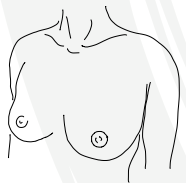


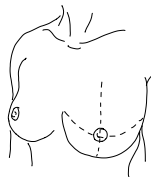


Brustuntersuchung

Die monatliche Selbstuntersuchung der Brust hilft dir, Veränderungen frühzeitig zu erkennen. Am besten prüfst du deine Brust einige Tage nach der Periode, wenn das Gewebe weicher ist. Achte auf Knoten, Verhärtungen, Einziehungen der Haut oder Veränderungen der Brustwarze. Die Untersuchung erfolgt im Stehen vor dem Spiegel sowie im Liegen mit kreisenden Bewegungen der Finger. Früh erkannt, lassen sich viele Erkrankungen besser behandeln.



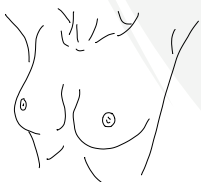
Vor den Spiegel stellen,
Brüste betrachten



Brust in Quadranten
teilen, segmental
untersuchen



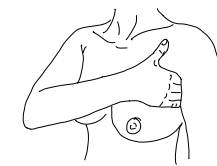
Achselhöhle gründlich
abtasten



Arme heben, auf
Einziehungen achten



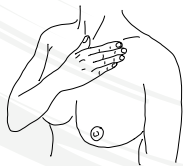
Mit flacher Hand Brust
abtasten



Hand entspannt
einschliessen, tiefer
abtasten



Nach vorne beugen,
Veränderungen prüfen



Lymphbahnen bei
Schlüsselbein und
Achsel prüfen



Untersuchung im
Liegen wiederholen