Să învățăm să ne apărăm

1 Atenție la greutate!

2 Activitate fizică: este important să faceți mișcare în fiecare zi

3 Atenție la caloriile alimentelor

Mâncați fructe, legume, leguminoase și cereale integrale în fiecare zi 4

Limitați consumul de carne roșie, mezeluri și carne conservată 5

Nu fumați, în special în prezența copiilor 6

7 NU consumați prea multă sare, CONSUMAȚI mai multe condimente și mirodenii

8 Bere și vin: maxim un pahar pe zi

9 Alăptați-vă copilul la sân

Preluat din Fondul Global pentru cercetarea cancerului

© LILT Milano 1 stampa 2019

Telefonați imediat și programați-vă pentru o vizită de control

Viale Caterina da Forlì, 61 Milan

Pentru programări sunați la numărul de telefon **02 417744**

Cum să ajungeți:

- cu metroul, linia 1, stația Bande Nere
- cu autobuzul 67 - 95, stația Bande Nere

Via Fratelli Cairoli 76, Sesto San Giovanni

Pentru programări sunați la numărul de telefon **02 97389893**

Cum să ajungeți:

- cu metroul, linia 1 stația Sesto Rondò/Sesto FS
- cu autobuzul 701, stația Viale Italia
- cu autobuzul 702, stația Via Mazzini/Via Cairoli

Via San Gottardo, 36 Monza

Pentru programări sunați la numărul de telefon **039 3902503**

Cum să ajungeți:

- cu autobuzul Z202, stația Via Cavallotti intersecția cu Via Pavoni sau Via Gramsci
- cu autobuzul Z208, stația Via Manzoni intersecția cu Via Osio
- Liniile Trenord S8, S9, S11, stația Via Arioso

Când telefonați, nu uitați să specificați proiectul „Donna Dovunque”

Con il patrocinio di

PATROCINIO Comune di Milano

COMUNE DI MONZA

CITTÀ DI SESTO SAN GIOVANNI MEDAGLIA D'ORO AL VALOR MILITARE

In collaborazione con

Arcidiocesi di Milano

LILT LEGA ITALIANA PER LA LOTTA CONTRO I TUMORI prevenire è vivere | SEZIONE PROVINCIALE DI MILANO

LILT - Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori
Sezione Provinciale di Milano
Via Venezian, 1 - 20133 Milano - Tel. 02 49521
www.legatumori.mi.it - info@legatumori.mi.it
Lega Tumori Lilt Milano @liltmilano

DONNA DOVUNQUE™

Împotriva tumorilor

Vizitați gratuit LILT

Telefonați imediat și programați-vă pentru o vizită de control.

LILT LEGA ITALIANA PER LA LOTTA CONTRO I TUMORI prevenire è vivere | SEZIONE PROVINCIALE DI MILANO

DONNA DOVUNQUE™ La salute senza barriere.

Tumorea:
mai bine să nu așteptați

Unele **tumori**, dacă sunt descoperite atunci când încă sunt de mici dimensiuni, **se vindecă** mai ușor. Cancerul de sân și cancerul de col uterin, de exemplu, sunt cele mai frecvente la femei. O vizită la medic este în măsură **să le descopere la timp și să crească șansele de vindecare.**

Vizitați gratuit
LILT

Vino să ne vizitezi în **Spazi Prevenzione LILT®** din Milano, Monza și din provincie.

Prima examinare a sânilor și **primul examen** ginecologic cu testul Papanicolau sunt **gratuite.**

Acest serviciu se asigură, de asemenea, femeilor migrante care nu beneficiază de asistență medicală garantată în Italia.

DONNA VUNQUE™

Recomandarea medicului

Examen senologic
Se va efectua în fiecare an după împlinirea vârstei de 25 de ani. Atenție: dacă observați ceva diferit la nivelul sânilor, o mică întăritură, o umflătură, o secreție, contactați imediat medicul.

Examen ginecologic
Trebuie efectuat în mod regulat odată cu începerea activității sexuale și, în orice caz, după împlinirea vârstei de 25 de ani.

Testul Papanicolau
Este un test simplu care trebuie efectuat regulat odată cu începerea activității sexuale. Testul Papanicolau identifică un tip de virus numit HPV care poate cauza cancerul de col uterin.

Mamografie
Este o examinare radiologică a sânului, care trebuie efectuată pentru prima dată la vârsta de 40 de ani și apoi în mod regulat, împreună cu o examinare ecografică, la recomandarea medicului.

Ecografie mamară
Este o examinare cu ultrasunete a sânului, care, înainte de vârsta de 40 de ani, se va efectua la recomandarea medicului. După vârsta de 40 de ani, la recomandarea medicului, trebuie asociată cu o mamografie.