Il **tumore della mammella** è la malattia oncologica più frequente nelle donne in ogni fascia di età, una donna su otto nel corso della vita svilupperà questa malattia.

La probabilità di ammalarsi aumenta col passare degli anni, la maggior parte dei casi è nelle donne di età superiore ai 50 anni.

La sopravvivenza delle donne è aumentata nel tempo sia grazie alle **terapie "adiuvanti"** (le terapie a cui ci si deve sottoporre dopo l'intervento e che "aiutano" a consolidare il risultato ottenuto con la chirurgia), sia grazie alla possibilità di **diagnosi precoce** tramite adesione ai programmi di screening, ai frequenti controlli periodici spontanei, alla possibilità di sottoporsi ad interventi chirurgici con una tempistica corretta.

L'**autopalpazione** non è uno strumento di diagnosi precoce, ma è un modo per conoscere meglio il proprio corpo. Se eseguita mensilmente consente a volte di identificare eventuali sintomi o segni, quando presenti, correlabili al tumore della mammella.

AUTOPALPAZIONE DELLA MAMMELLA

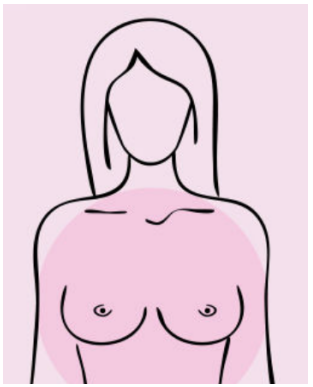


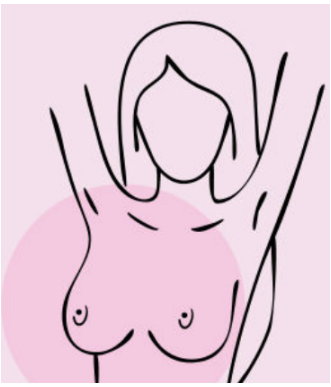
SSD Chirurgia senologica - Breast Unit
Ospedale di Treviglio-Caravaggio
ASST Bergamo Ovest
Responsabile: Dr.ssa Loredana Burgoa

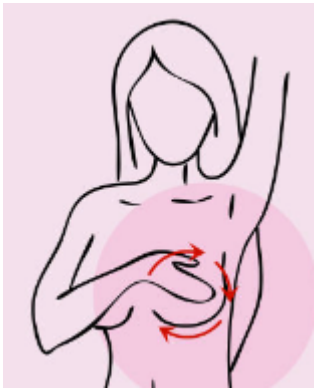
Sistema Socio Sanitario
Regione Lombardia
ASST Bergamo Ovest

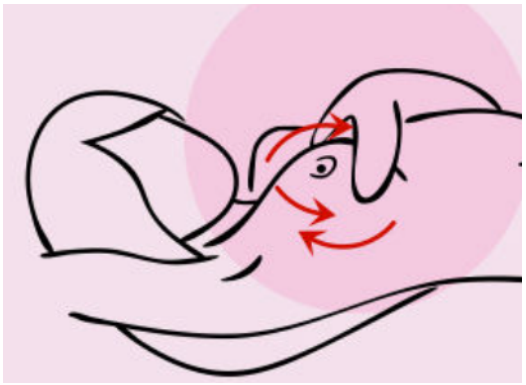
www.asst-bgovest.it

A braccia distese lungo il corpo e poi alzate, osservarsi allo specchio per notare asimmetrie di forma e volume, aree di arrossamento o screpolature della pelle.
Valutare la presenza di protuberanze o affossamenti.
Osservare l'aspetto dell'areola e del capezzolo.









Il movimento delle dita è lievemente circolare.

Esegui questa procedura a partire dai 20 anni tutti i mesi, a fine ciclo (tra 5° e 8° giorno dall'inizio delle mestruazioni) se in età fertile, scegliendo una data specifica fissa del mese se in menopausa.

L'autoesame è condotto bilateralmente, da seduta e da sdraiata, con lo scopo di esplorare tutto il volume mammario, comprendendo anche le zone più periferiche.
Con il braccio sinistro dietro la nuca, usare i polpastrelli della mano destra per esplorare tutto il seno e viceversa cambiando lato.

