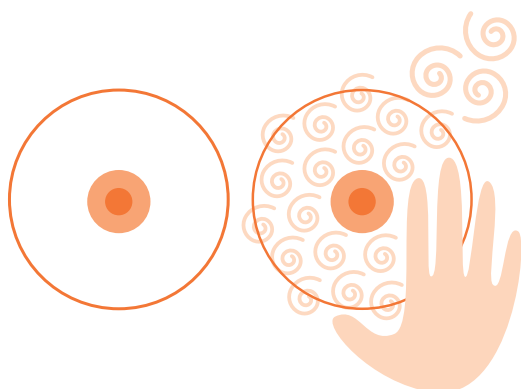




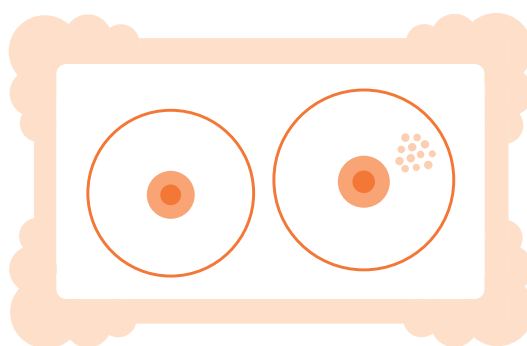
Ovako pregledas dojku

Radi pregled redovno, najmanje jedanput mesечно. Ako nastane bilo kakva promena obrati se svom lekaru.



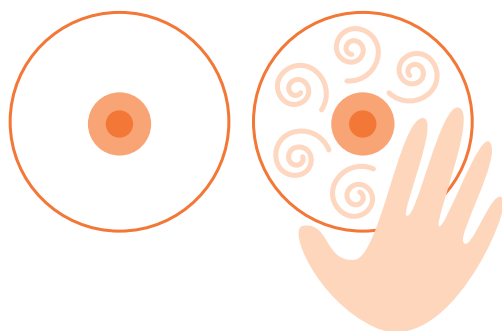
Pod tusem

Nasapunjaj dojku i podigni levu ruku. Koristi vrhove prstiju desne ruke da opipas svaki deo dojke. Trebalo bi da se pipa kao prosli put. Pregledaj drugu dojku na isti nacin.



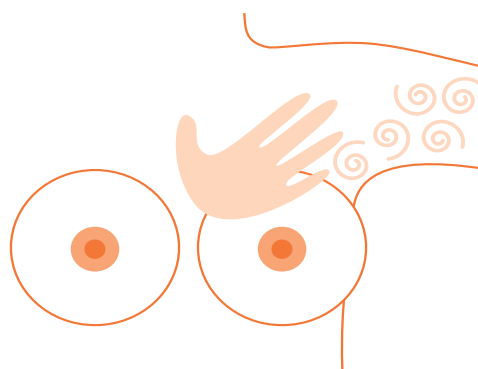
Ispred ogledala

Neka ruke vise niz telo. Gledaj da li ima delova koze koji se savijaju, boraju ili ima udubljenja i promenad u izgledu koze. Postavi ruke iza vrata i gledaj da li postoji razlika u obliku i konturama dojki.



U krevetu

Lezi na ledja i stavi jastuk ispod levog ramena. Namesti levu ruku iza glave. Koristi desnu ruku da opipas levu dojku. Pokreci vrhove prstiju u malim krugovima i opipavaj dojku od periferije ka bradavici. Tako pregledaj i drugu dojku.



Na klupi

Osloni ruku na klupu ili naslon stolice i koristeci kruzne pokrete opipaj izmedju dojke i pazuhe, pazuhu i nadlakticu. Pregledaj obe strane.