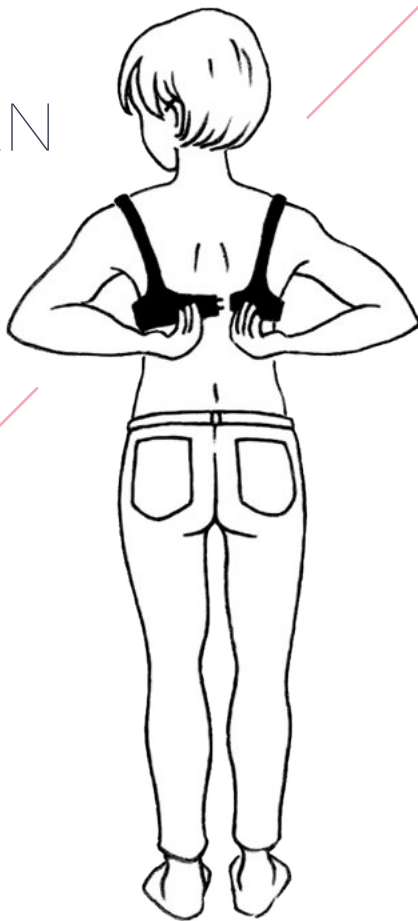


Waarom en hoe

NAAR JE
BORSTEN
LATEN KIJKEN

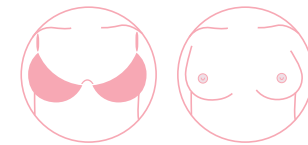


Informatie over borstonderzoek

IN EENVOUDIGE TAAL

informatie over

BORSTONDERZOEK IN EENVOUDIGE TAAL

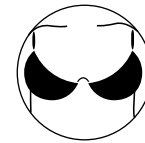


**BORSTEN
BOEZEM
BEWUST** }

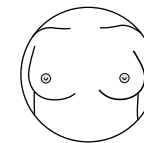
Deze brochure is een uitgave van Borst en Boezem Bewust en is tot stand gekomen in samenwerking met Cera, Pink Ribbon, Gezin en Handicap en VONX.
Gratis te downloaden via de sites van de partnerorganisaties.

LEESPAGINA'S

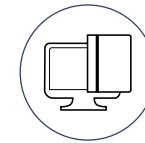
In deze brochure vind je informatie over borstonderzoek.
Dit kan je allemaal lezen:



Wat is
borstkanker?
pg 10



Kijken en
voelen
pg 12



Nuttige
adressen
pg 32



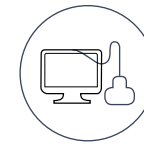
Naar de
dokter
pg 14 - 31



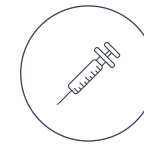
Klinisch
onderzoek
pg 20



Mammografie
pg 22



Echografie
pg 24



Biopsie
pg 26

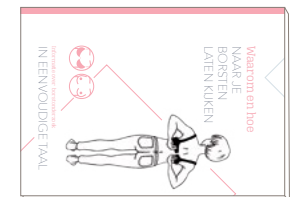


MR-scan
pg 28



SCHEURPAGINA'S

Achteraan vind je 11 scheurpagina's.
Je draait er de brochure voor horizontaal.
Je kan de pagina's uitscheuren als je wilt.
Er zijn 11 stappen.



Ze vertellen het verhaal van Marianne.
Marianne gaat naar de mammografie.
Ze vertelt hoe dat werkt.
Stap voor stap.



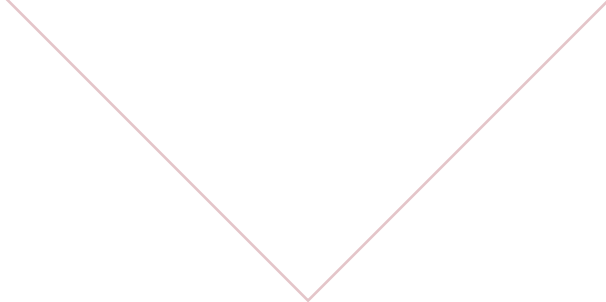
Je kan de pagina's uitscheuren.
Er zijn 11 stappen.
Je kan het fotoverhaal ook downloaden
via de sites van de partnerorganisaties.





