

Rintojen omatarkkailu

Rintasyöpä on yleisin syöpätauti Suomessa, siihen sairastuu vuosittain noin 5000 naista. Rintasyöpä on yleensä alkuvaiheessa oireeton. Erilaisia tuntemuksia (kirvelyä painontunnetta, kipua) voi esiintyä. Rintasyöpä voidaan todeta mammografialla, ultraäänitutkimuksella ja paksuneulanäytteellä. Hoitomuotoja ovat leikkaus, sädehoito ja lääkehoito tai näiden erilaiset yhdistelmät. Varhain todetun rintasyövän hoitotulokset ovat erittäin hyvät.

Näin tutkit rintasi

1. Katso peilistä

Asetu ylävartalo paljaana peilin eteen. Nosta kädet pään yläpuolelle. Tarkkaile liikkeen aikana, onko rinnoissa muodonmuutoksia tai sisäänvetäytymiä. Tarkkaile myös nänniä ja katso, onko niiden ulkonäössä jotakin epäsäännöllistä tai merkkejä ihottumasta.

2. Tunnustele

Tunnustele rintasi säännöllisesti kerran kuukaudessa. Rintarauhasen tunnustelu onnistuu parhaiten selinmakuulla tai suihkussa. Tee tutkimus avokämmenellä pyöriävin liikkein. Nosta vasen käsi pään päälle ja tunnustele oikealla kädellä vasen rinta. Aloita tutkiminen rinnan uloimmasta yläreunasta kohti nänniä ja tutki koko rinta. Tutki samalla tavoin toinen rinta. Rintarauhaskudos on normaalisti jonkin verran epätasaista. Saippuan tai rasvan käyttö helpottaa normaalin ja poikkeavan kudoksen erottamista toisistaan.

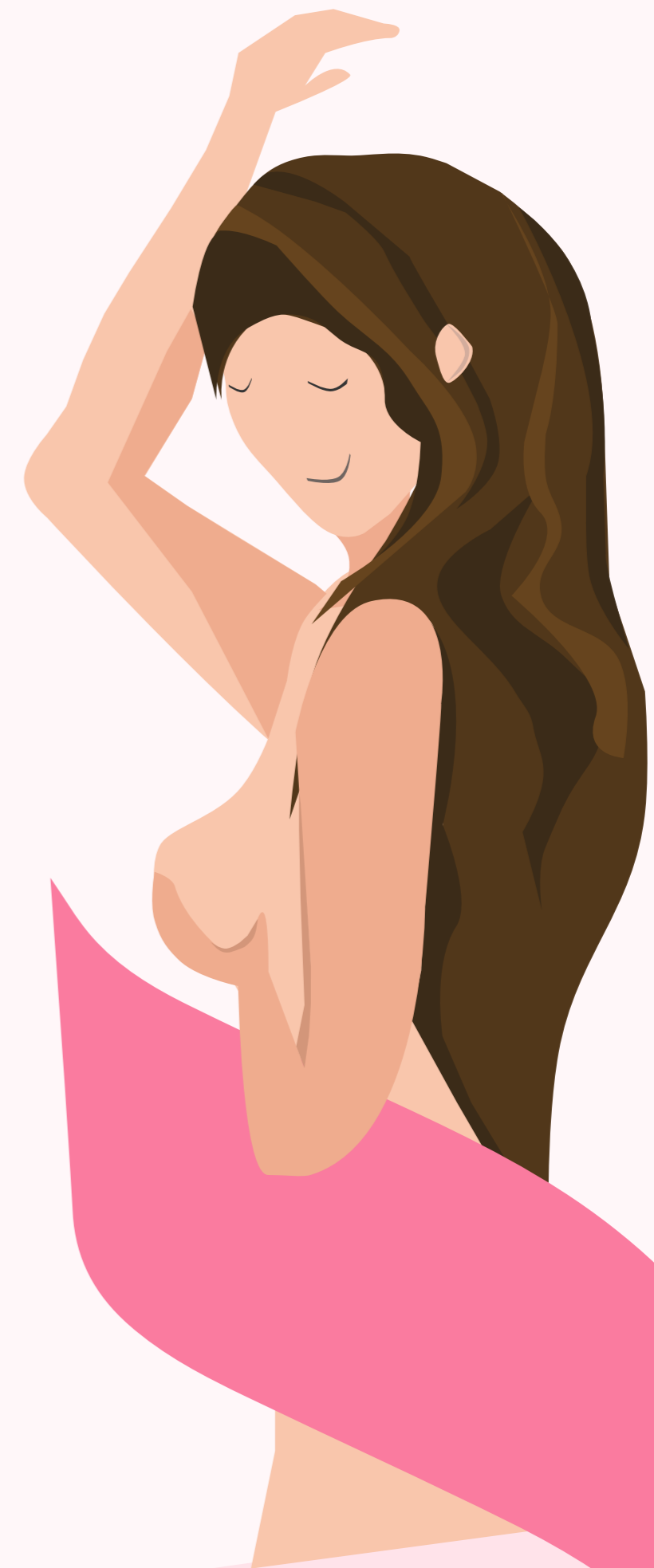
3. Tutki lopuksi kainalot

Tutki kainalo käsi alhaalla ja olkapää rentona. Tunnustelun avulla on mahdollista löytää kyhmyjä, mutta niiden laadun selvittäminen edellyttää lisätutkimuksia. Omatarkkailu ei korvaa mammografiaa.

4. Muutokset jotka vaativat jatkotutkimuksia

- Kyhmy rinnassa tai kainalossa (4.1)
- Rinnan muodon muutos (4.2)
- Rinnan ihon sisäänvetäytymä (4.3)
- Ihottumaa nännipihassa (4.4)
- Haava nännipihassa (4.5)
- Kirkas tai verinen erite nännistä (4.6)

Rintatutkimuksissa Teitä palvelevat Pihlajalinnan kokeneet mammografiahoitajat ja radiologian erikoislääkärit.



Rintatutkimukset Pihlajalinnassa:

- Arvio kuvantamisen tarpeesta
- Mammografiakuvaus
- Rintojen ultraäänitutkimus

Tuothan tutkimukseen tullessasi aiemmat mammografia- ja ultraäänitutkimukset sekä koepalavastaukset mukana.

VARAA AIKA
Rintatutkimukseen
numerosta
010312010