



# 3 นิ้ว 3 สัมผัส

สกัดมะเร็งเต้านม



## มะเร็งเต้านม ใครเสี่ยง



- หญิงอายุมาก
- หญิงที่มีคนสองโรคมาร่วมกัน
- หญิงที่ครอบครัวเป็นมะเร็งเต้านม มีโอกาสเป็นซ้ำ
- หญิงที่ใช้ฮอร์โมนทดแทน
- หญิงที่มีญาติใกล้ชิด เช่น แม่ พี่สาว ที่เป็นมะเร็งเต้านม
- หญิงที่มีน้ำหนักมาก (ค่า BMI สูงปกติ)

## 3 วิธี การเฝ้าระวังมะเร็งเต้านม



1. การตรวจเต้านมด้วยตนเอง



2. การตรวจเต้านมโดยแพทย์



3. การตรวจเต้านมโดยเครื่องเอกซเรย์เต้านม

กรมอนามัย ส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี