

YOU KNOW YOUR BODY BETTER THAN ANYONE

Getting to know how your breasts look and feel normally means you'll be able to notice any unusual changes.

A change to the way your breasts feel or look could be a sign of cancer. So get any new or unusual changes checked by a GP.

Most breast changes, including lumps, are not cancer. But the sooner breast cancer is found, the more successful treatment is likely to be.

CHECKING YOUR BREASTS IS AS EASY AS TLC

TOUCH YOUR BREASTS

Can you feel anything new or unusual?

LOOK FOR CHANGES

Does anything look different to you?

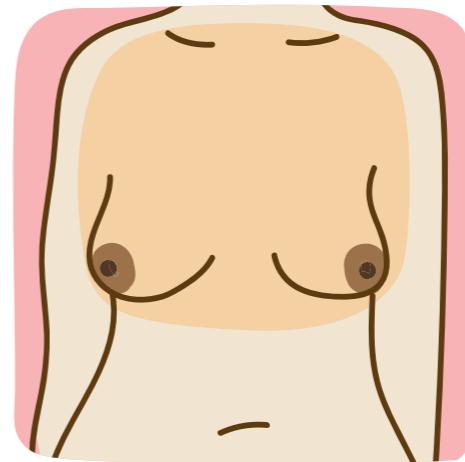
CHECK ANY NEW OR UNUSUAL CHANGES WITH A GP

CHANGES TO LOOK AND FEEL FOR

There's no special way to check your breasts and you do not need any training. Everyone will have their own way of touching and looking for changes.

Get used to checking regularly and be aware of anything that's new or different for you.

These illustrations are meant as a guide. Check anything that looks or feels different for you with a GP.



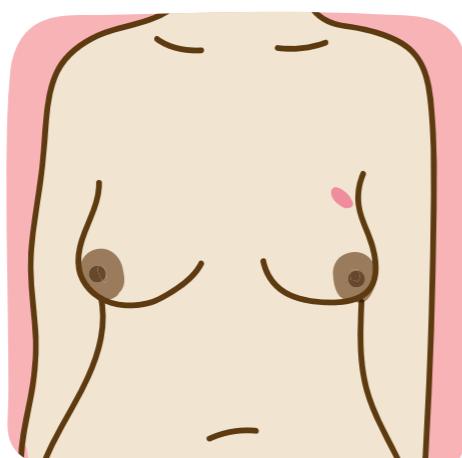
Check your whole breast area, including up to your collarbone (upper chest) and armpits.

WE'RE HERE FOR YOU

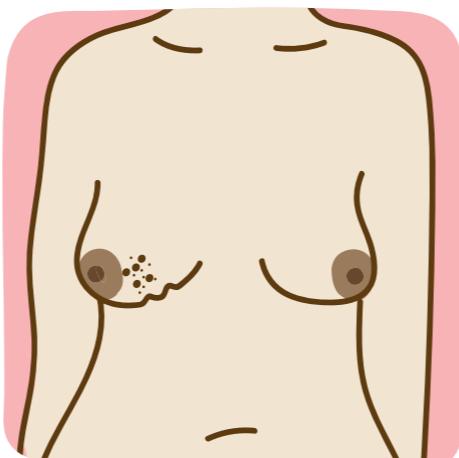
We want everyone to have the confidence to check their breasts and report any new or unusual changes.

If you have any questions or worries about your breasts or breast cancer, call us free and confidentially. We have access to an interpreting service in over 240 languages.

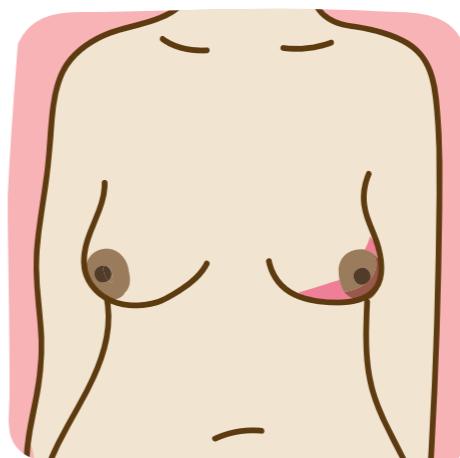
0808 800 6000



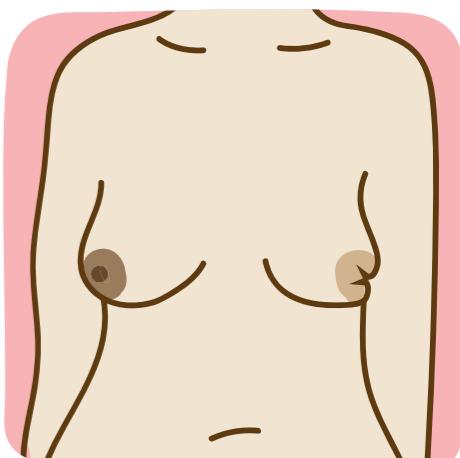
A **lump or swelling** in the breast, upper chest or armpit