JE BORSTEN LATEN
ONDERZOEKEN
OP BORSTKANKER IS
BELANGRIJK
VOOR JE
GEZONDHEID

- Dokter Biltjes -



Ik laat soms mijn borsten controleren bij mijn huisarts. Ik zou graag mijn dochter, die een verstandelijke beperking heeft, meenemen.

MAAR HOE LEG
IK HAAR UIT WAT
HAAR ALLEMAALTE
WACHTEN STAAT





Wat is BORSTKANKER

Borstkanker is een ziekte die vaak voorkomt bij vrouwen.

Bij borstkanker groeit er een gezwel (knobbeltje) in de borst.

In dat gezwel zitten kankercellen.

De cellen kunnen zich door het hele lichaam verspreiden.

Ze maken je ziek.

Het is belangrijk om borstkanker zo snel mogelijk op te sporen.

Als de kanker snel ontdekt wordt, heb je de grootste kans om te genezen.

In deze brochure krijg je tips en uitleg over het opsporen van borstkanker.

Elke vrouw in België wordt vanaf 50 jaar uitgenodigd om haar borsten regelmatig te laten onderzoeken.

Je krijgt hiervoor een uitnodigingsbrief.

Dit onderzoek is gratis en gebeurt in een kliniek bij jou in de buurt.

In deze brochure krijg je informatie over verschillende onderzoeken die mogelijk zijn.



Kijken en VOELEN

Het is goed om je eigen
borsten goed te kennen.

Kijk en voel dan ook regelmatig
aan je borsten.

Zo merk je snel als er iets veranderd is.

Als je iets ongewoon aan je borsten
voelt, ga je best naar de dokter.

Dit kan je huisarts zijn of een
vrouwenarts (gynaecoloog).

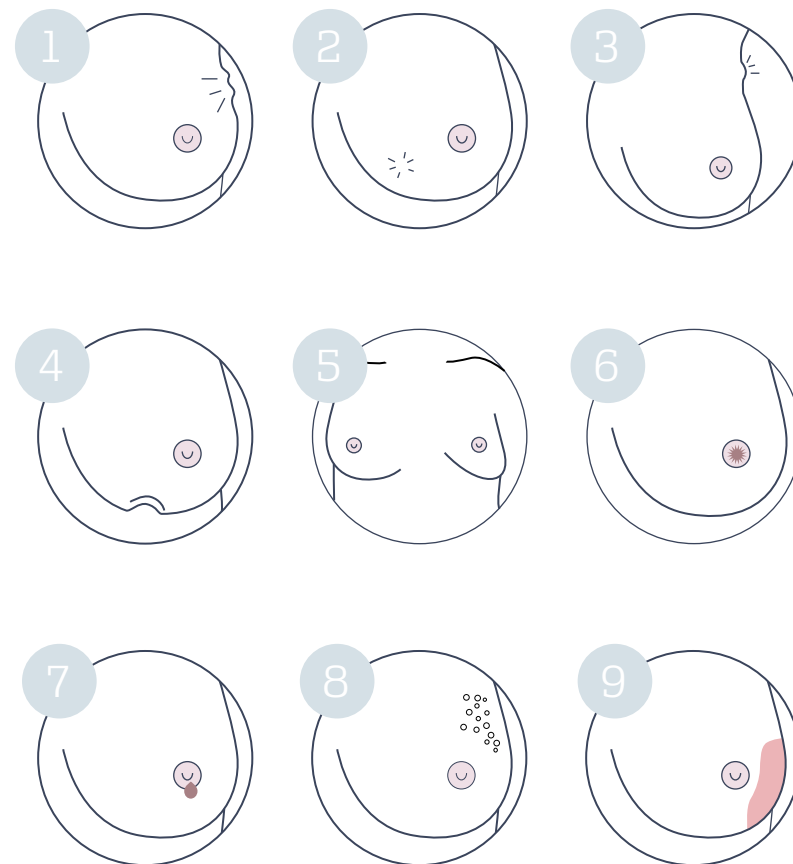




Naar de DOKTER

Wanneer ga je best naar de dokter:

