

**Κλείσε ένα ραντεβού ζωής  
Αφιέρωσε 10 λεπτά στον εαυτό σου για μια μαστογραφία**

**ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015**

**Όσα θα θέλατε να μάθετε για τον  
καρκίνο του μαστού**



*Η πρώιμη διάγνωση σώζει.  
Ο ειδικός θεραπεύει*



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ  
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ & ΠΡΟΛΗΨΗΣ  
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)

[www.keelpno.gr](http://www.keelpno.gr)



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ  
&  
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ

[www.ygeia-pronoia.gr](http://www.ygeia-pronoia.gr)

Με την  
συγχρηματοδότηση  
της Ευρωπαϊκής  
Ένωσης



[www.epanad.gov.gr](http://www.epanad.gov.gr)



[www.espa.gr](http://www.espa.gr)



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

[europa.eu](http://europa.eu)

## ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

### Τι είναι ο καρκίνος του μαστού;

- Προκαλείται όταν τα κύτταρα στο στήθος αυξάνονται ανεξέλεγκτα δημιουργώντας μια μάζα δηλαδή έναν όγκο.
- Ο καρκίνος του μαστού μπορεί να είναι:  
α) εντοπισμένος (*in situ*) ή β) διηθητικός



## ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

### Πόσο συχνός είναι ο καρκίνος του μαστού;

- Στην Ελλάδα, περίπου >4.500 γυναίκες διαγιγνώσκονται με καρκίνο του μαστού κάθε χρόνο.
- Είναι η πιο συχνή αιτία θανάτου στις γυναίκες στις αναπτυσσόμενες χώρες.

## ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

### Πόσο συχνός είναι ο καρκίνος του μαστού;

- Υπολογίζεται ότι 1 στις 9 γυναίκες στην Ευρώπη θα νοσήσει από καρκίνο του μαστού κάποια στιγμή στη ζωή της.
- Στην Ελλάδα το ποσοστό αυτό υπολογίζεται ότι είναι 1 στις 12 γυναίκες – παρατηρείται όμως μεγάλη αυξητική τάση των περιστατικών κάθε χρόνο.

## ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

### Πόσο συχνός είναι ο καρκίνος του μαστού;

- Στην Ευρώπη, το 60% των περιστατικών καρκίνου του μαστού διαγιγνώσκεται σε πρώιμο στάδιο,
- ενώ στην Ελλάδα το ποσοστό πρώιμης διάγνωσης είναι πολύ χαμηλότερο.
- Αυτό δείχνει ότι χρειάζεται μεγαλύτερη προσπάθεια για την ενημέρωση των Ελληνίδων σε κάθε γωνιά της χώρας για τη διαφύλαξη της υγείας τους.



## ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

### Τι είναι τα ΠΡΩΙΜΑ στάδια;

- Είναι οι «υποκλινικές» μορφές του καρκίνου, δηλαδή:
  - εκείνες που αναδεικνύονται μόνο στη Μαστογραφία,
  - οι πολύ αρχικές και συνήθως αντιμετωπίσιμες, πριν ακόμη εκδηλωθούν σαν όγκοι ή άλλα συμπτώματα.

ΠΑΡΕ ΤΗ ΖΩΗ ΣΟΥ ΣΤΑ ΧΕΡΙΑ ΣΟΥ

ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

# Μπορείς να μειώσεις τον κίνδυνο από καρκίνο του μαστού



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ  
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ & ΠΡΟΛΗΨΗΣ  
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)

[www.keelpno.gr](http://www.keelpno.gr)



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ  
&  
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ

[www.ygeia-pronoia.gr](http://www.ygeia-pronoia.gr)

Με την  
συγχρηματοδότηση  
της Ευρωπαϊκής  
Ένωσης



[www.epanad.gov.gr](http://www.epanad.gov.gr)



[www.espa.gr](http://www.espa.gr)



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

[europa.eu](http://europa.eu)

# ΠΑΡΕ ΤΗ ΖΩΗ ΣΟΥ ΣΤΑ ΧΕΡΙΑ ΣΟΥ

## ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

### Μπορείς να μειώσεις τον κίνδυνο από καρκίνο του μαστού:

- Πρώτη **Μαστογραφία** σε ηλικία 35 ετών
- **Πάνω από τα 40, κάθε χρόνο μαστογραφία**
- Δες τον γιατρό σου εάν παρατηρήσεις αλλαγές στο στήθος σου
- Αν έχεις **οικογενειακό ιστορικό**, συζήτησέ το με τον γιατρό σου, να σε καθοδηγήσει
- Κάνε κάθε μήνα **αυτοεξέταση**
- Διατήρησε το **βάρος σου φυσιολογικό** και αύξησε τη **σωματική σου δραστηριότητα**
- Μείωσε το αλκοόλ και κόψε το κάπνισμα.



