

PERANTARA

Pengantar Perawatan Kesehatan Payudara



~~ DAFTAR ISI ~~

01

Pengenalan Tokoh

02

Ada Apa dengan Payudara Saya?

03

Sadari Salira

04

Langkah Sadari-Salira

06

Waspada! gejala ini!

08

Mengapa Perlu Konsultasi ke Dokter?

09

Faktor Peningkat Resiko Kanker Payudara

12

Prosedur Pemeriksaan Payudara

16

Ibu Tidak Sendirian

17

Dukungan Keluarga

20

Kelompok Peduli Kesehatan Payudara



Apa kabar Ibu, saya Eti. Terima kasih Ibu bersedia untuk membaca pengantar perawatan kesehatan payudara. Dalam PERANTARA ini Ibu akan memperoleh beragam informasi tentang kesehatan payudara

PENGENALAN TOKOH



**dr. Drajat R Suardi, Sp.B (K)
Onk., FICS**

Dokter Drajat merupakan dokter spesialis bedah onkologi Rumah Sakit Hasan Sadikin (RSHS) Bandung. Beliau juga pernah menjabat sebagai PP Perhimpunan Onkologi Indonesia periode tahun 2010-2014.



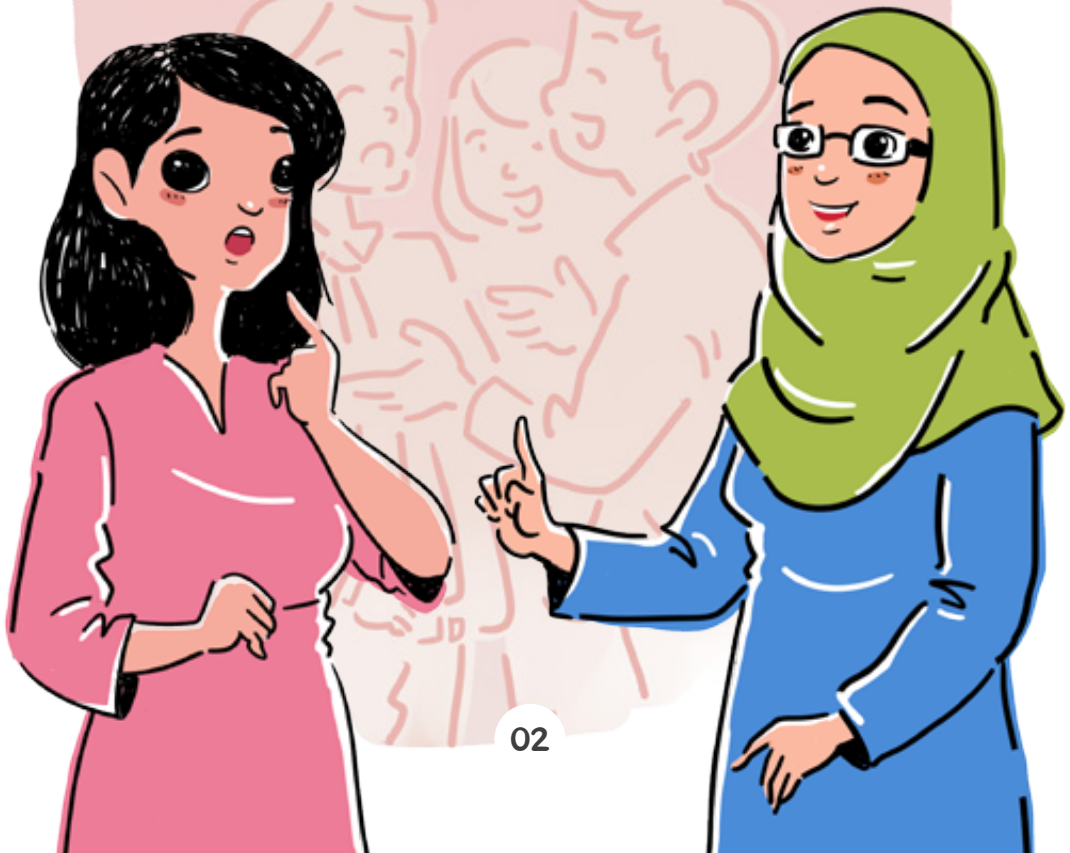
dr. Ahyani Raksanagara, M.Kes

Dokter yang pernah terdiagnosis kanker payudara namun telah berhasil menjalani seluruh prosedur pengobatan sehingga mampu kembali beraktivitas secara normal. Saat ini Dokter Ahyani merupakan Kepala Dinas Kesehatan Kota Bandung.

ADA APA DENGAN PAYUDARA SAYA?

Dokter Ahyani, beberapa teman saya yang merasakan ada benjolan di payudaranya, mereka cemas dan bertanya, “ada apa dengan payudara saya? apakah benjolan ini bisa diobati?”. Bagaimana pengalaman dokter Ahyani saat itu?

Begitu menyadari ada yang mencurigakan, saya segera periksa dan konsultasi ke dokter untuk memastikan apa masalahnya. Jadi, keputusan ibu untuk periksa ke dokter sudah tepat dan **kebanyakan benjolan** yang terjadi pada payudara **bukan kanker** dan **berhasil ditangani** dengan baik.