1. Je voelt een knobbeltje in je borst
2. Je ziet een knobbeltje op je borst
3. Je voelt een knobbeltje onder je oksel
4. Je hebt een put in je borst
5. De vorm van je borst is veranderd
6. Je tepel is plots naar binnen getrokken
7. Je hebt vochtverlies uit de tepel
8. Je huid is oneffen en voelt hard aan (sinaasappelhuid)
9. De huid van je borst is van kleur veranderd





VRAAG IEMAND MEE NAAR DE DOKTER

DE STEUN DIE JE
KRIJGT IS
BELANGRIJK

Als je twijfelt of je hebt hierbij hulp nodig, vraag het aan iemand die je vertrouwt.

Dit kan een familielid, een begeleider, een persoonlijk assistent, een goede vriend of vriendin zijn.

Vraag altijd iemand mee naar de dokter. De steun die je krijgt is belangrijk.

Soms zit er een knobbeltje in je borst zonder dat je het ziet of voelt.

Een knobbeltje hoeft niet altijd slecht te zijn, het kan ook een gezwollen melkklier zijn.

Daarom is het belangrijk om je borsten regelmatig te laten controleren door een dokter.

Bovendien worden alle vrouwen vanaf 50 jaar uitgenodigd om hun borsten te laten onderzoeken.

Borstonderzoek

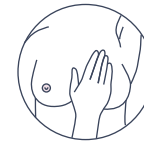
Er zijn drie redenen om bij de dokter je borsten te laten onderzoeken.

1. Algemene controle bij je huisarts of vrouwenarts (gynaecoloog)
2. Je hebt een verandering opgemerkt in je borst (zie pagina 15)
3. Je bent ouder dan 50 jaar en kreeg een uitnodigingsbrief om je borsten te laten onderzoeken

Ga niet alleen naar de dokter, maar vraag iemand mee die je vertrouwt en die je ondersteunt.

Dit kan een familielid, een begeleider, een persoonlijk assistent, een goede vriend of vriendin zijn.

Er zijn verschillende soorten onderzoek die de dokter kan doen:



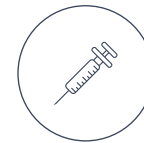
Klinisch onderzoek
pg 20



Mammografie
pg 22



Echografie
pg 24



Biopsie
pg 26



MR-scan
pg 28



Klinisch onderzoek

Een klinisch onderzoek gebeurt zonder speciale instrumenten.

Je huisarts of vrouwenarts (gynaecoloog) kan dit onderzoek uitvoeren.

Zeg als je zelf iets vreemds aan je borsten hebt opgemerkt.

De dokter stelt je een aantal vragen.

De dokter kijkt en voelt aan je borsten, onder je oksel en aan je sleutelbeen.

Zo voelt de dokter of er geen knobbeltje in je borst zit.

Dit onderzoek doet geen pijn en duurt maar enkele minuten.





Mammografie

Een mammografie is een foto van de binnenkant van je borst.

Op deze foto kan de dokter zien of er wel of niet een knobbeltje in je borst zit.

Zo'n foto wordt genomen met een groot toestel, de mammograaf.

Je blote borst wordt op de onderste plaat van het toestel gelegd.

Een andere plaat wordt daarna op je borst gedrukt.

Zo zit je borst tussen twee platen.

Dit kan lastig aanvoelen en misschien zelfs even pijn doen.

Dit duurt gelukkig niet lang.
(5 à 10 seconden per borst)
Van beide borsten worden 2 foto's genomen.



TIP! Bekijk het fotoverhaal van Marianne om meer te weten over mammografie.



Echografie

Een echografie is een foto van de binnenkant van je borst.