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ  
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ & ΠΡΟΛΗΨΗΣ  
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)

[www.keelpno.gr](http://www.keelpno.gr)



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ  
&  
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ

[www.ygeia-pronoia.gr](http://www.ygeia-pronoia.gr)

Με την  
συγχρηματοδότηση  
της Ευρωπαϊκής  
Ένωσης



ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ  
"ΑΝΑΤΙΤΗ ΑΝΘΡΩΠΙΝΩΝ ΔΥΝΑΜΙΚΩΝ"

[www.epanad.gov.gr](http://www.epanad.gov.gr)



ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ  
πρόγραμμα για την ανάπτυξη

[www.espa.gr](http://www.espa.gr)



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

[europa.eu](http://europa.eu)



## ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

### Παράγοντες κινδύνου

- Προσωπικό ιστορικό κάθε γυναίκας (π.χ., καρκίνος ενός μαστού)
- Οικογενειακό ιστορικό (καρκίνου μαστού)  
*(Ωστόσο μόνο το 5-10% των περιπτώσεων καρκίνου του μαστού είναι κληρονομικοί)*



## ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

### Παράγοντες κινδύνου

- Ιστολογικές εξετάσεις μετά από βιοψία μαστού με «υψηλού κινδύνου» αλλοιώσεις, όπως:  
υπερπλασία, πολλαπλή θηλωμάτωση των πόρων, άτυπη υπερπλασία, *in situ* καρκίνος κ.ά.

## ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

### Παράγοντες κινδύνου

- Προσωπικό ιστορικό κάθε γυναίκας που αφορά τον κύκλο της (πρόωρη εμμηναρχή, καθυστερημένη εμμηνόπαυση), λήψη φαρμάκων, κύηση, τοκετός.
- Άλλα: όπως παχυσαρκία, αλκοόλ...



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ  
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ & ΠΡΟΛΗΨΗΣ  
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)

[www.keelpno.gr](http://www.keelpno.gr)



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ  
&  
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ

[www.ygeia-pronoia.gr](http://www.ygeia-pronoia.gr)

Με την  
συγχρηματοδότηση  
της Ευρωπαϊκής  
Ένωσης



ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ  
"ΑΝΑΤΥΞΗ ΑΝΘΡΩΠΙΝΩΝ ΔΥΝΑΜΙΚΩΝ"

[www.epanad.gov.gr](http://www.epanad.gov.gr)



ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ  
πρόγραμμα για την ανάπτυξη

[www.espa.gr](http://www.espa.gr)



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

[europa.eu](http://europa.eu)

## ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

### Ποιες εξετάσεις είναι απαραίτητες;

- Μαστογραφία
- Υπερηχογράφημα
- Κλινική εξέταση
- Αυτοεξέταση

Αν κριθεί αναγκαίο, προστίθεται και η Μαγνητική Μαστογραφία.



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ  
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ & ΠΡΟΛΗΨΗΣ  
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)

[www.keelpno.gr](http://www.keelpno.gr)



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ  
&  
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ

[www.ygeia-pronoia.gr](http://www.ygeia-pronoia.gr)

Με την  
συγχρηματοδότηση  
της Ευρωπαϊκής  
Ένωσης



ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ  
"ΑΝΑΛΥΤΙΚΗ ΔΙΑΓΝΩΣΤΙΚΗ ΔΥΝΑΜΙΚΟΥ"

[www.epanad.gov.gr](http://www.epanad.gov.gr)



[www.espa.gr](http://www.espa.gr)



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

[europa.eu](http://europa.eu)

ΠΑΡΕ ΤΗ ΖΩΗ ΣΟΥ ΣΤΑ ΧΕΡΙΑ ΣΟΥ

ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

# Πώς θα κάνεις την αυτοεξέταση μαστού



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ  
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ & ΠΡΟΛΗΨΗΣ  
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)

[www.keelpno.gr](http://www.keelpno.gr)



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ  
&  
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ