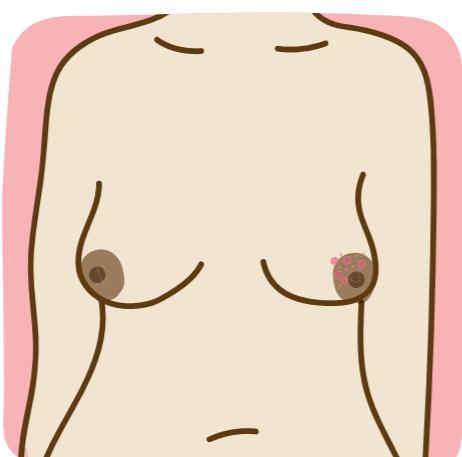
A **change to the skin**, such as puckering or dimpling



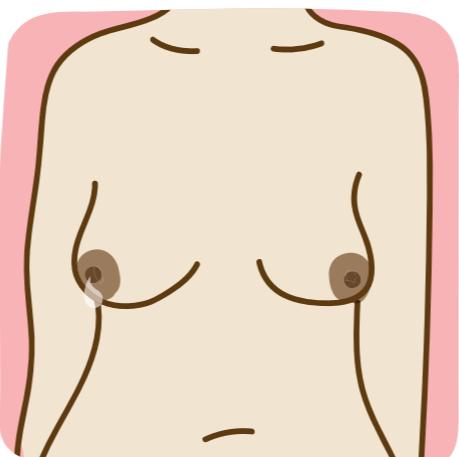
A change in the **colour** of the breast – the breast may look red or inflamed



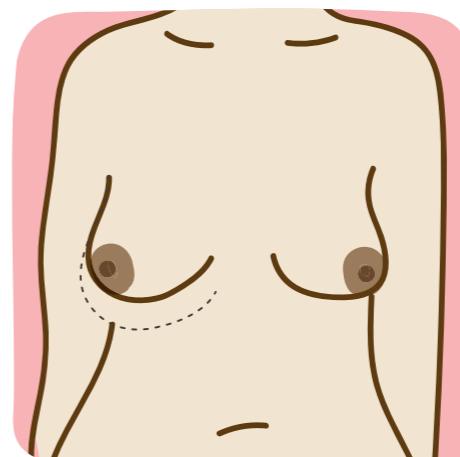
A **nipple change**, for example it has become pulled in (inverted)



Rash or crusting around the nipple



Unusual liquid (discharge) from either nipple



Changes in **size or shape** of the breast

BREAST PAIN
On its own pain in your breasts is not usually a sign of cancer. But look out for pain in your breast or armpit that's there all or almost all the time.

TOUCH
LOOK
CHECK™

BREAST
CANCER
NOW™
The research & care charity

© Breast Cancer Now,
May 2022, BCN242
Edition 5, next
planned review 2024



Breast Cancer Now is a company limited by guarantee registered in England (9347608) and a charity registered in England and Wales (1160558), Scotland (SC045584) and Isle of Man (1200). Registered Office: Fifth Floor, Ibex House, 42-47 Minories, London EC3N 1DY.

© Breast Cancer Now, May 2022, BCN242, Edition 5, next planned review 2024. Breast Cancer Now is a working name of Breast Cancer Care and Breast Cancer Now, a company limited by guarantee registered in England (9347608) and a charity registered in England and Wales (1160558), Scotland (SC045584) and a business name of the registered charity in the Isle of Man (1200). Registered Office: Fifth Floor, Ibex House, 42-47 Minories, London EC3N 1DY.

KNOW YOUR BREASTS CUNOAȘTEȚI-VĂ SÂNII

Romanian

TOUCH
LOOK
CHECK™

BREAST
CANCER
NOW

The research & care charity

VERIFICAREA SÂNILO DUMNEAVOASTRĂ ESTE SIMPLĂ, CA ȘI CUM AI SPUNE TLC

TOUCH-ATINGEȚI - VĂ SÂNII

Simțiți ceva nou sau neobișnuit?

