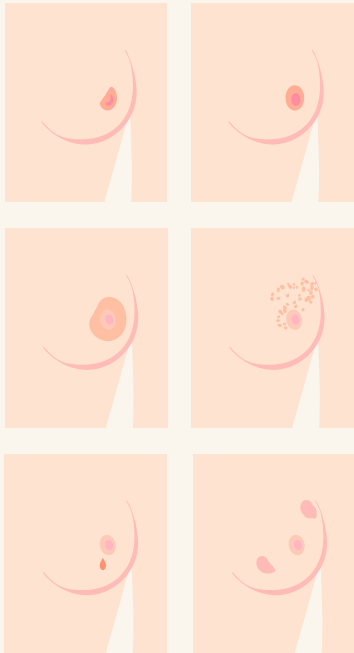
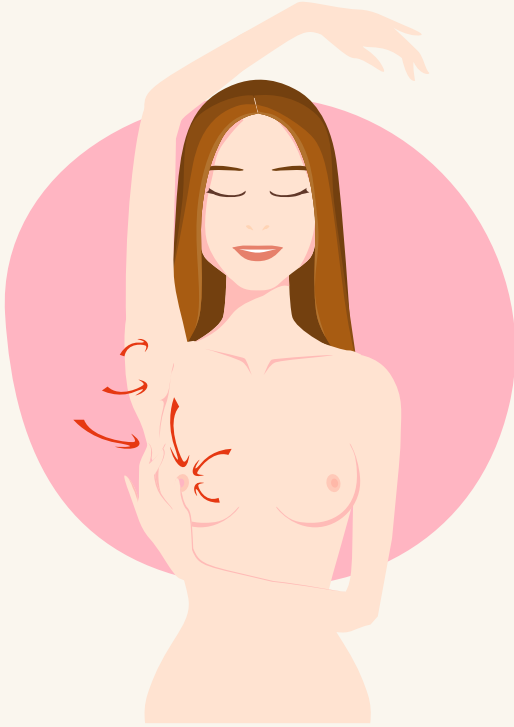


RINTOJEN OMATARKKAILU

Rintasyöpä on naisten yleisin syöpätauti Suomessa, siihen sairastuu vuosittain lähes 4000 naista. Rintasyöpä on yleensä varhaisvaiheessa oireeton. Erilaisia tuntemuksia (kivelyä, painontunnetta, kipua) voi esiintyä. Rintasyöpä voidaan todeta mammografialla, ultraäänitutkimuksella ja ohut- tai 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 rinnossa muodonmuutoksia tai sisäänvetäytyimiä. Tarkkaile myös nänniä ja katso, onko niiden ulkonäössä jotakin epäsäännöllistä tai merkkejä ihottumasta.

2. Tunnustele

Tunnustele rintasi säännöllisesti kerran kuukaudessa. Rintarauhasen tunnistelu onnistuu parhaiten selinmakuulla tai suihkussa. Tee tutkimus avokämmenellä pyörivin 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. Omatarikkailu ei korvaa mammografiaa.

4. Muutokset, jotka vaativat jatkotutkimuksia

- Kyhmy rinnassa tai kainalossa
- Rinnan muodon muutos
- Rinnan ihon sisäänvetäytymä
- Ihottumaa nännipihassa
- Haava nännipihassa
- Kirkas tai verinen erite nännistä

Rintatutkimuksissa Teitä palvelevat Pihlajalinnan kokeneet mammografiahoitajat ja rintaradiologian erikoislääkärit.

Rintatutkimukset Pihlajalinnassa:

- Arvio kuvantamisen tarpeesta
- Mammografiakuvaus
- Rintojen ultraäänitutkimus

Tuothan tutkimukseen tullessasi aiemmat mammografia/ultraäänikuvaukset mukana.

VARAA AIKA
rintatutkimukseen
numerosta
010 312 010



Pihlajalinna