Ingat selalu ya Bu..

SADARI DENGAN SALIRA

PERIKSA PAYUDARA SENDIRI

- RASA -- LIHAT -- RABA -

Lakukan sebulan sekali, **seminggu setelah haid selesai**, atau tiap tanggal tertentu tiap bulannya bagi yang sudah tidak haid.

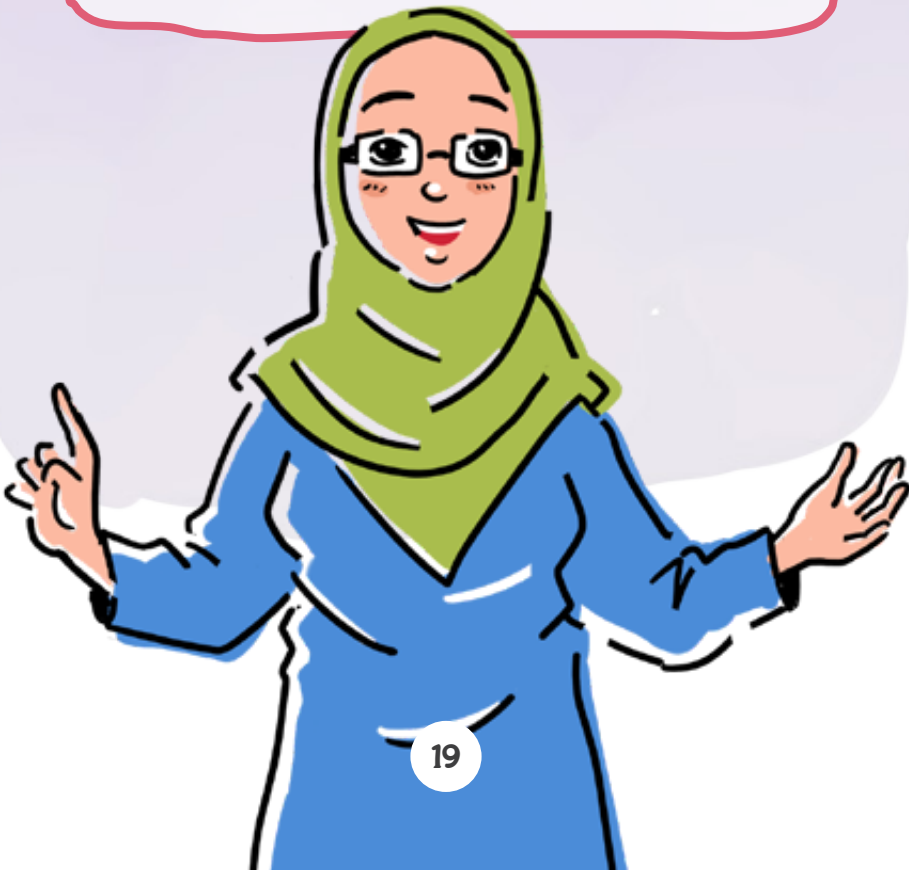
Bila menemukan ada yang berbeda, **segera periksa ke dokter.**



Nah begitu Bu...

PENTING UNTUK DIINGAT

- Dukungan tidak hanya dari suami atau keluarga, bisa juga dari sahabat atau orang yang peduli dengan ibu.
- Selain suami, anak-anak, atau keluarga besar, kira-kira siapa lagi yang bisa membantu ibu?
- Ibu bisa menghubungi mereka dan sampaikan harapan ibu.



KELOMPOK YANG PEDULI

Ibu tidak sendirian, banyak yang peduli untuk berbagi dan membantu ibu

Bandung Cancer Society

<https://www.facebook.com/BCSBandungCancerSociety>

Yanti Setiawadi (081222120971),

Yayasan Kesehatan Payudara Jawa Barat (YKP)

Alamat : Jl. Hegarmanah 3 Bandung 40141

Telepon: (022) 2034313

Fax : (022) 2501259

Hotline : 081316315270, 0811223025

Yayasan Kanker Indonesia (YKI)

Jawa Barat

Alamat : Jl. Kejaksaan No43, Bandung 40112

Telepon: (022) 4230240

Email : ykijabar@bdg.centrin.net.id

Website

<http://www.yayasankankerindonesia.org>



Bila ibu membutuhkan informasi tentang bantuan pembiayaan pengobatan, ibu bisa bertanya kepada rumah sakit, pemerintah setempat atau ke organisasi seperti Badan Penyelenggara Jaminan Sosial (BPJS)

BPJS Kesehatan Kantor Divisi Regional Jawa Barat

Alamat : Jl. Dr. Djundjuran No.144 PO BOX 1617 Bandung 40163
Telepon: (022) 2005892, 2013174

BPJS Kesehatan Bandung (Kota Bandung, Kab. Cimahi, Kab. Bandung Barat)

Alamat : Jl. Pelajar Pejuang 45 No.66 Bandung 40263
Telepon: (022) 7317058, 7307734, 7305693, 7315572
Hotline : 0812 20444445

BPJS KESEHATAN SOREANG (Kab. Bandung)

Alamat : Jl. Terusan Alfathu No.6, Soreang, Kab. Bandung
Telepon: (022) 88886276; 88886277
Hotline : 0811 2001504