LOOK-VEDEȚI DACĂ APAR MODIFICĂRI

Observați ceva care arată diferit?

CHECK-VERIFICATI ORICE MODIFICĂRI NOI SAU NEOBİŞNUITE ÎMPREUNĂ CU UN MEDIC DE FAMILIE

SUNTEM AICI PENTRU DUMNEAVOASTRĂ

Dorim ca toate persoanele să aibă încrederea de a-și verifica sâni și de a raporta orice modificări noi sau neobișnuite.

Dacă aveți orice întrebări sau motive de îngrijorare legate de sâni dumneavoastră sau cancerul de sân, ne puteți suna gratuit și în regim de confidențialitate.

Avem acces la un serviciu de interpretariat în peste 240 de limbi.

0808 800 6000

DUMNEAVOASTRĂ VĂ CUNOAȘTEȚI CORPUL MAI BINE DECÂT ORICINE

Învățând cum arată și se simt sâni dumneavoastră în mod normal, veți putea observa orice modificări neobișnuite.

O schimbare în modul în care se simt sau arată sâni dumneavoastră ar putea fi un semn de cancer. Așadar, verificați orice modificări noi sau neobișnuite împreună cu un medic de familie.

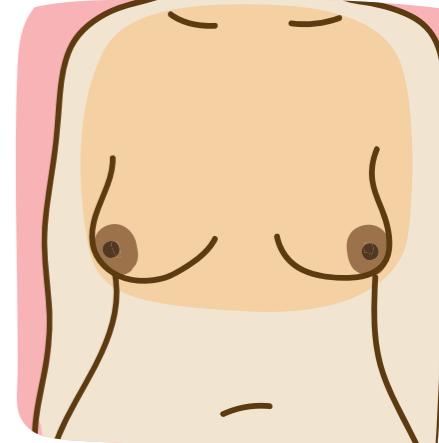
Majoritatea modificărilor de la nivelul sânului, inclusiv nodulii, nu sunt cancer. Dar cu cât cancerul de sân este depistat mai din timp, cu atât mai eficace ar putea fi tratamentul.

MODIFICĂRI PE CARE TREBUIE SĂ LE CĂUTAȚI ȘI SĂ LE DEPISTAȚI PRIN PALPARE

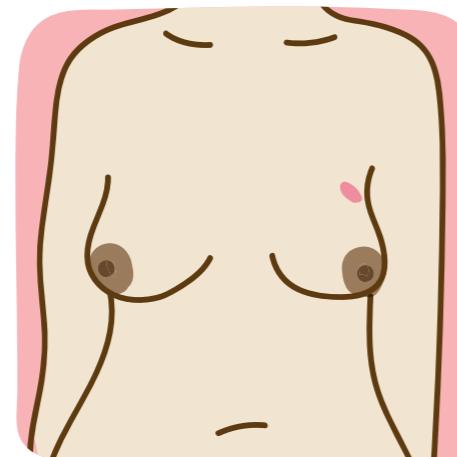
Nu există un mod special de a vă verifica sâni și nu aveti nevoie de instruire. Fiecare persoană are propriul mod de a se palpa și de a căuta eventuale modificări.

Obișnuiați-vă să vă verificați sâni cu regularitate și fiți conștientă de orice lucru care vi se pare nou sau diferit.

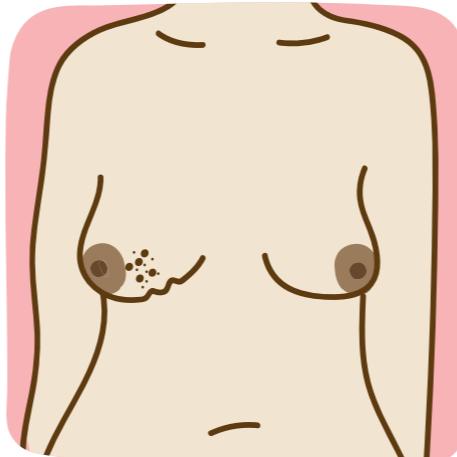
Aceste ilustrații au rolul unui ghid. Verificați orice lucru care vi se pare că arată sau se simte diferit împreună cu un medic de familie.



