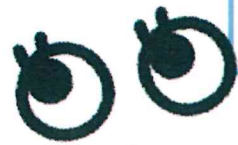


# 乳がんをセルフチェック!

乳がんは自分で早期発見が可能ながんです。  
普段の自分の乳房を覚えておくことで異常を早く見つけられます。



目で見てチェック!

乳房に気になる左右差がある

NO

YES

乳房のどこかに皮膚のくぼみやひきつれがある

YES

NO

乳首がへこんだり、湿疹のようなただれがある

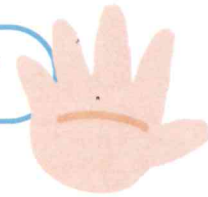
YES

NO

2年に1回乳がん検診を受けましょう



触ってチェック!



乳房のしこりや盛り上がりを感じる

YES

NO

わきの下にしこりがある

NO

乳輪をしぼると分泌液がでる

YES

NO

検診を待たず、すぐに  
専門の医療機関（外科）を  
受診しましょう



2年に1回乳がん検診を受けましょう

- ♥毎月1回セルフチェックをしましょう
- ♥月経開始後10日程経ってから行いましょう
- ♥閉経を迎えた方は、毎月日にちを決めて行いましょう
- ♥何らかの症状のある方は、定期検診を待たず、すぐに専門医（外科）の診察を受けましょう

