

# Obserwuj swoje piersi

Im wcześniej rak piersi zostanie zdiagnozowany, tym większe prawdopodobieństwo powodzenia terapii. Obserwuj swoje piersi oraz doły pachowe oraz regularnie wykonuj samobadanie.

Znając dobrze swoje ciało, zauważysz ewentualne zmiany. Najlepiej obserwować swoje piersi przed lustrem. W większości przypadków objawy nie mają charakteru nowotworowego, jednak istotne jest wykluczenie tej ewentualności.



Guzy lub zgrubienia wyczuwalne w piersi, powyżej piersi lub w dole pachowym



Wysypka, owrzodzenie lub trudno gojące się rany na brodawce bądź wokół niej



Wydzielina z brodawki sutkowej



Zaczerwienie piersi, opuchlizna,  
zmiana temperatury lub kolorytu skóry



Zmiany w kształcie piersi,  
np. nierówności



Zmiany brodawki sutkowej,  
np. jej wciągnięcie



Zmiana wielkości, kształtu lub  
konturu piersi

Jeżeli zauważyłaś powyższe lub inne zmiany w swoich piersiach, umów się na wizytę u lekarza rodzinnego lub skontaktuj się (telefonicznie pod numerem 543 9560 lub mailowo [brjostamidstod@landspitali.is](mailto:brjostamidstod@landspitali.is)) z Centrum Chorób Piersi Szpitala Krajowego (Brjóstamiðstöð Landspítala).

**Pamiętaj o badaniu przesiewowym i koniecznie weź w nim udział po otrzymaniu zaproszenia**

[krabb.is/einkennibrjost](http://krabb.is/einkennibrjost)