

с 12 по 18 октября 2026 года – Неделя борьбы против рака молочной железы (в честь месяца борьбы с раком молочной железы)



8 800 200 0 200
TAKZDOROVU.RU

Проходите скрининг для профилактики рака груди.

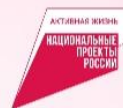


Женщинам старше 40 лет рекомендуется не реже одного раза в два года проходить маммографию.



У более молодых женщин маммография не так информативна из-за более высокой плотности тканей молочных желез. Рекомендуется проходить УЗИ.

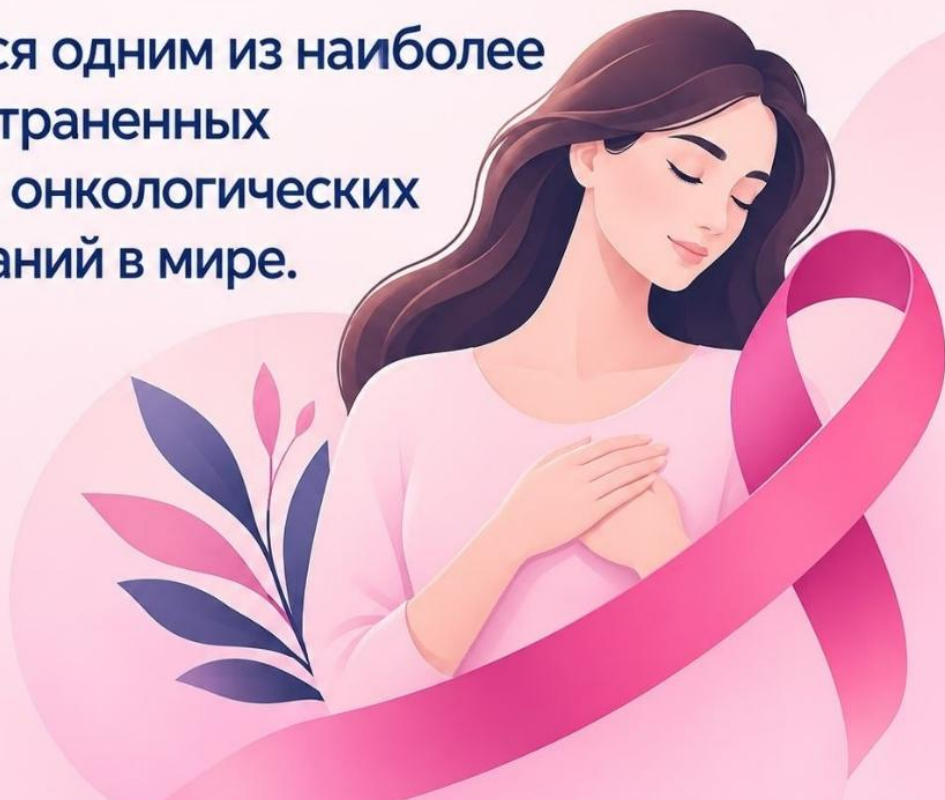




8 800 200 0 200
TAKZDOROVU.RU

Рак молочной железы

считается одним из наиболее распространенных женских онкологических заболеваний в мире.