Op deze foto kan de dokter zien of er wel of niet een knobbeltje in je borst zit.

Een echografie wordt gemaakt met een sonde. Je kan deze sonde vergelijken met een camera die de binnenkant van je borst kan filmen.

Je moet op je rug gaan liggen op de onderzoekstafel.

Eerst wordt een watergel op je borst gesmeerd. De gel kan een beetje koud aanvoelen.

De dokter wrijft met de sonde over je borst.

Beide borsten en oksels worden onderzocht. Dit onderzoek doet geen pijn.

Je krijgt een handdoekje om de gel van je borsten te vegen.





Biopsie

Als er een knobbeltje in je borst gevonden is, kan de dokter een biopsie doen.

Een biopsie is een onderzoek waarbij de dokter met een naald wat cellen uit het knobbeltje in je borst haalt.

Deze cellen zullen onderzocht worden: zijn ze goed of slecht?

Je moet op je rug gaan liggen op de onderzoekstafel.

De dokter prikt met een fijne naald in je borst om een beetje te verdoven.

Met een andere naald wordt er een klein stukje uit de knobbel in de borst genomen.

Dit kan lastig aanvoelen en misschien zelfs even pijn doen. Dit duurt gelukkig niet lang.

De cellen die uit je borst gehaald zijn, zullen verder onderzocht worden in een laboratorium.





MR-scan

Een MR-scan is een foto van de binnenkant van je borsten.

De foto's worden gemaakt in een heel groot toestel.

Je moet op je buik gaan liggen op de onderzoekstafel.

Je krijgt een inspuiting in je arm.

Je schuift langzaam in de grote cirkel.

De MR-scan is open aan beide kanten en het is er niet donker.

Je moet zo stil mogelijk blijven liggen en even je adem inhouden.

Je hoort een kloppend geluid wanneer de foto gemaakt wordt.

Dit onderzoek doet geen pijn en duurt 20 à 30 minuten.



De resultaten

De resultaten van de onderzoeken worden naar je huisarts gestuurd.

Je belt naar je huisarts om te horen wat het resultaat is.

Als de resultaten goed zijn moet je verder niets doen.

Je voelt je waarschijnlijk opgelucht en blij.

Als de resultaten slecht zijn, zal de dokter met jou de volgende onderzoeken en verschillende behandelingen overlopen.

Je voelt je misschien bang en ook wel boos of verdrietig.

Dat is ok, praat erover.

Vraag steeds iemand mee naar de dokter. De steun die je krijgt, is belangrijk.



PRAAT OVER HOE JE JE VOELT

DE STEUN DIE JE KRIJGT IS BELANGRIJK



Nuttige ADRESSEN

Informatie over borstkanker:

Pink Ribbon vzw
Elewijt Center
Tervuursesteenweg 564 - 1982 Elewijt
T 015 62 72 30
www.pink-ribbon.be
info@pink-ribbon.be

www.bevolkingsonderzoek.be/borstkanker

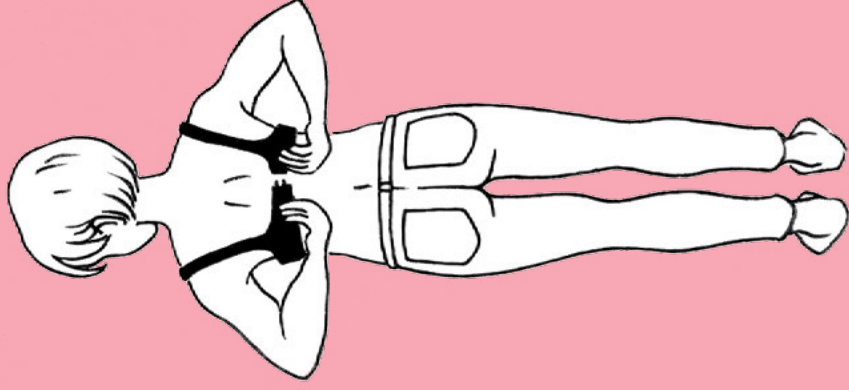
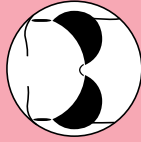
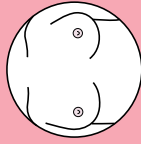
Informatie voor ouders en familie:

