NOVARTIS

ЕРТЕРЕК байқаңыз — ДЕР КЕЗІНДЕ әрекет етіңіз!



Ауруды **ерте анықтау сәтті емделу** мүмкіндігін арттырады

СҮТ БЕЗІ ОБЫРЫ



Қамқорлық өзіңізден басталады

Сүт безі обырын ерте анықтау туралы толығырақ білу және жақын маңдағы клиниканы табу үшін QR-кодтысканерлеңіз

www.breastcancer.kz



Бұл неліктен маңызды

NOVARTIS

Байқаңыз. Тексеріңіз. Кешіктірмеңіз.[1,3,6]

Сүт безіндегі өзгерістерге
назар аудару — алғашқы қадам

Сүт безі обыры ерте сатысында анықталған кезде емдеудің тиімділігі жоғары болады.

Сүт безіндегі кез келген жаңа немесе әдеттен тыс өзгеріс — дәрігерге жүгінуге себеп

Тұрақты тексерулер сүт безіндегі өзгерістерді ерте анықтауға көмектеседі:

- сүт бездерін өздігінен тексеру,
- дәрігердің профилактикалық қарап-тексеруі,
- маммография
- сүт бездерінің ультрадыбыстық зерттеуі (УДЗ),

Неге назар аудару керек

Қандай өзгерістерді елемеуге болмайды[3,5,6]

Сүт безінің тығыздалуы

Сүт безінде немесе қолтық аймағында жаңа тығыздалудың пайда болуы



Емізіктің ішке тартылуы

Немесе оның орналасуының айқын өзгеруі



Пішіннің өзгеруі

Сүт безінің көлемі немесе пішінінің өзгеруі



Емізіктен бөлінділер

Емізіктен әдеттен тыс, әсіресе қанды бөлінділердің шығуы



Ісіну немесе ауырсыну

Сүт безінің ісінуі немесе басылмайтын жергілікті ауырсыну



Терідегі өзгерістер

Қызару, қабыршақтану, терінің қалыңдауы, ойықтардың пайда болуы немесе «апельсин қабығы» тәрізді көрініс



Ерте анықтау туралы толығырақ біліп, жақын маңдағы клиниканы табыңыз

www.breastcancer.kz

NOVARTIS

Сүт бездерін қалай тексеруге болады[6]

Сүт бездерін өздігінен тексеру олардың өзіңізге тән қалыпты күйін жақсырақ білуге және өзгерістерді байқауға көмектеседі, бірақ маммографияны алмастырмайды



Айна алдына тұрыңыз

Сүт бездерінің пішіні мен көлеміне, теріге және емізіктердің орналасуына назар аударыңыз



Қолдарыңызды көтеріңіз

Сүт бездерінің пішіні немесе емізіктердің орналасуы өзгеретін-өзгермейтінін бақылаңыз



Емізіктерді тексеріңіз

Кез келген бөліндіге назар аударыңыз



Жатып, сүт бездерін қолмен тексеріңіз

Сүт безінің барлық тінін және қолтық аймағын тексеріңіз



Тұрып қайта тексеріңі

Тексеруді душ қабылдау кезінде де жүргізуге болады

Қашан жүргізу керек

Етеккір аяқталғаннан кейін бірнеше күн өткен соң немесе етеккір болмаса, әр айдың бір күнінде жүргізіңіз

Дәрігерді қайдан табуға болады

Дәрігерге қашан жүгіну керек

Егер жаңа немесе әдеттен тыс өзгерісті байқасаңыз, дәрігерге жүгінуді кейінге қалдырмаңыз[3,6]

1. Егер ұзақ уақыт бойы тексеруден өтпеген болсаңыз
2. Егер жақын туыстарыңызда сүт безі обыры болған болса
3. Егер сүт безінде өзгерістер пайда болса
4. Егер жасыңыз 40-та немесе одан жоғары болса



Қауіп факторлары[3]

- 40 жас және одан жоғары
- Тұқым қуалаушылық
- Гормондық факторлар
- Артық салмақ
- Алкогольді тұтыну

!МАҢЫЗДЫ!

Сүт безіндегі өзгерістердің көпшілігі обырмен байланысты емес. Алайда оның себебін тек маман анықтай алады


NOVARTIS
Тексеруден қайда өтуге болады?
QR-кодты сканерлеп, жақын маңдағы клиниканы табыңыз
www.breastcancer.kz

NOVARTIS

www.breastcancer.kz

Симптомдарды күтпеңіз

QR-кодты сканерлеп, өзіңізге жақын жерде сүт бездерін қайда тексертуге болатынын біліңіз

Дереккөздер:

1. Greater Manchester Cancer Alliance. Breast Cancer Awareness: Look and Feel Every Month.
2. The Estée Lauder Companies. The Breast Cancer Campaign.
3. National Breast Cancer Foundation. Early Detection of Breast Cancer.
4. Prevent Breast Cancer. Breast Awareness and Education.
5. Centers for Disease Control and Prevention. Breast Cancer.
6. Breastcancer.org. Breast Self-Exam: Get to Know Your Breasts in 5 Steps.

Материал пациенттердің ауру туралы хабардарлығын арттыру мақсатында «Новартис» компаниясының қолдауымен әзірленген.

Материалда берілген ақпарат денсаулық сақтау маманының кеңесін алмастырмайды. Емдеуші дәрігеріңізге жүгініңіз.

ҚР аумағында ақпаратты таратуға жауапты компания – «Новартис Казахстан» ЖШС, 050022, Алматы қ., Құрманғазы көш., 95, тел.: +7 (727) 258-24-47.
Материал қолданыстағы жергілікті заңнама талаптарына, сондай-ақ «Новартис» компаниясының ішкі саясаттары мен рәсімдеріне сәйкес дайындалған.

KZ/11766079/RIB/BCH/08.2026/5000