

# L'auto-examen des seins

## POUR QUI ?

Toute femme à partir de 20 ans

## QUAND ?

La semaine après les règles ou  
le 1<sup>er</sup> jour du mois



Centre Hospitalier Universitaire de Tivoli  
Avenue Max Buset, 34  
7100 La Louvière  
Tél : 064/27.61.11 Fax : 064/27.66.99  
www.chu-tivoli.be

ULB

COMCDS006

 <sup>CHU</sup>  
tivoli

Clinique  
du sein

# L'auto-examen des seins

# L'auto-examen des seins

## POUR QUI ?

Toute femme à partir de 20 ans

## QUAND ?

La semaine après les règles ou  
le 1<sup>er</sup> jour du mois



Centre Hospitalier Universitaire de Tivoli  
Avenue Max Buset, 34  
7100 La Louvière  
Tél : 064/27.61.11 Fax : 064/27.66.99  
www.chu-tivoli.be

ULB

S00102 - 010512

 <sup>CHU</sup>  
tivoli

Clinique  
du sein

# L'auto-examen des seins

## Comment ?

### 1. L'AUTO-INSPECTION



1. Les bras le long du corps



2. Les mains sur les hanches



3. Les bras levés

### 2. L'AUTO-PALPATION



3 doigts de la main à plat sur le sein

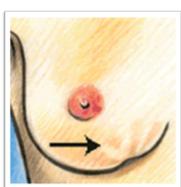


Couchée ou sous la douche



Faire des petits mouvements circulaires sur tout le pourtour du sein et l'aisselle

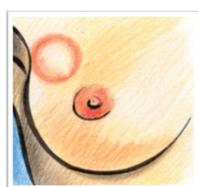
## Que rechercher ?



Rétraction de la peau



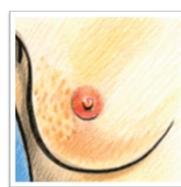
Fossette



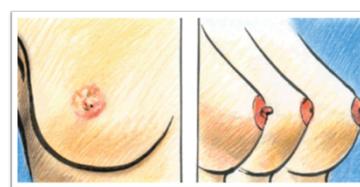
Nodule (une boule)



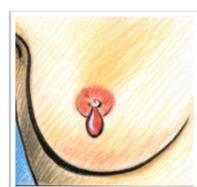
Rougeur anormale



Peau d'orange



Eczéma ou rétraction irréversible du mamelon



Ecoulement du mamelon

*La plupart des changements sont sans gravité mais s'ils persistent, consultez votre médecin*

## Comment ?

### 1. L'AUTO-INSPECTION



1. Les bras le long du corps



2. Les mains sur les hanches



3. Les bras levés

### 2. L'AUTO-PALPATION



3 doigts de la main à plat sur le sein

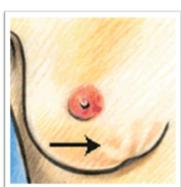


Couchée ou sous la douche



Faire des petits mouvements circulaires sur tout le pourtour du sein et l'aisselle

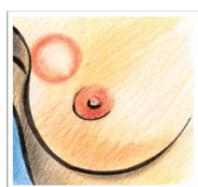
## Que rechercher ?



Rétraction de la peau



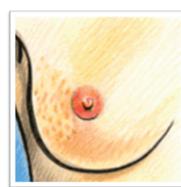
Fossette



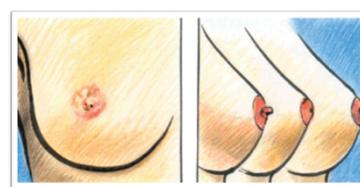
Nodule (une boule)



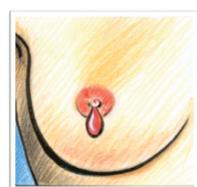
Rougeur anormale



Peau d'orange



Eczéma ou rétraction irréversible du mamelon



Ecoulement du mamelon

*La plupart des changements sont sans gravité mais s'ils persistent, consultez votre médecin*