

40-69 yaş arası kadınlar;  
meme kanseri taraması için  
Aile Sağlığı Merkezlerinden,  
KETEM'lerden ve Mobil  
Kanser Tarama Araçlarından  
hizmet alabilirler.

Meme kanseri,  
mamografi  
çekilerek erken  
tespit edilebilen  
bir hastalıktır.



Mamografi  
randevunuzu  
gecikmeden alın,  
meme kanseriyle  
randevunuzu  
iptal edin!

Bu yayın, Avrupa Birliği'nin maddi desteği ile hazırlanmıştır.  
İçerik tamamıyla T.C. Sağlık Bakanlığı'nın sorumluluğu altındadır ve Avrupa Birliği'nin görüşlerini yansıtmak zorunda değildir.

DOĞRU YERDEN, İYİ HİZMET

Daha fazla bilgi ve destek için en yakın  
Göçmen Sağlığı Merkezine gelin.



[www.sihhatproject.org](http://www.sihhatproject.org)



sihhatproject



This project is funded by the European Union.  
Bu proje Avrupa Birliği tarafından finanse edilmektedir.  
هذا المشروع تم تمويله من قبل الاتحاد الأوروبي

**MEME KANSERİ  
KADERİNİZ  
OLMASIN**



Meme Kanseri,  
erken dönemde  
tespit edilebilir.

**Erken dönemde  
tespit edilen meme  
kanserinin tedavi  
şansı çok yüksektir.**

## Meme Muayenesi

Kadınlar, 20 yaşından itibaren her ay **kendi kendine meme muayenesi** yapmalıdır.

Kendi kendine meme muayenesi, ideal olarak **adetin başlangıcından 7-10 gün sonra ayda bir kez** yapılmalıdır.

Kadın adet görmüyorsa yani menopozda ise yine her ay aynı günlerde meme muayenesi yapmalıdır.

**20-40 yaş arasında, 2 yılda bir kez** sağlık personeline meme muayenesi yaptırılmalıdır.

**40 yaşından itibaren yılda bir kez** sağlık personeline meme muayenesi yaptırılmalıdır.

## Erken tespit için;

Kadınların, düzenli olarak kendi kendine meme muayenesi yapmaları,  
Sağlık personeline meme muayenesi yaptırılmaları,  
Mamografi çektirmeleri gereklidir.



## Mamografi

**Kadınlar, 40 yaşından itibaren, iki yılda bir** mamografi çektirilmelidir.

Mamografi çektirmek için en uygun zaman meme dokusunun en az hassas olduğu, **adet dönemini takip eden ilk haftadır.**

