



SOU a SOŠ SČMSD,
Znojmo, s.r.o.
Přímětická 1812/50,
669 41 ZNOJMO



PŘIJME OD 1. 9. 2017

uchazeče ke
zkrácenému studiu
**KUCHAŘ - ČÍŠNÍK
A SOCIÁLNÍ ČINNOST**

Tel.: 537 020 555, 732 287 828, 602 541 973

e-mail: zuzana.svobodova@sousoszn.cz

hanzal.libor@sousoszn.cz

více na www.sousoszn.cz

RADY - PORADY

Samovyšetření prsu

Rakovina prsu je nejčastější nádorové onemocnění žen. Každý rok se počet žen s touto diagnózou zvětšuje, a proto je zapotřebí dbát na prevenci. Největší nebezpečí výskytu je po čtyřicátém roce života, ale nevyhýbá se ani ženám mladším. Odhaduje se, že zhruba u 5-10 % patientek je rakovina prsu dědičná.

Riziko rakoviny prsu spočívá především v tom, že v počátcích nebolí a ani se nijak neprojevuje. Až později se objevuje hmatatelná bulka, změny kůže na prsou, krvavý výtok

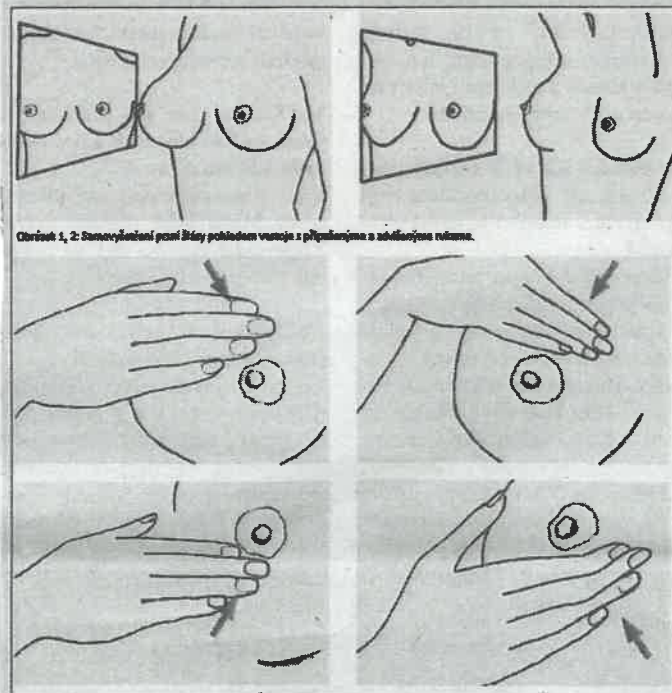


z bradavky, vtažení bradavky apod. Ke vzniku nádoru může přispívat také špatný životní styl a vliv prostředí. Proto je důležité vzniku onemocnění předcházet a změnit svůj životní styl – omezit tučná jídla, hlídat si váhu, nekouřit a omezit pití alkoholu. Pokud je onemocnění včas od-

haleno, zvyšuje se také úspěšnost léčby.

Základem je samovyšetření prsu, které by si měla každá žena provádět 1x měsíčně po osprchování teplou vodou, aby byla pokožka uvolněná a vláčná.

Mgr. Petra Moravcová



Obrázek 1, 2: Samovyšetření prsu. 1. Pohledem vzepředu a 2. pohledem z boku. 3. a 4. Detail pohledu na ruku.