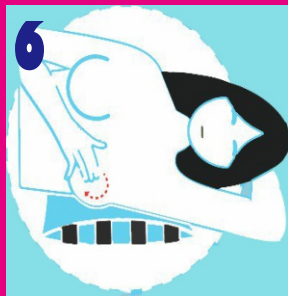


4 Pada posisi berbaring letakan bantal di belakang punggung. Tangan kanan diletakkan di belakang kepala, dan gunakan tangan kiri untuk memeriksa payudara sebelah kanan.



5 Rabalah dengan ujung dari tiga jari tengah yang dirapatkan. Lakukan gerakan memutar dengan tekanan lembut tetapi mantap, dimulai dari pinggir luar sampai ke puting dengan mengikuti arah putaran jarum jam.



6 Lakukan hal yang sama seperti pada gambar 4 dan 5, tetapi dengan tangan kiri di bawah kepala, sedang tangan kanan meraba payudara kiri Anda.

Faktor Risiko Kanker Payudara

1. Haid pertama pada usia di bawah 12 tahun
2. Wanita yang tidak menikah
3. Wanita menikah tetapi tidak memiliki anak
4. Melahirkan anak pertama pada usia 30 Tahun
5. Tidak menyusui
6. Menggunakan kontrasepsi hormonal dan atau mendapat terapi hormonal dalam waktu yang cukup lama
7. Menopause pada usia lebih dari 55 tahun
8. Pernah operasi tumor jinak payudara
9. Riwayat kanker dalam keluarga
10. Wanita yang mengalami stres berat
11. Konsumsi lemak dan alkohol berlebih
12. Perokok aktif dan pasif.

Gejala Kanker Payudara bisa juga dideteksi dengan melakukan **SADANIS (Pemeriksaan Payudara Klinis)**

Sekecil apapun benjolan yang ditemukan segera konsultasikan diri Anda ke Dokter. Menunda berarti memberi kesempatan sel kanker berkembang dan mengurangi kesempatan untuk sembuh.

KANKER PAYUDARA



Promosi Kesehatan
**RUMAH SAKIT
UNIVERSITAS ANDALAS**

**Bekerja dengan ilmu,amal, dan spritual
demi kemaslahatan pasien**

rsp.unand.ac.id [f](#) Rumah Sakit Unand [i](#) rumahsakitunand [t](#) rumahsakitunand
Alamat : Komplek Kampus Unand Limau Manis Padang
Call Center : (0751) 8465000

Kanker Payudara

Kanker Payudara merupakan keganasan sel-sel pada jaringan payudara. Pada umumnya kanker ini ditandai dengan munculnya benjolan atau penebalan pada jaringan kulit payudara.

Kanker Payudara umumnya terbagi dalam dua kategori yaitu invasif dan non-invasif.

KANKER PAYUDARA INVASIF

adalah kanker payudara yang berkembang pada sel-sel pembentuk saluran payudara atau disebut duktal invasif. Pada jenis kanker ini dapat menyebar di luar payudara.

KANKER PAYUDARA NON-INVASIF

Biasanya ditemukan melalui mamografi karena jarang menimbulkan benjolan. Jenis ini sering disebut pra-kanker.

Gejala Kanker Payudara

1. Terasa benjolan di payudara dan sering kali tidak berasa nyeri



2. Terdapat perubahan tekstur kulit payudara, kulit payudara mengeras dengan permukaan seperti kulit jeruk



3. Perhatikan juga jika terdapat luka pada bagian payudara yang tidak sembuh



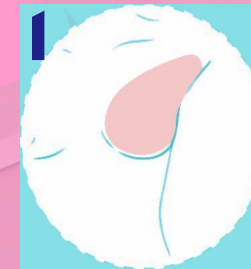
4. Keluar cairan dari puting



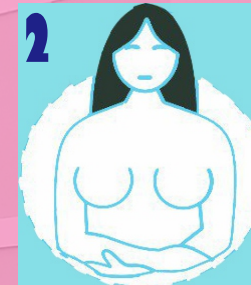
5. Terdapat cekungan ataupun tarikan di kulit payudara



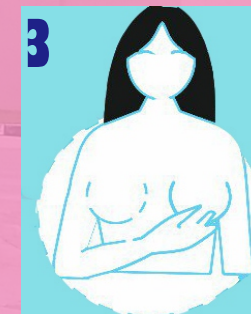
Gejala Kanker Payudara bisa dideteksi sendiri dengan melakukan **SABARI (Periksa Payudara Sendiri)**



Amati dengan teliti payudara Anda di muka cermin, tanpa berpakaian dengan kedua tangan di angkat ke atas kepala. Perhatikan bila ada benjolan, perubahan bentuk pada kulit dan puting, serta payudara secara keseluruhan. Amati dengan teliti, Anda sendiri yang mengenal tubuh Anda.



Rapatkanlah telapak tangan dengan kuat sehingga payudara menonjol ke depan. Amati kembali apakah ada benjolan, kulit mengerut seperti kulit jeruk atau cekungan seperti lesung pipi dan puting susu yang tertarik ke dalam.



Pencet dan urutlah pelan-pelan daerah di sekitar puting sampai ke arah ujung puting dan amatilah apakah keluar cairan yang tidak normal, seperti putih kekuning-kuningan yang terkadang bercampur darah seperti nanah. Pada wanita menyusui, bedakan dengan ASI