

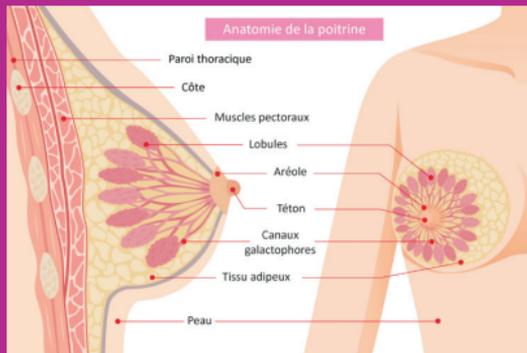
AUTO-PALPATION MAMMAIRE

S'INFORMER SUR LE SUJET
C'EST AVOIR LES BONS RÉFLEXES

Pourquoi ?

- ✓ Ce cancer du sein touche 1 femme sur 8 au cours de sa vie
- ✓ C'est le premier maillon du dépistage précoce du cancer du sein
- ✓ Détecté tôt, il se soigne mieux
- ✓ Personne ne connaît mieux votre corps que vous

WHY?



En bref



1 fois par mois j'observe mes seins



Après les règles (si j'en ai encore), quand les seins sont souples



Devant un miroir pour bien observer



Palpez vos seins avec les 2e, 3e et 4e doigts de la main opposée



Le bras du sein palpé levé



Puis recommencer la même opération sur l'autre sein



UNE MODIFICATION DU MAMELON OU DE L'ARÉOLE



Rétraction



Changement de coloration



Suintement



Écoulement

UN CHANGEMENT DE FORME OU APPARITION D'UNE GROSSEUR



Changement de forme



Grossesse dans le sein



Grossesse sous l'aisselle

UNE MODIFICATION DE LA PEAU



Rétraction



Rougeur



Œdème



Aspect peau d'orange



Si vous remarquez de tels changements, consultez un médecin



Plus de conseils sur le site www.cptsduhautbocage.fr