

The logo for Presbyterian Cancer Center features the word "Presbyterian" in a blue serif font, followed by "CANCER CENTER" in a blue sans-serif font. A green curved line arches over the word "Presbyterian".

Presbyterian) CANCER CENTER

Remarkable People. Remarkable Medicine.

Cáncer del seno: ¿Qué debo saber?

Hechos sobre el cáncer del seno



Todas las mujeres corren el riesgo de tener cáncer del seno.

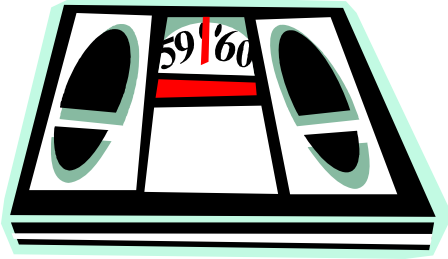
1 en 8 mujeres será diagnosticada en su vida.

Factores de riesgo

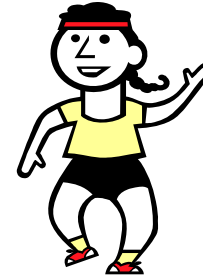


- Ser mujer
- *De la edad de 50 años o más – el riesgo aumenta con la edad*
- *Familiares con cáncer del seno o los ovarios*
- *No hijos o el primer embarazo después de la edad de 30 años*
- *Dieta alta en grasa o calorías o obesidad después de la menopausia*
- *Uso del alcohol (2 bebidas o más al día)*
- *Empezó la primera menstruación antes de la edad de 12 años*
- *Menopausia tardía (después de 55 años)*

Reducir su riesgo



Peso saludable



Ejercicio regular



Dieta balanceada



Limite el alcohol

Cuidado de los senos por edades



Edad de 20 – 39 años

Cada 3 años: Examen clínico del seno

Autoexamen mensual del seno (opcional)

Edad de 40 años y mayor

Examen clínico anual del seno

Autoexamen mensual del seno (opcional)

Mamografía anual

Mamografías

Obtenga una mamografía cada año a partir de los 40 años de edad.

En la mamografía (a la derecha abajo) la flecha roja indica un tumor.



Examen clínico del seno



Obtenga exámenes clínicos regulares del seno de un proveedor de cuidado de salud.

Su médico o enfermera examinará los senos por tumores, cambios o anomalías.

Conocimiento de sus senos



Ninguna persona conoce su cuerpo mejor que usted. Esté consciente de cualquier cambio en los senos. Si usted decide hacerse autoexámenes, el método más efectivo es examinarse los senos cada mes después de su ciclo menstrual. Examine los senos por tumores, hinchazón o cambios. Examine todo el área del seno.

Signos de advertencia



El cáncer del seno usualmente no produce dolor en las etapas tempranas y muchas veces no tiene síntomas. Al crecer el cáncer, puede causar cambios en el seno.

Signos y síntomas de advertencia:

- Grosor o tumor sin dolor
- Espesamiento o hinchazón que persiste
- Dolor o retracción del pezón
- Irritación de la piel del seno o piel con hoyitos
- Desecho espontáneo del pezón

Si usted encuentra algo...



No tenga pánico. Cuatro tumores de 5 no son cancerosos. Pero llame a su profesional de cuidado de salud en seguida para hacer cita para un examen del seno.

Haga una cita aun si usted recientemente tuvo una mamografía.

Para más información

Para más información sobre el cáncer del seno o para hacer arreglos para una presentación gratuita sobre la salud del seno, comuníquese con Willie Adams en el Centro de Cáncer Presbyterian. Se le puede comunicar al (704) 384-5250 o por correspondencia electrónica al wsadams@novanthealth.org

Para hacer cita para una mamografía en cualquiera de los Centros de Mamografías Presbyterian, por favor llame al (704) 384-4177. Un recuerdo: Las mujeres deben recibir mamografías anualmente después de la edad de los 40 años.

Breast Cancer: What should I know?

Decreasing Your Risk



Healthy Weight



Regular Exercise



Balanced Diet



Limit Alcohol

Clinical Breast Exam



Get regular clinical breast exams by a health care provider.

Your doctor or nurse will examine your breasts for lumps, changes or abnormalities.

If You Find Something...



Don't panic. Four lumps in 5 are not cancer. But call your health care professional right away to schedule a breast exam.

Make an appointment even if you recently had a mammogram.

Breast Cancer Facts



All women are at risk of developing breast cancer.

1 in 8 women will be diagnosed in her lifetime.

Breast Care By Age



Age 20 - 39

Every 3 years, Clinical Breast Exam

Monthly breast self exam (optional)

Age 40 and older

Yearly Clinical Breast Exam

Monthly self breast exam (optional)

Yearly Mammogram

Breast Self Awareness



No one knows your body better than you. Be aware of any changes in your breasts. If you choose to practice breast self exam, the most effective method is to check your breasts monthly following your menstrual cycle. Check your breasts for lumps, swelling or changes. Check your entire breast area.

For More Information

For more information on breast cancer or to arrange a free presentation on breast health, contact Willie Adams at Presbyterian Cancer Center. She may be reached at (704) 384-5250 or by email at wsadams@novanthealth.org

To make an appointment for a mammogram at any of the Presbyterian Breast Center sites, please call (704) 384-4177. A reminder: women should get mammograms annually after age 40.

Being Female

- Age 50 or older - risk increases with age
- Family history of breast or ovarian cancer
- No children or 1st pregnancy after age 30
- High fat/calorie diet or obesity after menopause
- Alcohol use (2 or more drinks per day)
- Began first period before age 12
- Late menopause (over 55)

Mammograms

Get a mammogram every year, beginning at age 40.

The mammogram (below right) shows a lump at the red arrow.



Warning Signs



Breast cancer usually does not cause pain in the early stages and often has no symptoms. As a breast cancer grows, it can cause changes in the breast.

Warning Signs and Symptoms

- Painless lump or thickness
- Thickening or swelling that persists
- Nipple pain or retraction
- Breast skin irritation or dimpling
- Spontaneous nipple discharge