Gezin en Handicap vzw
Arthur Goemaerelei 66 - 2018 Antwerpen
T 03 216 29 90
www.gezinenhandicap.be
gezinenhandicap@kvg.be

Informatie over deze brochure en vormingen voor mensen met een verstandelijke beperking:

VONX vzw
Lijnmolenstraat 153 - 9040 Gent
T 09 261 57 50
www.vonx.be
info@konekt.be

Marianne bij de mammografie





Stap 1

Ik ben Marianne.

Ik ben 49 jaar en laat een
mammografie maken op
aanraden van mijn huisarts.

Wat is een mammografie?



1





Stap 2

De huisarts vertelde me hoe ik me moest voorbereiden:

- o Ik heb gemakkelijke kleding aangetrokken.
- o Geen jurk, want ik mag mijn broek of rok aanhouden.
- o Ik heb vandaag speciaal geen deodorant of bodylotion gesmeerd.

Wat is een mammografie?



2





Stap 3

Het is de eerste keer dat ik een mammografie laat doen.

Ik ben een beetje zenuwachtig.

Mijn vriendin Pauline is meegekomen om mij te steunen.

We moeten nog eventjes wachten in de wachtzaal.

Wat is een mammografie?





Stap 4

Wanneer het mijn beurt is, moet ik me uitkleden in de kleedkamer.

Enkel mijn blouse gaat uit, mijn broek mag ik aanhouden.

Mijn oorbellen en halsketting moet ik ook uitdoen en in een bakje leggen.

Wat is een mammografie?



4





Stap 5

Ook mijn BH moet uit.

Ik vind het wel raar,
zo in mijn blote borsten staan.

Wat is een mammografie?





Stap 6

De verpleegster vraagt me om voor de mammograaf te staan.

Dit is een heel groot toestel waarmee ze de foto van mijn borsten neemt.

De verpleegster vertelt me wat ik moet doen.



Wat is een mammografie?



6



Stap 7

Eerst moet ik mijn ene borst op de onderste plaat leggen.

Dit voelt een beetje koud aan.

De verpleegster helpt me daarbij en houdt mijn borst op de plaat.

Ze zegt wat ik met mijn armen moet doen en hoe ik moet staan.

Wat is een mammografie?



7





Stap 8

Dan wordt de bovenste plaat op mijn borst gedrukt.

Dit voelt lastig en doet zelfs een beetje pijn.

Het is gelukkig snel gedaan.

Wat is een mammografie?



8



Stap 9

Van mijn rechter borst wordt op dezelfde manier ook een foto genomen.



Wat is een mammografie?



9



Stap 10

De dokter zei me dat de foto's gelukt zijn, dus ik mag me terug aankleden.

Wat is een mammografie?