[www.ygeia-pronoia.gr](http://www.ygeia-pronoia.gr)

Με την  
συγχρηματοδότηση  
της Ευρωπαϊκής  
Ένωσης



ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ  
"ΑΝΑΛΥΤΙΚΗ ΑΠΟΒΛΙΣΤΙΚΗ ΔΥΝΑΜΙΚΟΥ"

[www.epanad.gov.gr](http://www.epanad.gov.gr)



ΕΣΠΑ  
2007-2013  
πρόγραμμα για την ανάπτυξη  
ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ

[www.espa.gr](http://www.espa.gr)



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

[europa.eu](http://europa.eu)

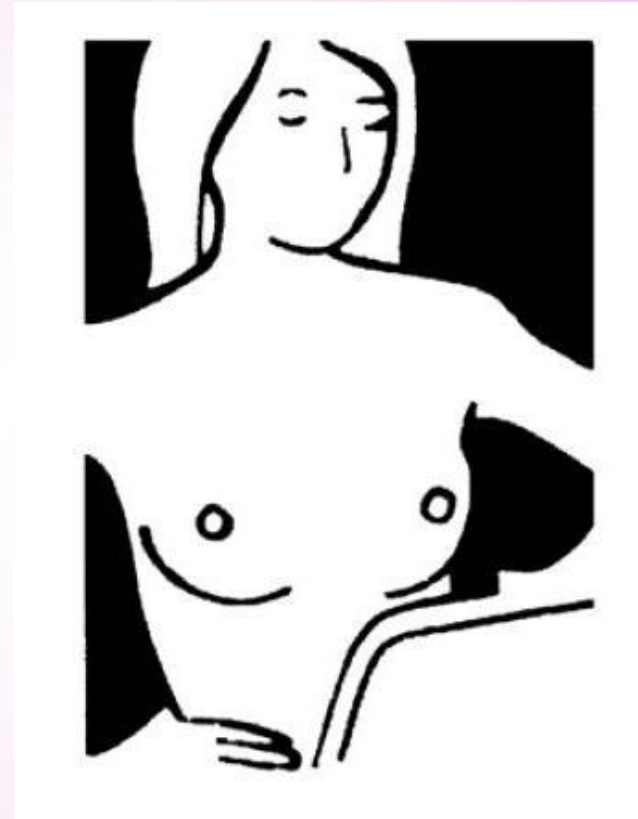
# ΑΥΤΟΕΞΕΤΑΣΗ

## ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

### ΒΗΜΑ 1

Βγάλε τα ρούχα σου  
και στάσου μπροστά  
σε έναν καθρέφτη,  
σε χώρο με πολύ  
φως.

Να θυμάσαι ότι ο  
ένας μαστός ίσως  
είναι λίγο  
μεγαλύτερος από  
τον άλλο.



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ  
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ & ΠΡΟΛΗΨΗΣ  
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)

[www.keelpno.gr](http://www.keelpno.gr)



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ  
&  
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ

[www.ygeia-pronoia.gr](http://www.ygeia-pronoia.gr)

Με την  
συγχρηματοδότηση  
της Ευρωπαϊκής  
Ένωσης



[www.epanad.gov.gr](http://www.epanad.gov.gr)



ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ

[www.espa.gr](http://www.espa.gr)



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

[europa.eu](http://europa.eu)

# ΑΥΤΟΕΞΕΤΑΣΗ

## ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

### ΒΗΜΑ 2

Στον καθρέφτη, όρθια, πρόσεξε για:

- αλλαγές στο μέγεθος των 2 μαστών, στο χρώμα, στις θηλές,
- αίμα ή ροή υγρού, βαθούλωμα ή ρυτίδωση στον μαστό ή τη θηλή που δεν προϋπήρχαν,
- φλέβες που εξέχουν ασυνήθιστα,
- μάζα ή οζίδιο στον μαστό ή στη μασχάλη,
- πόνο σε οποιαδήποτε περιοχή του μαστού.



# ΑΥΤΟΕΞΕΤΑΣΗ

## ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

### ΒΗΜΑ 3

- Άφησε τα χέρια σου χαλαρά κατά μήκος του σώματος, κατόπιν ύψωσε τα χέρια σου σε ανάταση και παρατήρησε τους μαστούς σου απ' όλες τις πλευρές.
- Κατέβασε τα χέρια.
- Τώρα ξεκίνησε την εξέταση -προτιμότερο στο ντους- σηκώνοντας π.χ. το αριστερό χέρι πάνω από το κεφάλι.



