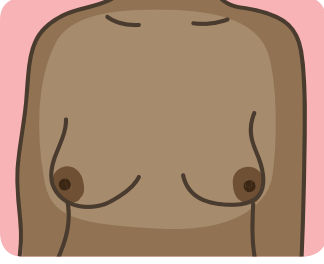


તમારા સ્તનને સ્પર્શો (TOUCH) શું તમને કંઈ નવું કે અસાધારણ અનુભવાય છે?

ફેરફારો થયા છે કે કેમ તે જુઓ (LOOK) કંઈક અલગ દેખાય છે?

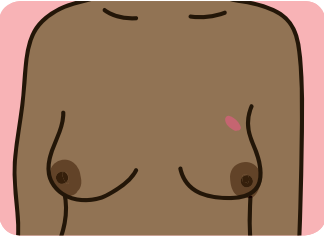
કોઈપણ ફેરફારો તમારા GP પાસે જઈ તપાસો (CHECK)



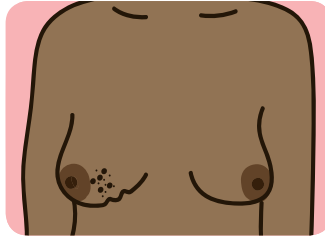
તમારા સ્તનના બધા ભાગોને, તમારી બગલ અને હાંસડીના હાડકા (કોલર-બોન) સુધીના ભાગને કોઈપણ ફેરફાર થયો છે કે કેમ તે માટે તપાસો.

તમારા સ્તનનું કદ કે આકાર ભલે ગમે તે હોય, તેમને નિયમિતપણે તપાસતા રહો.

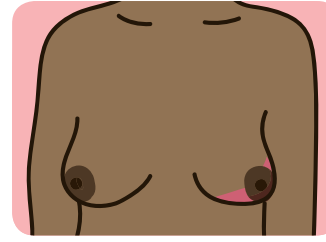
સ્તન કેન્સરના સામાન્ય ચિહ્નોમાં આમનો સમાવેશ થાય છે...



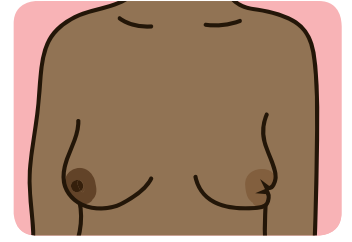
સ્તન, છાતીનો ઉપલો ભાગ, અથવા બગલમાં કોઈ ગાંઠ અથવા સોજો



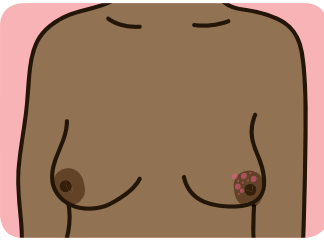
ત્વચામાં ફેરફાર, જેમકે કરચલીઓ થવી અથવા ખંજન (ખાડા પડવા)



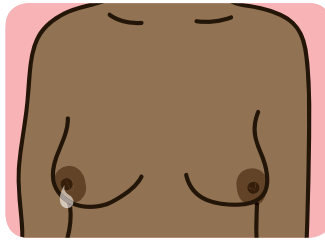
સ્તનના રંગમાં ફેરફાર – સ્તન લાલ અથવા સોજો આવેલું દેખાઈ શકે



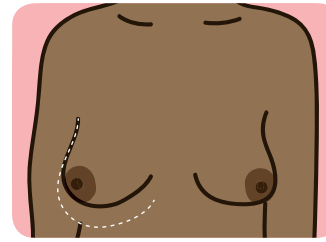
સ્તનની ડીંટીમાં ફેરફાર, ઉદાહરણ તરીકે તે અંદરની તરફ દબાયેલી (ઊંધી તરફ વળેલી) હોય



ડીંટીની ફરતે ચકામું થવું અથવા પોપડી વળવી



બંનેમાંથી કોઈપણ ડીંટીમાંથી અસામાન્ય પ્રવાહી નીકળવું (સ્રાવ)



સ્તનના કદ અથવા આકારમાં ફેરફાર

સ્તનમાં દુખાવો

તમારા સ્તનમાં દુખાવો હોવો એટલા માત્રને સામાન્ય રીતે કેન્સરનું ચિહ્ન ન કહી શકાય. પરંતુ તમારા સ્તન અથવા બગલમાં લગભગ કાયમ રહેતા હોય તેવા દુખાવા પર ધ્યાન આપશો.

TOUCH
LOOK
CHECK™

BREAST
CANCER
NOW
The research
& care charity