

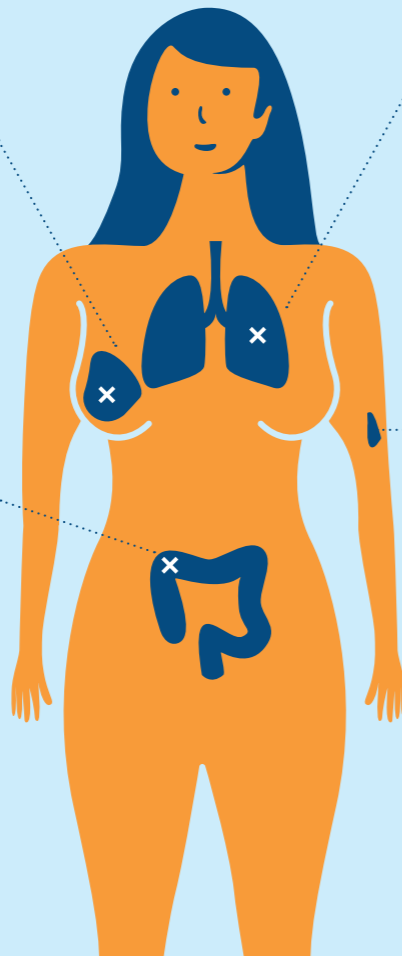
## Najčešći simptomi raka kod žene

### DOJKA

- Tvrdi kvržica u dojci ili ispod pazuha
- Ekcema ili crvenilo kože dojke
- Promena izgleda bradavice (veličina, boja) ili tečnost koja iz nje ističe
- Razlika u veličini između dve dojke

### DEBELO CREVO (KOLON)

- Krv u stolici, koja joj daje crvenu ili crnu (tamnu) boju
- Privid potrebe da se ide u WC (za veliku nuždu)
- Promena stolice : tvrda i/ili mekana (naizmenično smenjivanje zatvora i proliva)
- Stalni bolovi u stomaku



### PLUĆA

- Kašalj koji traje duže od 4 nedelje
- Hronični kašalj koji se pogoršava
- Plućna infekcija koja se ne povlači uprkos primeni antibiotika
- Krv u ispljuvku
- Neuobičajene tegobe u disanju pri penjanju stepenicama
- Bolovi u prsima (grudnom košu)

### KOŽA

normalna  
mrlja

mrlja koju treba  
prokontrolisati



Pravilan oblik?



Jasno ograničene  
ivice?



Ista boja po celoj mrlji?



Promena veličine?  
oblika? boje? debljine?

Ako primetite neki od ovih simptoma, **to ne znači da imate rak.**

Zakažite sastanak kod lekara radi kontrole.

## Ono što možete svakodnevno da radite za svoje zdravlje :



hodajte najmanje 30 minuta



pojedite 5 raznih vrsta voća i povrća



ograničite potrošnju alkohola na 1 čašu



štitite se od sunca



izbegavajte pušenje

## Kontrolni pregled za rak dojke



Imam 50 godina, ili više, i odlučujem se da obavim kontrolni pregled.



Pozivam Fondaciju kantona Vo za rano otkrivanje raka (0848 990 990) koja mi zakazuje sastanak da bih napravila mamografiju, u ustanovi blizu mesta gde stanujem.



Rezultate dobijam poštom, nedelju dana kasnije:

- Ako je mamografija normalna, dobijam poziv da ponovim kontrolu za 2 godine.
- Ako mamografija pokazuje neku nepravilnost (anomaliju), obraćam se svom kućnom lekaru kojće me uputiti da obavim dodatni pregled. Ako ne znam nijednog lekara, Fondaciju kantona Vo za rano otkrivanje raka stupa u kontakt sa mnom.



Ta kontrola me košta otprilike 20.- fr. Zdravstveno osiguranje snosi ostatak troškova.

## Kontrolni pregled za rak debelog creva



Imam 50 godina, ili više, i odlučujem se da obavim kontrolni pregled.



Uz pomoć stručnog zdravstvenog radnika, popunjavam upitnik a zatim dobijam materijal za test o prisustvu krvi u stolici (izmetu).



Test obavljam ja sama, kod kuće, i šaljem ga u laboratoriju u kovrti koju sam prethodno dobila.



Rezultate dobijam poštom, nedelju dana kasnije:

- Ako je test normalan, dobijam uput-bon da ponovim kontrolu za 2 godine.
- Ako test pokaže da ima krvi u stolici (izmetu), obraćam se svom kućnom lekaru koji će me uputiti da obavim dodatni pregled (kolonoskopiju\*). Ako ne znam nijednog lekara, Fondacija kantona Vo za rano otkrivanje raka stupa u kontakt sa mnom.



Ta kontrola me košta otprilike 5.- fr. Zdravstveno osiguranje snosi ostatak troškova.

\*Za kolonoskopiju se možete odlučiti kao za prvi kontrolni pregled u cilju otkrivanja raka debelog creva.

Ako imam neko pitanje ? Pozivam Fondaciju kantona Vo za rano otkrivanje raka, na broj



0848 990 990



BCS



Otkriti rak dojke u početnoj fazi bolesti povećava šanse za izlečenje