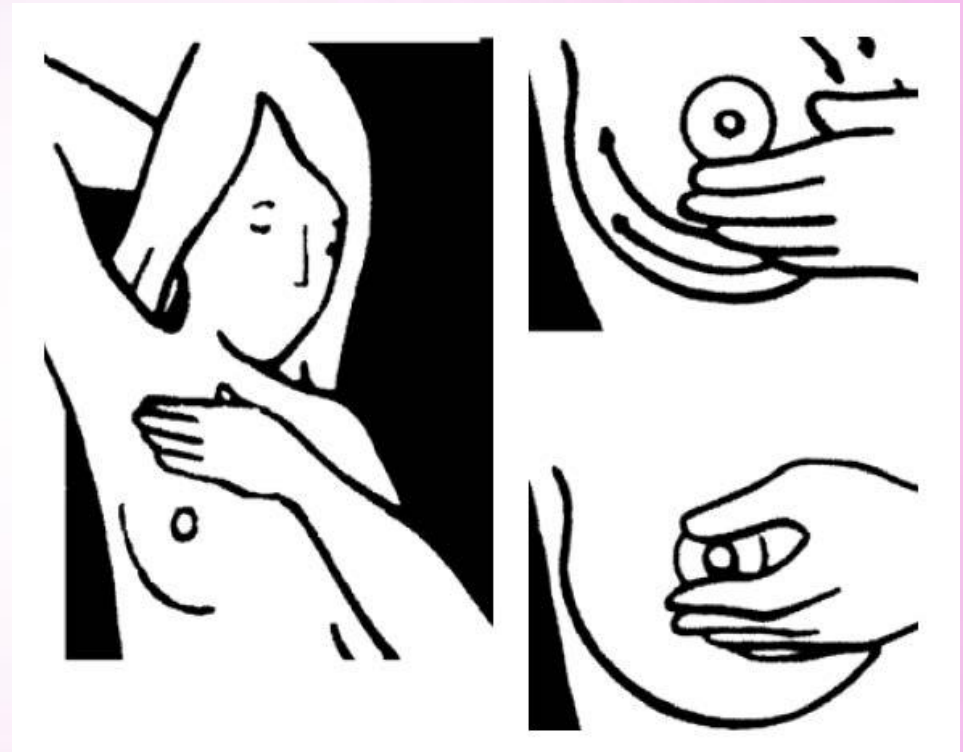


# ΑΥΤΟΕΞΕΤΑΣΗ

## ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

### ΒΗΜΑΤΑ 4, 5

- Με το δεξί σου χέρι, θα ανιχνεύσεις τον αριστερό μαστό, με δύο ή τρία δάκτυλα και πιέζοντας ελαφρά.
- Εξέτασε κυκλικά όλο τον μαστό και τη θηλή, ξεκινώντας από τη μασχάλη, κατεβαίνοντας στην περιφέρεια του μαστού και προς το κέντρο.
- Βεβαιώσου ότι έχεις ψηλαφίσει όλο τον μαστό.
- Πίεσε πολύ ελαφρά τις θηλές για να δεις μήπως βγαίνει υγρό ή αίμα.



- Κάνε το ίδιο και με τον δεξιό μαστό.

# ΑΥΤΟΕΞΕΤΑΣΗ

## ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

### ΒΗΜΑ 6

- Ξάπλωσε άνετα στο κρεβάτι και βάλε ένα χαμηλό μαξιλάρι κάτω από τον αριστερό σου ώμο.
- Σήκωσε το αριστερό χέρι και ακούμπησέ το πάνω από το κεφάλι σου.
- Μπορείς να βάλεις λίγη λοσιόν στο χέρι που θα κάνει την ψηλάφηση ευκολότερη.



# ΑΥΤΟΕΞΕΤΑΣΗ

## ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

### ΒΗΜΑ 7

- Κάνε την εξέταση με τον ίδιο τρόπο και στους δύο μαστούς, όπως και στην όρθια θέση.



ΠΑΡΕ ΤΗ ΖΩΗ ΣΟΥ ΣΤΑ ΧΕΡΙΑ ΣΟΥ

ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

## Συχνές Ερωτήσεις



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΥΗΣ  
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ & ΠΡΟΛΗΨΗΣ  
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (Κ.Ε.Ε.Π.Ν.Ο.)