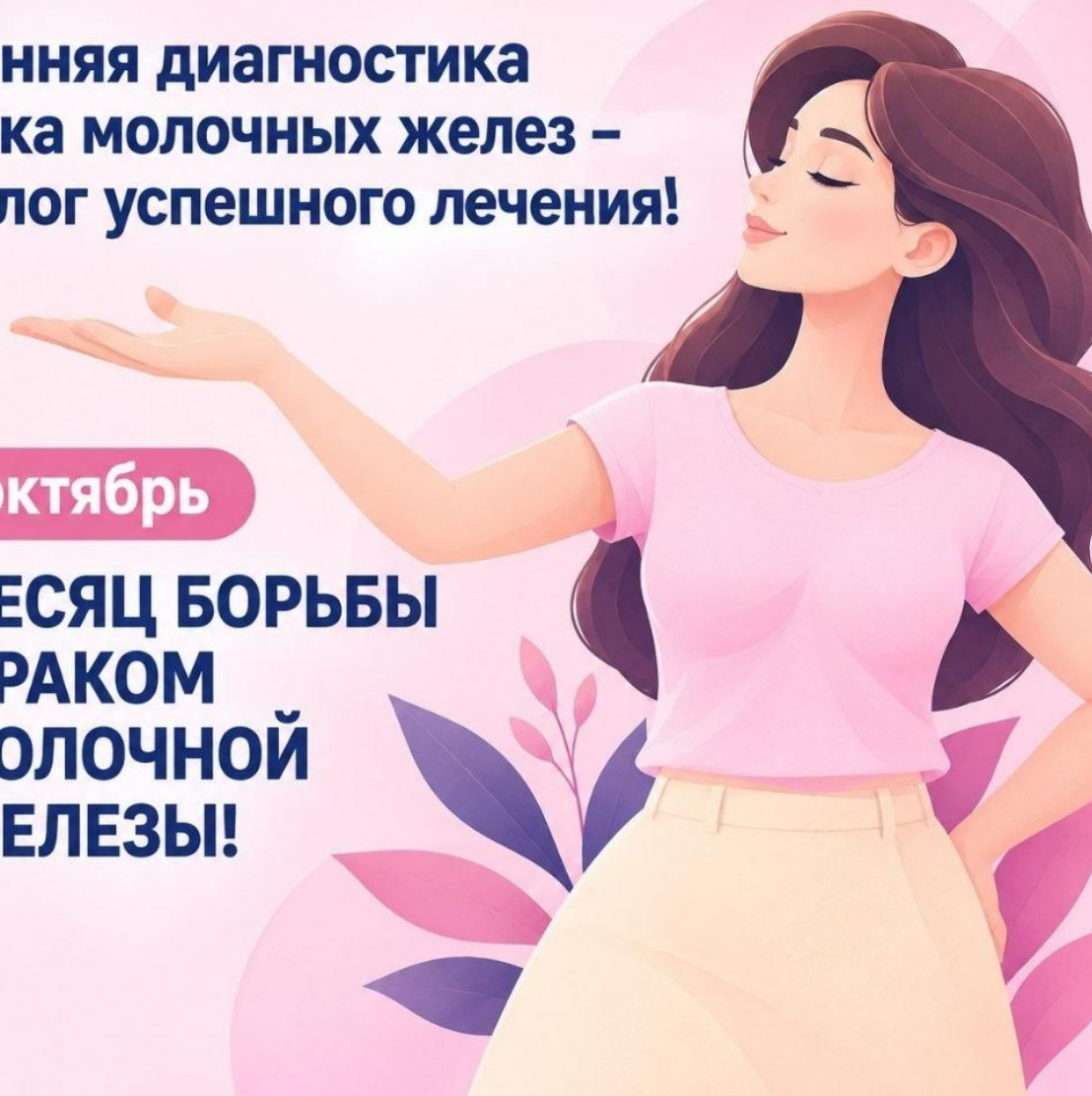


8 800 200 0 200
TAKZDOROVU.RU

**Ранняя диагностика
рака молочных желез –
залог успешного лечения!**

октябрь

**МЕСЯЦ БОРЬБЫ
С РАКОМ
МОЛОЧНОЙ
ЖЕЛЕЗЫ!**





8 800 200 0 200
TAKZDOROVU.RU

**При малейшем
подозрении на патологию
молочных желез срочно
обращайтесь к врачу-
маммологу, онкологу,
гинекологу или терапевту.**

**Ваши правильные
действия могут
спасти жизнь!**

С заботой о вашем здоровье
ОГБУЗ ИРКУТСКИЙ ОБЛАСТНОЙ ЦЕНТР
ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ И МЕДИЦИНСКОЙ
ПРОФИЛАКТИКИ ИМЕНИ УГЛОВА Ф.Г



