

# MEMORIAL

# MI SALUD

## Mi Vida!

## La *mamografía* le puede salvar su *Vida*

¿Sabía usted...Que el cáncer de seno es la principal causa de muerte por cáncer en la mujer Latina?

La buena noticia es que la detección temprana salva vidas!

La Mamografía es la mejor manera de detectar el cáncer de seno en su etapa más temprana y en la que se puede tratar con mayor éxito. Las mujeres se deben hacer mamografías (rayos X de los Senos) regularmente para encontrar cambios en los senos que no son detectados por el examen manual. A partir de los 40 años, hable con su doctor para ir planeando cuando y con que frecuencia debe hacerse su mamografía. Es muy probable que su médico empiece a recomendar una mamografía cada uno o dos años. Consulte a su médico antes y en cualquier momento si nota cualquier cambio anormal o molesto en su seno.

La mamografía no aumenta su riesgo de desarrollar cáncer, por lo contrario, ayuda a detectar el cáncer tempranamente.

**Todas las mujeres están en riesgo de tener cáncer de seno, pero aquí le sugerimos algunas maneras para prevenir y detectar a tiempo el cáncer:**

- Hágase un auto examen de senos cada mes
- Mantenga un peso saludable y haga

ejercicio regularmente

- Conozca su historia familiar de cáncer
- Infórmese sobre riesgos y beneficios de la terapia de hormonas para tratar los malestares de la menopausia
- No ingiera licor en exceso - No fume

### Señales y síntomas:

Es importante que las mujeres estén concientes de las señales que pueden indicar que algo no está bien. Consulte a su médico si usted nota cualquiera de los siguientes síntomas.

- Un nódulo duro cerca del seno o en el seno que no presenta dolor
- Cambio en el tamaño o firmeza de su seno
- Irritación de la piel o aparición de hoyuelos en el seno
- Inflamación del seno
- Dolor en el pezón o un nuevo pezón invertido (hacia adentro)
- Enrojecimiento o descamación del pezón o de la piel del seno
- Flujo del pezón, que no sea leche materna
- Una masa palpable en la zona de la axila


*Para hacer una cita por favor llame al Centro de Mamografía del Hospital Memorial al 509-574-3863.*



OCT

9

Sábado

  
**'OHANA**  
MEMORIAL'S MAMMOGRAPHY CENTER

## ¡Una Mamografía puede salvar su vida!

Venga y hágase su mamografía sin dificultad

¡Nosotros la llevamos!

**Sábado 9 de octubre de  
9:00 AM - 3:00 PM**

Centro de Mamografías 'Ohana  
1515 W. Yakima Ave. En Yakima

*Requiere que se registre. Para más información o para registrarse llame al 225-3178.*

 **MEMORIAL**

El Hospital Memorial del Valle de Yakima

[www.yakimamemorial.org/espanol](http://www.yakimamemorial.org/espanol)

  
The  
**MEMORIAL**  
Foundation