[www.keelpno.gr](http://www.keelpno.gr)



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ  
&  
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΥΗΣ

[www.ygeia-pronoia.gr](http://www.ygeia-pronoia.gr)

Με την  
συγχρηματοδότηση  
της Ευρωπαϊκής  
Ένωσης



[www.epanad.gov.gr](http://www.epanad.gov.gr)



[www.espa.gr](http://www.espa.gr)



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

[europa.eu](http://europa.eu)

## ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

### Συχνές Ερωτήσεις

**Δεν έχω συμπτώματα, πρέπει κι εγώ να εξεταστώ;**

= Ναι! Στα αρχικά στάδια, ο καρκίνος του μαστού δεν παρουσιάζει σημάδια ή συμπτώματα.



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ  
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ & ΠΡΟΛΗΨΗΣ  
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)

[www.keelpno.gr](http://www.keelpno.gr)



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ  
&  
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ

[www.ygeia-pronoia.gr](http://www.ygeia-pronoia.gr)

Με την  
συγχρηματοδότηση  
της Ευρωπαϊκής  
Ένωσης



ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ  
"ΑΝΑΛΥΤΙΚΗ ΑΠΟΦΑΣΙΣ ΔΥΝΑΜΙΚΟΥ"

[www.epanad.gov.gr](http://www.epanad.gov.gr)



ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ  
πρόγραμμα για την ανάπτυξη

[www.espa.gr](http://www.espa.gr)



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

[europa.eu](http://europa.eu)

### Συχνές Ερωτήσεις

**Υπάρχει κίνδυνος από την ακτινοβολία κατά τη μαστογραφία;**

= Η μαστογραφία είναι μια ακτινογραφία με χαμηλά επίπεδα ακτινοβολίας.

Είναι πια παραδεκτό ότι ο κίνδυνος είναι ελάχιστος μπροστά στα οφέλη που θα έχεις από τη μαστογραφία.



### Συχνές Ερωτήσεις

**Από πότε ξεκινά η εξέταση του μαστού και πώς;**

= μετά τα 20 έτη, κάθε γυναίκα οφείλει να εξετάζει τον μαστό της, με την επίσκεψη στον γιατρό της και υπερηχογράφημα.

Σε περίπτωση οικογενειακού ιστορικού, η παρακολούθηση του μαστού και η έναρξη της Μαστογραφίας, καθορίζονται από τον ειδικό γιατρό.



### Συνοψίζοντας...

- Στα 35 έτη γίνεται η πρώτη Μαστογραφία
- Μετά τα 40 έτη, κάθε χρόνο
- Πάντα κάθε γυναίκα κατευθύνεται από τον γιατρό της, διότι...

*Ο μη ειδικός σώζει, ο ειδικός θεραπεύει*





# ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015



Ο καρκίνος του μαστού  
μπορεί να διαγνωστεί  
έγκαιρα και να σώσει τη  
ζωή σου!

**ΠΑΡΕ ΤΗ ΖΩΗ ΣΟΥ ΣΤΑ ΧΕΡΙΑ ΣΟΥ**



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ  
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ & ΠΡΟΛΗΨΗΣ  
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)

[www.keelpno.gr](http://www.keelpno.gr)



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ  
&  
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ

[www.ygeia-pronoia.gr](http://www.ygeia-pronoia.gr)

Με την  
συγχρηματοδότηση  
της Ευρωπαϊκής  
Ένωσης



[www.epanad.gov.gr](http://www.epanad.gov.gr)



[www.espa.gr](http://www.espa.gr)



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

[europa.eu](http://europa.eu)

# ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

Ευχαριστούμε την  
**Ελληνική Γυναικολογική Εταιρεία  
Παθήσεων Μαστού (ΕΓΕΠΑΜ)**  
για την επιστημονική επιμέλεια της παρουσίασης



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ  
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ & ΠΡΟΛΗΨΗΣ  
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)

[www.keelpno.gr](http://www.keelpno.gr)



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ  
&  
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ

[www.ygeia-pronoia.gr](http://www.ygeia-pronoia.gr)

Με την  
συγχρηματοδότηση  
της Ευρωπαϊκής  
Ένωσης



[www.epanad.gov.gr](http://www.epanad.gov.gr)



[www.espa.gr](http://www.espa.gr)



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

[europa.eu](http://europa.eu)