10





Stap 11

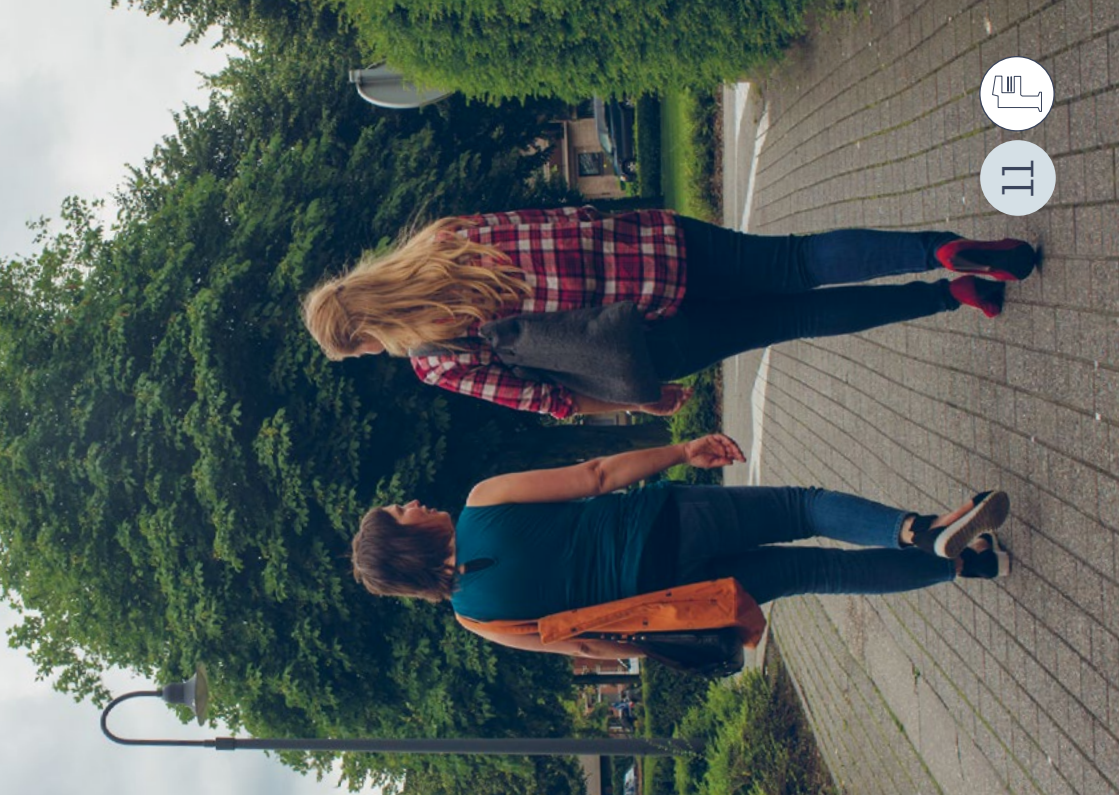
Oef, het is achter de rug.

Ik ben blij dat het goed is meegevallen.

Nu is het even afwachten, want de resultaten worden naar mijn huisarts gestuurd.

Ik mag hem bellen voor een afspraak om de resultaten te bespreken.

Wat is een mammografie?



BORST EN BOEZEM BEWUST }

Over Borst en Boezem Bewust

Waarom en hoe aan borstkankerpreventie doen bij vrouwen met een verstandelijke beperking? Rond deze vraag sloegen Cera, Gezin en Handicap, Pink Ribbon en VONX de handen in elkaar. Samen ontwikkelden we deze brochure om communicatie op maat te bevorderen. In het najaar van 2016 stelden we de brochure voor aan ouders, broers, zussen, vrijwilligers en begeleiders. In info- en vormingsmomenten willen we deze mensen sensibiliseren rond het thema 'borstkanker'. Zo zetten we in op preventie bij deze kwetsbare doelgroep.

Colofon

Redactie: Cathy De Feyter (VONX) en Tom Van Hoey (VONX)

Vormgeving: Ilot – grafisch ontwerp

Fotografie: Marc Beaucourt en Jan Lamberts

Druk: Groep Nevelland

Verantwoordelijke uitgever: Koen Deweer,

Konekt vzw, Lijnmolenstraat 153, 9040 Gent

Met dank aan: Dokter Biltjes en verplegend personeel van AZ Klina Brasschaat, Katrien Wené, Katrien Smeets, Evi Stautemas, Dominiek Poreye, Sige Van den Kerkhove, Aurore Verpoort, Agnes Roels, Annelies Poppe.

Deze uitgave is enkel beschikbaar in het Nederlands.

ISBN: 9789082121322

Eerste druk: september 2016

Info uit deze brochure mag overgenomen worden, mits bronvermelding.

Download deze brochure

Deze uitgave kan je **gratis downloaden** via

www.cera.be

www.pink-ribbon.be

www.gezinenhandicap.be

www.konekt.be





**BORSTEN
BOEZEM
BEWUST** }

cera

**Pink
RIBBON**



Gezin &
Handicap vzw

