

<http://life.viva.co.id/news/read/493934-wanita--ini-cara-deteksi-kanker-payudara-sejak-dini>

Wanita, Ini Cara Deteksi Kanker Payudara Sejak Dini

70% kanker payudara terlambat disadari keberadaannya.

Lesthia Kertopati, Ananda Putri Laras

Jum'at, 4 April 2014, 02:33 WIB



Salah satu cara mendeteksi kanker payudara sejak dini adalah dengan mammografi

VIVALife - Sekitar 70 persen pasien kanker payudara terlambat menyadari penyakit yang dideritanya. Padahal gangguan medis ini bisa dikalahkan. Selain itu, jika dideteksi sejak dini, risiko pengangkatan kanker dan kemoterapi pun akan berkurang.

Untuk itu, Yayasan Kanker Indonesia melalui acara "Sadari: Cegah Kematian Akibat Kanker Payudara" menjelaskan empat cara mendeteksi kanker tersebut sejak dini. Apa sajakah yang bisa dilakukan oleh para wanita?

Periksa Payudara Sendiri (Sadari)

Lakukan ini di depan cermin. Angkat kedua lengan ke atas, dorong siku ke depan dan ke belakang. Setelah itu, posisikan kedua tangan pada pingang, condongkan bahu ke depan. Cermati bentuk dan ukuran payudara.

Pemeriksaan lain, raba payudara dengan ujung jari tangan kanan. Cermati seluruh bagian payudara hingga ketiak. Cubit area puting, konsultasikan jika terdapat cairan yang keluar dari puting.

Setiap melakukan tahapan, perhatikan bentuk dan ukuran payudara. Jika terdapat masalah, diskusikan ini ke dokter. Lakukan pemeriksaan sendiri 7-10 hari setelah menstruasi. Lakukan setiap 1-3 bulan sekali.

Pemeriksaan klinis

Dilakukan oleh tenaga medis terlatih. Dokter akan memeriksa jika terdapat benjolan pada payudara. Pemeriksaan ini direkomendasikan untuk dilakukan 1-3 tahun sekali.

Mammografi

Pemeriksaan menggunakan sinar x dosis rendah oleh dokter spesialis radiologi. Mammografi memungkinkan dokter melihat perubahan jaringan payudara secara dekat atau yang tidak teraba, saat melakukan pemeriksaan secara fisik.

Ultrasonografi (USG)

Direkomendasikan untuk wanita berusia 35 tahun ke bawah karena jaringan payudaranya masih padat. Ketika di masa-masa ini, mammografi tidak bisa memeriksa payudara secara efektif. USG juga memandu pengambilan sampel cairan jaringan payudara, sebelum dilakukan operasi. (ren)