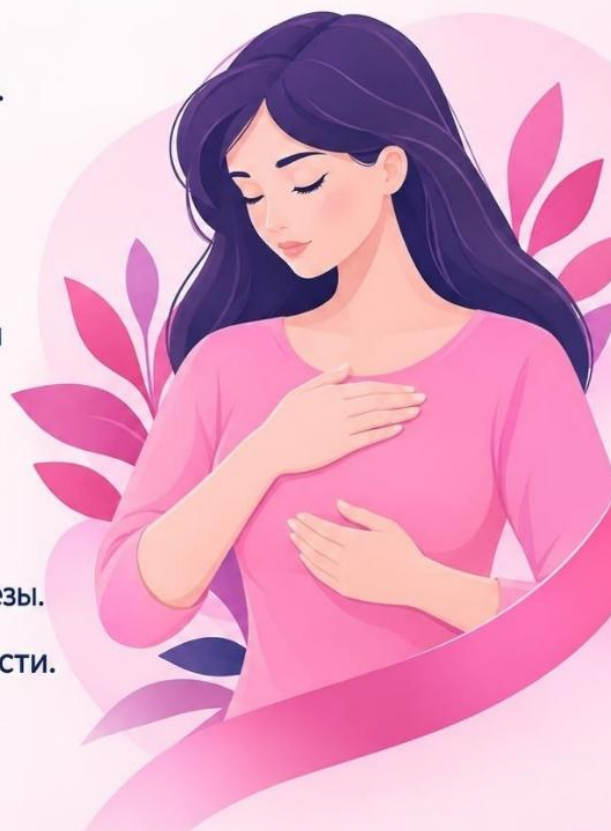
Диспансеризация – лучший метод раннего выявления заболеваний!

Маммография – метод диагностики
для выявления рака молочной железы,
входит в программу скрининга в
России.



Тревожные сигналы: изменения в груди.

- Уплотнения или посторонние образования в молочной железе.
- Выделения из сосков, не имеющие отношения к лактации.
- Изменения структуры или цвета кожи молочной железы (сморщенная, покрасневшая, рубая кожа).
- Увеличение или уменьшение молочной железы в размерах.
- Изменение формы молочной железы.
- Уплотнения в подмышечной области.



Профилактика рака молочной железы



Ведите активный образ жизни и откажитесь от вредных привычек.



Не принимайте гормональные препараты без назначения врача.



При рождении ребенка не отказывайтесь от кормления грудью.



Избегайте хронических стрессовых ситуаций.



Ежегодно проходите осмотр у врача-гинеколога.



Сахарный диабет

Хроническое заболевание, при котором не вырабатывается достаточное количество инсулина — гормона, регулирующего уровень сахара в крови.

← 2 основных типа диабета →

1. Тип 1

Инсулин перестает вырабатываться из-за гибели клеток поджелудочной железы.

Глюкоза не может проникнуть в ткани и накапливается в крови.

2. Тип 2

Инсулин вырабатывается, но клетки организма его не чувствуют.

Глюкоза не может проникнуть в ткани и накапливается в крови.

Факторы риска

- Наследственность
- Вирусная инфекция
- Неизвестные внешние факторы

- Возраст больше 35 лет
- Избыточный вес
- Малоподвижный образ жизни
- Сахарный диабет у родителей или братьев/сестер
- Рождение крупного ребенка (более 4 кг)
- Гипертония и сердечно-сосудистых заболевания

Чаще возникает у детей, подростков, молодых людей.



Факт

Повышенный уровень сахара крови приводит к серьезному повреждению многих систем организма, особенно нервной и кровеносных сосудов.

Чаще возникает у людей старше 30-40 лет.



Самообследование молочных желез – самая простая мера профилактики.



Проводить его стоит
с **5 по 10 день**
менструального цикла.



Осмотрите грудь
перед зеркалом —
обратите внимание
на форму, размеры,
симметрию.



Проверьте грудь
на ощупь — прощупайте
всю поверхность,
включая подмышечные
области.



Обратите внимание
на наличие уплотнений,
изменений кожи
и выделений.

