

Что нужно знать о раке молочной железы

NYC
HEALTH+
HOSPITALS

Ваше здоровье — залог полноценной жизни.

NYC
HEALTH+
HOSPITALS

Позвоните, чтобы записаться на прием
1-844-NYC-4NYC (1-844-692-4692)



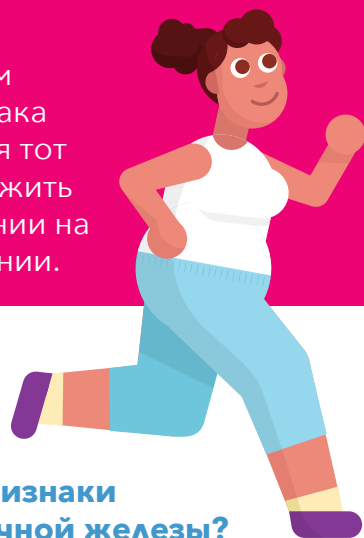
ОСТАВАЙТЕСЬ НА СВЯЗИ. ПОДПИСЫВАЙТЕСЬ НА НАС.

nychealthandhospitals.org



Russian 05/25

Рак молочной железы является вторым наиболее распространенным видом рака у женщин. Обнадёживающим 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.

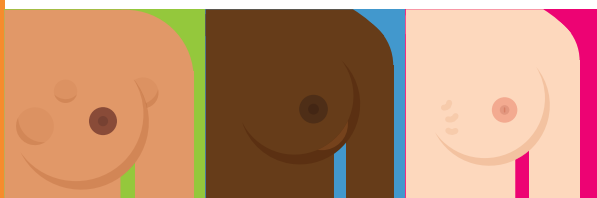
Когда нужно проходить маммографию?

Женщины в возрасте от 40 до 74 лет должны проходить маммографию каждые два года.

Женщинам в возрасте до 40 лет или после 74 лет рекомендуется проконсультироваться со своим врачом, чтобы решить, нужна ли им маммография.

Каковы признаки рака молочной железы?

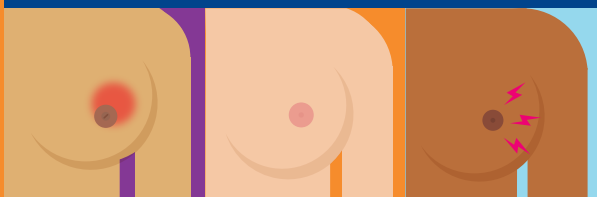
У некоторых женщин проявляются признаки и симптомы рака молочной железы. А у других женщин не проявляется никаких признаков. Возможные симптомы:



+ Новое уплотнение в молочной железе или подмышечной впадине

+ Уплотнение или припухлость части молочной железы

+ Образование ямочек на коже молочной железы



+ Покраснение или шелушение кожи в области соска или молочной железы

+ Втянутый или ввалившийся сосок

+ Боль в области молочной железы

При появлении любых подобных симптомов обратитесь к своему врачу.

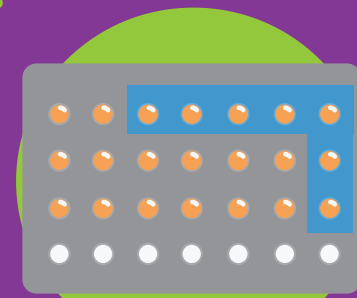
Что я могу сделать для снижения вероятности возникновения рака молочной железы?

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 ВИЗУАЛИЗИРУЮЩИХ МЕДИЦИНСКИХ ИССЛЕДОВАНИЙ (РЕНТГЕН, КТ И ПЭТ)

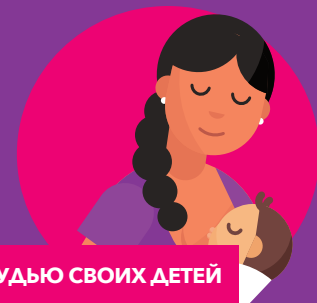
ПРЕКРАТИТЕ КУРИТЬ



ОГРАНИЧЬТЕ УПОТРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЯ: НЕ БОЛЕЕ ОДНОЙ ПОРЦИИ В ДЕНЬ



КОРМИТЕ ГРУДЬЮ СВОИХ ДЕТЕЙ



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