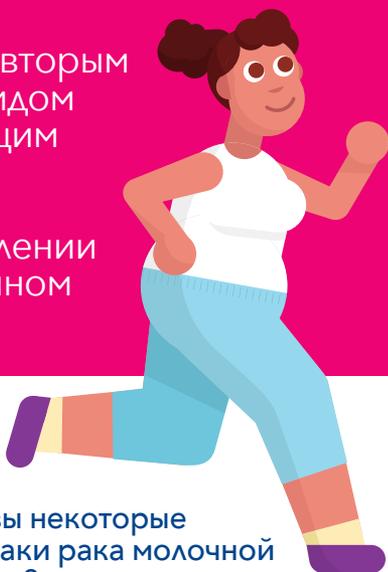


Что нужно знать о раке МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

NYC
HEALTH+
HOSPITALS



Рак молочной железы является вторым наиболее распространенным видом рака у женщин. Обнадеживающим является тот факт, что многие женщины могут пережить рак молочной железы при его выявлении на ранней стадии и своевременном лечении.



Что такое маммография?

Маммография – наиболее эффективный метод выявления рака молочной железы на ранней стадии. Этот метод представляет собой серию рентгеновских снимков молочной железы, позволяющих врачам обнаруживать ранние признаки рака молочной железы.

Маммография – вполне безопасное исследование. Проведение маммографии занимает около 20 минут и может спасти Вам жизнь. Маммография покрывается большинством планов медицинского страхования. NYC Health + Hospitals также предлагает Вам пройти маммографию по низкой цене или бесплатно.

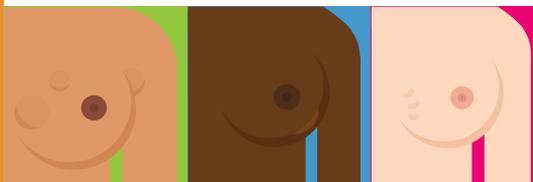
Когда нужно проходить маммографию?

Женщины в возрасте от 50 до 74 лет должны проходить маммографию каждые два года.

Женщинам в возрасте от 40 до 49 лет и старше 74 лет рекомендуется проконсультироваться со своим врачом, чтобы решить, нужна ли им маммография.

Каковы некоторые признаки рака молочной железы?

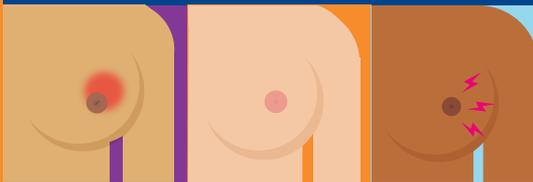
У некоторых женщин проявляются признаки и симптомы рака молочной железы. А у других женщин не проявляется никаких признаков. Возможные симптомы:



+ **НОВОЕ УПЛОТНЕНИЕ В МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЕ ИЛИ ПОДМЫШЕЧНОЙ ВПАДИНЕ**

+ **УПЛОТНЕНИЕ ИЛИ ПРИПУХЛОСТЬ ЧАСТИ МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ**

+ **ОБРАЗОВАНИЕ ЯМОЧЕК НА КОЖЕ МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ**



+ **ПОКРАСНЕНИЕ И ШЕЛУШЕНИЕ КОЖИ В ОБЛАСТИ СОСКА ИЛИ ДРУГОЙ ЧАСТИ МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ**

+ **ВТЯНУТЫЙ ИЛИ ВВАЛИВШИЙСЯ СОСОК**

+ **БОЛЬ В ОБЛАСТИ МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ**

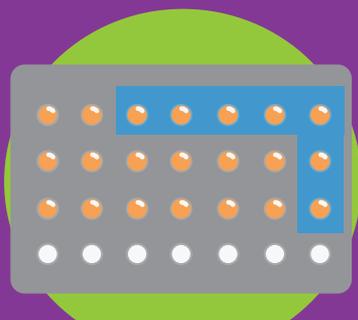
При появлении любых подобных симптомов обратитесь к своему врачу.

Что я могу сделать для снижения вероятности возникновения рака молочной железы?

Ведение здорового образа жизни с молодых лет снижает риск возникновения рака молочной железы:



СЛЕДИТЕ ЗА СВОИМ ВЕСОМ



СПРОСИТЕ СВОЕГО ВРАЧА О РИСКАХ ГОРМОНОЗАМЕСТИТЕЛЬНОЙ ТЕРАПИИ ИЛИ ПРОТИВОЗАЧАТОЧНЫХ ТАБЛЕТОК



РЕГУЛЯРНО ЗАНИМАЙТЕСЬ ФИЗИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ



ОГРАНИЧЬТЕ РАДИАЦИОННОЕ ОБЛУЧЕНИЕ ОТ ВИЗУАЛИЗАЦИОННЫХ МЕДИЦИНСКИХ ОБСЛЕДОВАНИЙ (РЕНТГЕН, КТ И ПЭТ)



ПРЕКРАТИТЕ КУРИТЬ



КОРМИТЕ ГРУДЬЮ СВОИХ ДЕТЕЙ



ОГРАНИЧЬТЕ УПОТРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЯ: НЕ БОЛЕЕ ОДНОЙ ПОРЦИИ В ДЕНЬ

Помните: рак молочной железы, обнаруженный на ранней стадии, поддается лечению. Сегодня же поговорите с кем-нибудь из своей команды по оказанию помощи о профилактике заболеваний молочных желез.

Ваше здоровье – залог
полноценной жизни.

NYC
HEALTH+
HOSPITALS

Запись на прием по телефону
1-844-NYC-4NYC



ОСТАВАЙТЕСЬ НА СВЯЗИ. ПОДПИСЫВАЙТЕСЬ НА НАС.

nychealthandhospitals.org

Russian