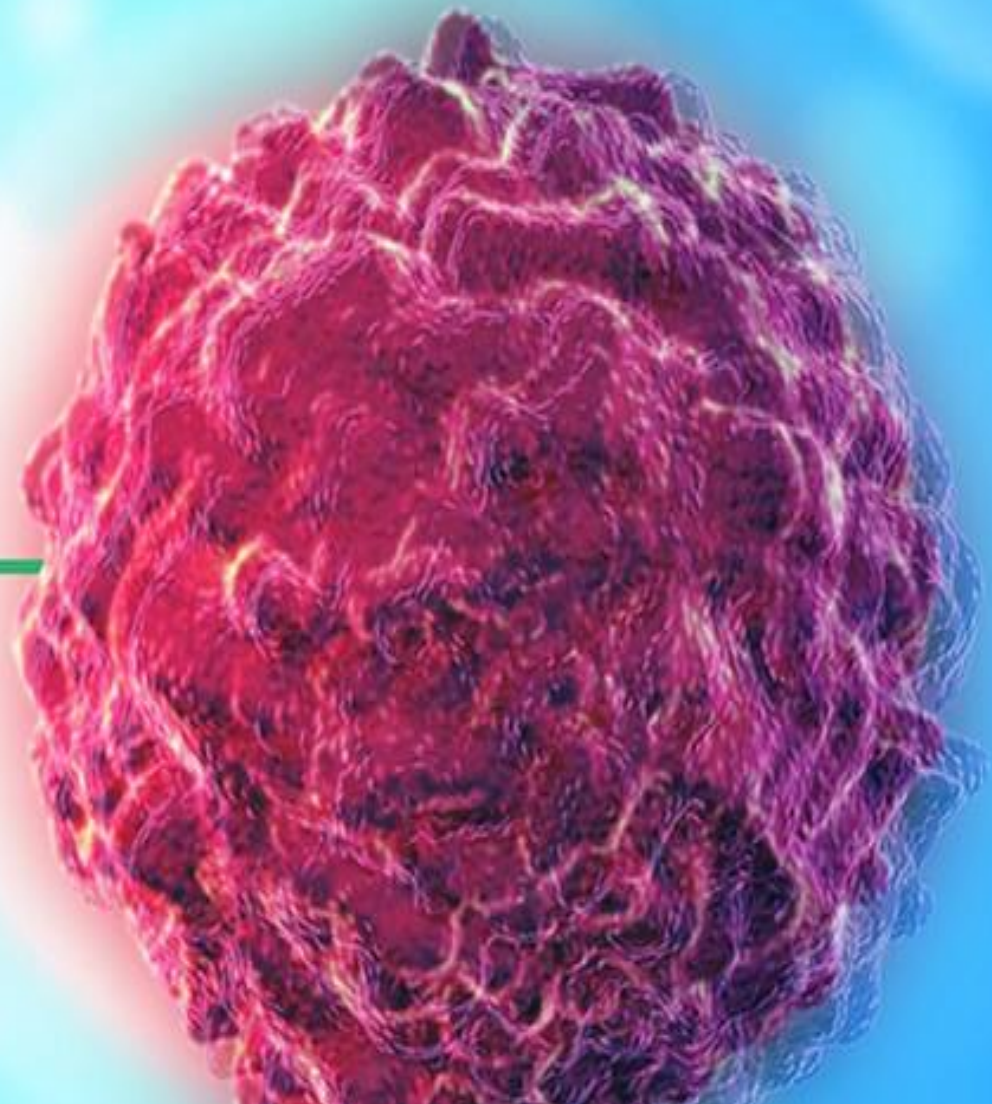
SINAIS E SINTOMAS

- O câncer do colo do útero é uma doença que se desenvolve devagar. E em sua fase inicial não apresenta sintomas. Porém, quando atinge uma etapa mais adiantada, os principais sintomas são:
- Sangramento vaginal, principalmente após a relação sexual;
- Secreção vaginal anormal;
- Dores abdominais;
- Em casos mais avançados, problemas urinários e intestinais.



CÂNCER

Prevenir é melhor
que remediar



OBRIGADO !!!!

