

Bodycheck gegen Brustkrebs

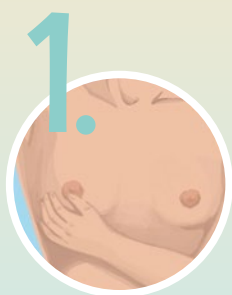


BODYCHECK
GEGEN KREBS

**Anleitung zur
Selbstuntersuchung**



Bodycheck gegen Brustkrebs



Brüste abtasten

Taste mit den Fingern der flachen Hand die Brüste im Uhrzeigersinn ab.

Achsel abtasten

Taste deine Achselhöhlen ab: einmal im Stehen, einmal im Liegen.



Blick in den Spiegel

Betrachte deine Brüste: Sehen sie anders aus als sonst?

Arme hoch!

Strecke die Arme über den Kopf: Fallen dir Veränderungen an der Brust auf?



Ist dir eine Veränderung aufgefallen?

Keine Panik!

Das bedeutet nicht automatisch, dass du Krebs hast!

Unter www.bodycheck-gegen-krebs.de findest du weitere Informationen, auch zu möglichen Ansprechpersonen.

