

## Prévention cancer du sein

CECI EST UN PETIT RAPPEL VISUEL ET NE REMPLACERA JAMAIS UN AVIS MÉDICAL



# CHECK YOUR BOOBS !!

OBSERVE-TOI FACE À UN MIROIR ET...

LÈVE LES BRAS ET REGARDE SI IL Y A UN CREUX, UN RENFORCEMENT, UNE FOSSETTE.



AVEC CES 3 DOIGTS, EFFECTUE LES 3 MOUVEMENTS SUIVANTS...

PETITS CERCLES AUTOUR DU MAMELON



DU CENTRE VERS L'EXTREMITÉ



DE HAUT EN BAS ET INVERSÉMENT



TOUS LES 3 MOIS!  
ET N'OUBLIE PAS DE VÉRIFIER SOUS LES AISSELLES

### ESSENTIEL

Le cancer du sein touche une femme sur 8 en Belgique et est la 2<sup>e</sup> cause de mortalité. Un cancer du sein peut évoluer pendant de nombreuses années sans entraîner quelconque douleur ni le moindre symptôme voilà pourquoi l'auto-examen est essentiel ! Personne n'est immunisé ! 70% des personnes touchées n'ont aucun facteur de prédisposition.

### SIGNES

Grosseur/Douleur au sein ou sous l'aisselle - Variation de taille et forme du sein - Rétraction de la peau du sein ou du mamelon ou écoulement - Rougeur, épaissement de la peau - Toute autre anomalie

### AUTO-PALPATION


Dès 18 ans auto-examine toi les seins quelques jours après tes règles . A partir de 25 ans, rendez-vous 1x/an chez ton gynécologue pour une palpation et continue l'auto-examen des seins tout au long de l'année.

### A TOI DE JOUER !

Un dépistage précoce permet une meilleure prise en charge, des traitements moins invasifs et plus de chance de guérison !

Petit ou grand boobs, prenons-en le plus grand soin!!!



Retrouve-moi sur 

By Amel

Facilités, activités, cadeaux y sont proposés