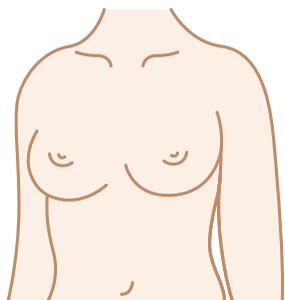
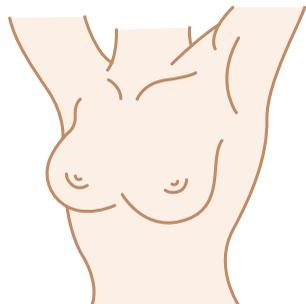


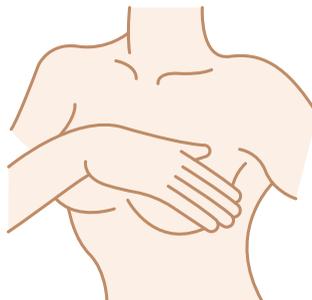
Как обследовать молочные железы, чтобы найти уплотнения и изменения



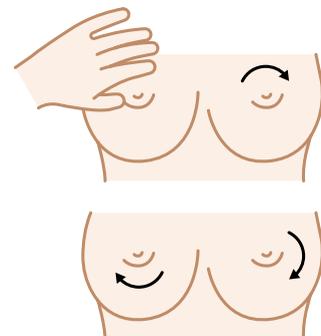
1
Осмотрите перед зеркалом форму груди и внешний вид кожи и сосков



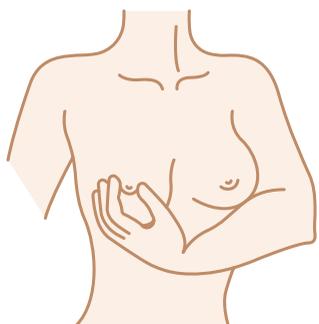
2
Поднимите руки вверх и осмотрите грудь сначала спереди, затем с обеих сторон



3
В положении стоя надавите на грудь тремя средними пальцами руки



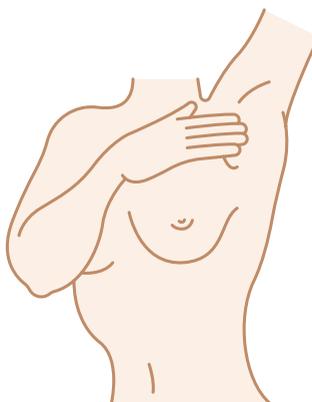
4
Начните с верхней внешней четверти — ткань железы здесь обычно более плотная — и далее продвигайтесь по часовой стрелке



5
Сожмите каждый сосок большим и указательным пальцами, посмотрите, не выделяется ли жидкость



6
В положении лежа — вновь обследуйте по кругу каждую четверть груди



7
Нащупайте пальцами лимфоузлы в области подмышек