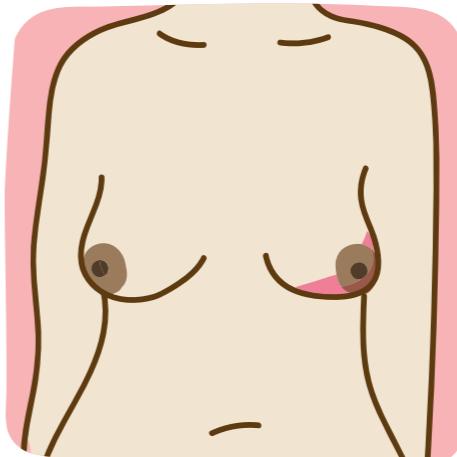
Verificați întreaga zonă a sânilor, inclusiv partea superioară a pieptului până la clavicule și axile.



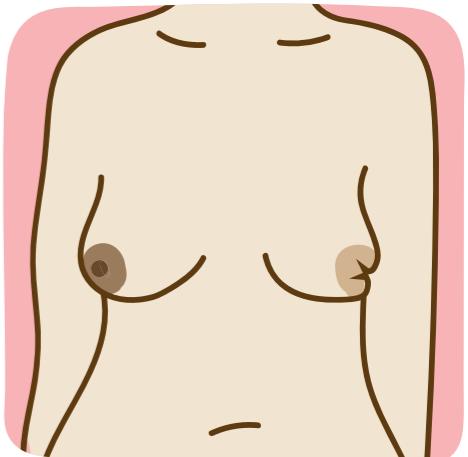
Un **nodul** sau o **umflătură** în interiorul sânului, în partea superioară a pieptului sau la nivelul axilei



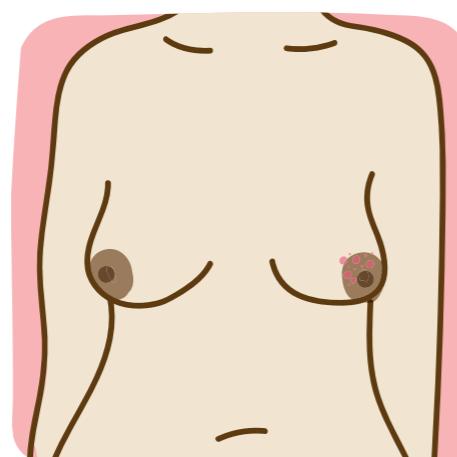
O **modificare la nivelul pielii**, precum încrețire sau formarea de gropițe



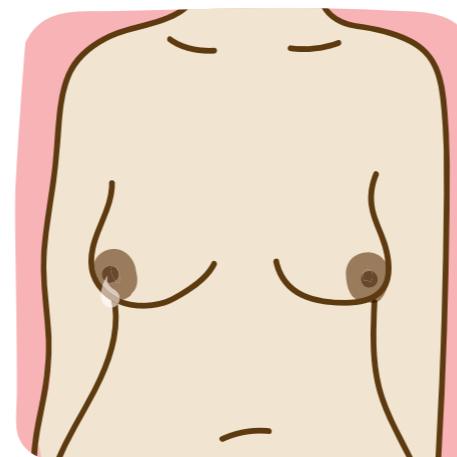
O modificare a **culturii** sânului – sânul poate prezenta roșeață sau inflamație



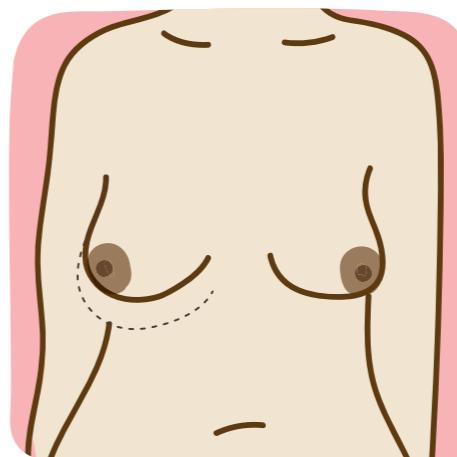
O modificare a **mamelonului**, de exemplu, acesta pare afundat în interior (inversat)



Erupție cutanată sau formarea de cruste în jurul mamelonului



Lichid neobișnuit (secreție) din unul dintre mameloane



Modificări ale **mărimii sau formei** sânului

DURERE LA NIVELUL SÂNULUI

Neînsoțită de alte simptome, durerea de la nivelul sânilor nu reprezintă, de obicei, un semn de cancer de sân. Dar acordați atenție durerii de la nivelul sânului sau axilei care este prezentă tot timpul sau aproape tot timpul.