

Risico groepen en factoren :

Geslacht : Mannen kunnen ook borstkanker krijgen. Borstkanker komt 100x meer voor bij vrouwen dan bij mannen.

Leeftijd: Hoe ouder hoe groter de kans (vooral >55).

Erfelijkheid: De kans is groter als borstkanker in de familie voorkomt.

Overgewicht en onvoldoende lichaamsbeweging

(3 tot 4 uren lichaamsbeweging in de week doet het risico op borstkanker aanzienlijk verminderen).

Alcohol gebruik (dagelijks).

Vroege leeftijd van eerste menstruatie .

Late menopauze.

Geen kinderen krijgen of het eerste kind op late leeftijd krijgen.

Geen borstvoeding of korte tijd borstvoeding gegeven.

Radiotherapie in het verleden.

Eerder borstkanker gehad in 1 van de borsten.

Let wel !

Indien U een afwijking ziet of voelt contact dan direct uw arts. U kunt altijd terecht bij Stichting Lobi met uw bevindingen en u wordt dan door een deskundige onderzocht en eventueel verwezen voor verder onderzoek.

U kunt bij Stichting Lobi ook terecht voor :

Pil, Prikpil, Condoom (mannen en vrouwen)
Spiraal (inbrengen, controle en verwijderen)
Emergency contraceptive (Morning after pill)
Baarmoederhalskanker onderzoek
(Papsmeear of VIA)
Borst onderzoek
Prostaat onderzoek
HIV-test + counseling
Familyplanning voor HIV+ koppels
Gonorroe onderzoek en (SOA)
Chlamydia test (SOA)
Fluoranalyse
Sperma analyse
Zwangerschapstest
Kinderwens begeleiding
Intra Uterine Inseminatie
Echografie
Bloedsuikertest (Glucose onderzoek)
Cholesterol test
Bloeddrukmeting
Counselingsgesprek
Consult bij de arts
Educatie & training



STICHTING LOBI

- Paramaribo : Fajalobistraat # 16 tel.: 400444
- Lelydorp : Fajalobilaan # 103 tel.: 367227
- Nickerie : Bharosstraat # 44 tel.: 231533
- Website : www.lobisuriname.org
- E-mail : lobi@lobi.sr



Meer over Borstkanker en borstonderzoek

Laat U regelmatig onderzoeken !
Controleren begint bij uzelf !



Borstkanker is de meest voorkomende kanker in de vrouw wereldwijd:

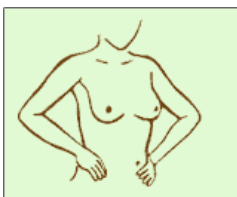


1 uit de 9 vrouwen wordt ermee getroffen.

Aangeraden wordt maandelijks een zelf- borstonderzoek en jaarlijks een borstonderzoek door een arts of deskundige en vanaf 40 jarige leeftijd een mammogram te laten doen. Hierdoor kan borstkanker tijdig ontdekt worden en op tijd behandeld worden, waardoor de overlevingskans vrijwel 100% kan zijn.

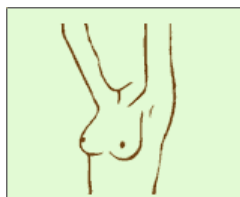
Controleren begint bij uzelf. Raak bekend met uw eigen lichaam zodat u weet wat normaal is en afwijkingen kunt onderscheiden. Begin uw borsten op 20 jarige leeftijd maandelijks te controleren, het liefst 1 week na de menstruatie als de borsten minder pijnlijk zijn en als U niet meer menstrueert kies dan een vaste dag in de maand.

Hoe kunt U uw eigen borsten controleren?



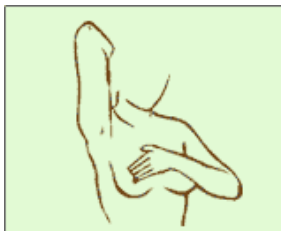
1. Sta voor de spiegel om uw borsten te bekijken met uw armen op uw zij en uw handen op uw heupen.

2. Bekijk uw borsten nauwkeurig en let op veranderingen in vorm, grootte en kleur. Let op intrekkingen van de huid, knobbeltjes of verhardingen, roodheid, schilfertjes en intrekkingen van de tepels.



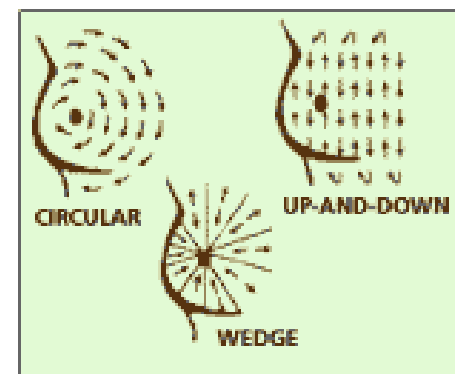
Na het onderzoek voor de spiegel gaat u uw borsten bevoelen. U kunt kiezen wat U het prettigst vindt: liggend, zittend of staand. Voor vrouwen met grote borsten is liggend onderzoek aan te bevelen. Sommige vrouwen doen het liever onder de douche wanneer de huid al glad is door water en zeep en het voelen makkelijker gaat.

3. Leg 4 vingers plat op uw borst en maak kleine ronddraaiende bewegingen met uw vingers over uw borst en oksel. Controleer beide borsten.



Let erop dat u de vingers laat glijden over de huid (til de vingers dus niet op), zodat je bepaalde gedeelten niet overslaat tijdens het voelen. Let er wel op dat U de hele borst onderzoekt en niet slechts een gedeelte.

4. Er zijn 3 verschillende methoden om uw borst te onderzoeken: cirkelvormige bewegingen, boven en beneden, naar de tepel toe en van de tepel af. Gebruik dezelfde methode elke maand.



5. Druk voorzichtig de tepel van elke borst en let op afscheiding van de tepel. Let op afscheiding van de tepels (bloed en pus zijn niet normaal)

