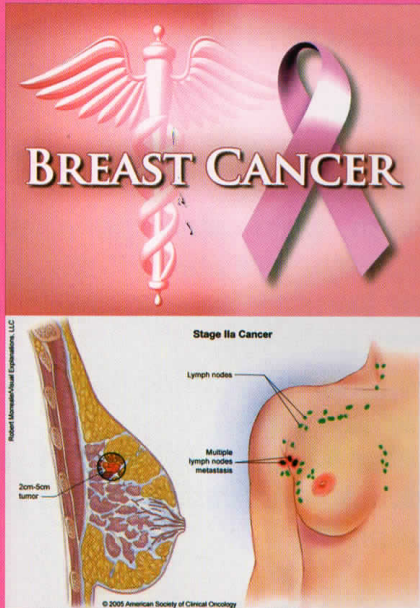


METODE TERAPI

- Operasi
- Terapi radiasi, yaitu terapi menggunakan sinar-sinar yang tinggi energinya untuk membunuh sel-sel kanker
- Kemoterapi, yaitu terapi menggunakan obat-obat anti kanker untuk membunuh sel-sel kanker.



PERAWATAN DIRUMAH

- Makan secara teratur dan hanya mengonsumsi makanan yang sehat dengan nutrisi seimbang yang baik bagi tubuh, hindari kafein
- Istirahat yang cukup
- Hindari stress
- Perbanyak minum air putih dan jus buah
- Tingkatkan konsumsi sayur-sayuran
- Rutin melakukan pengobatan sesuai anjuran

CARA PENCEGAHAN INFEKSI LUKA POST OPERASI DAN PERAWATAN DI RUMAH

- Menjaga kebersihan tubuh dengan baik.
- Menjaga daerah balutan jangan basah terkena cairan dari luar atau terkena benturan.
- Makanan yang mengandung protein atau tinggi kalori tinggi protein (TKTP).
- Melakukan kegiatan sesuai kemampuan
- Mengganti balutan luka dengan memperhatikan tindakan sebagai berikut:

- Mencuci tangan sebelum dan sesudah mengganti balutan
- Perhatikan ada tidaknya tanda infeksi
- Menggunakan alat steril / bersih
- Minum obat teratur sesuai anjuran

FAKTA KANKER PAYUDARA
Lebih banyak wanita penderita kanker payudara yang bertahan dibanding sebelumnya. Hal ini karena deteksi dini dan penanganan yang lebih baik

SEMOGA LEKAS SEMBUH

RSUP Dr. SARDJITO - YOGYAKARTA

"Mitra Terpercaya Menuju Sehat"



KANKER PAYUDARA



**UNIT PROMOSI KESEHATAN RUMAH SAKIT (UPKRS)
RSUP Dr. SARDJITO**

Jl. Kesehatan No. 1 Sekip, Bulaksumur, Yogyakarta 55284
Telp. (0274) 587832 / 587333 / 631190 ext. 359
Email : pkr.sardjitohospital@gmail.com

KANKER PAYUDARA

PENGERTIAN

Kanker payudara adalah perubahan sel yang mengalami pertumbuhan tidak normal dan tidak terkontrol pada jaringan payudara

GEJALA

- Terjadi benjolan yang permanen
- Benjolan itu tidak sakit dan terasa keras ketika disentuh
- Terjadi penebalan pada kulit payudara atau disekitar ketiak
- Perubahan ukuran dan bentuk payudara
- Kulit payudara berkerut
- Dari payudara keluar cairan berupa darah
- Terjadi tarikan pada puting susu

PENYEBAB // FAKTOR RESIKO

- Faktor reproduksi: menarche pada umur muda, menopause pada umur lebih tua
- Penggunaan hormon: Hormon estrogen.
- Obesitas
- Konsumsi lemak: Konsumsi lemak diperkirakan sebagai suatu faktor risiko terjadinya kanker payudara.
- Terpapar Radiasi
- Riwayat keluarga dan faktor genetic

Hal apa sajakah yang dapat dilakukan untuk menurunkan risiko?

1. Diet seimbang dan bergizi

Hindari Junk Food, makanan tinggi lemak dan makanan berpengawet.

2. Membatasi Alkohol

Minum alkohol meningkatkan resiko kanker payudara. Semakin Anda mengurangi alkohol, semakin kecil juga risiko Anda mengalami kanker payudara dan banyak kanker lainnya.

3. Aktifitas Fisik (Olahraga)

Wanita yang aktif secara fisik mempunyai resiko yang lebih kecil dibanding wanita yang kurang aktif. Cobalah untuk melakukan setidaknya 30 menit aktivitas fisik sedang sebanyak 3 kali dalam 1 minggu. Semakin Anda aktif, semakin Anda menurunkan resiko kanker payudara.

4. Tidak Merokok

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa merokok dapat meningkatkan risiko kanker payudara



PERUBAHAN APA YANG HARUS SAYA CARI?

Lakukan:

SADARI

Untuk mendeteksi sejak dini apabila terjadi kelainan pada payudara.

Lihat adanya:

- Perubahan ukuran, bentuk, atau rasa payudara Anda
- Gumpalan baru atau penebalan pada salah satu payudara atau ketiak
- Adanya kerutan, lesung/cekungan, atau kemerahan pada kulit
- Perubahan posisi puting susu, ruam, atau keluaran dari puting
- Nyeri atau rasa tidak nyaman yang baru Anda rasakan dan terasa hanya pada satu sisi payudara

Jika Anda mendapati tanda ini atau perubahan yang tak wajar lainnya periksalah ke dokter

