



Leżąc na łóżku jedną rękę połóż pod głowę, a drugą zataczaj drobne kółeczka wokół piersi identycznie jak przy samobadaniu pod prysznicem. Następnie wyciągnij rękę spod głowy i sprawdź, czy nie ma powiększonych węzłów chłonnych w dole pachowym. Te same czynności wykonaj na drugiej piersi. Pamiętaj, by podczas badania nie pominąć żadnego obszaru piersi.



Pamiętaj, że guzki wykryte podczas samobadania piersi nie muszą oznaczać raka piersi!

6. BADANIA DIAGNOSTYCZNE

Podstawowe badania diagnostyczne pozwalające na wczesne wykrycie raka piersi to **USG piersi** oraz **mammografia**, które zalecane są w zależności od wieku i budowy piersi kobiety.

Mammografia to rentgenowskie badanie piersi uznawane obecnie za najlepszy sposób wykrywania wczesnego raka piersi u kobiet powyżej. 40 r.ż. Pozwala rozpoznać wczesne zmiany, jak również te, które nie dają się wyczuć podczas badania palpacyjnego. Promieniowanie podczas wykonywania badania jest niewielkie, nie należy się zatem obawiać tego badania. Mammografii może towarzyszyć pewien dyskomfort podczas ucisku piersi, który jest jednak niezbędny przy badaniu. Mammografia pozwala wcześniej wykrywać 90-95% zmian nowotworowych, a we wczesnej fazie rozwoju nowotworu możliwe jest jeszcze całkowite wyleczenie.