

GUIDE D'OBSERVATION DES SEINS

PASSEZ À L'ACTION ET APPRENEZ
À VOUS CONNAÎTRE.

DÉCELEZ ET SIGNALEZ À VOTRE
MÉDECIN TOUT CHANGEMENT RÉCENT
ET PERSISTANT. EN CAS DE DOUTE, CONSULTEZ !

QUOI OBSERVER ?

1 OBSERVATION DE LA PEAU

- Peau orange
- Épaississement
- Changement de coloration
- Rougeur
- Formation de fossettes, de petits creux ou de plissements
- Sensation de chaleur localisée
- Ulcération ou plaie
- Nouvelle veine plus apparente
- Rétractation de la peau

2 OBSERVATION DU SEIN

- Changement de volume ou de la forme du sein
- Changement d'un sein par rapport à l'autre
- Déformation
- Masse (bosse) visible ou palpée au niveau du sein ou de l'aisselle
- Inflammation du sein ou du bras

3 OBSERVATION DU MAMELON

- Changement d'apparence
- Écoulement spontané
- Inversion
- Déviation
- Eczéma persistant ou ulcération

RUBANROSE.ORG

INFORMATIONS & SOUTIEN

1 877 990-7171 #250

soutien@rubanrose.org



BREAST OBSERVATION GUIDE

TAKE ACTION AND GET
TO KNOW YOURSELF.

DETECT AND TELL
YOUR DOCTOR ABOUT ANY RECENT AND
PERSISTENT CHANGE. WHEN IN DOUBT, SEEK HELP!

WHAT TO LOOK FOR ?

1 SKIN OBSERVATION

- Orange peel skin
- Thickening
- Discolouration
- Redness
- Dimpling, pitting or puckering
- Localized feeling of warmth
- Ulceration or wound
- New more visible vein
- Skin shrinkage

2 BREAST OBSERVATION

- Changes in size or shape of the breast
- Changes in only one breast
- Deformation
- Visible or palpable mass (lump) in the breast or underarm
- Swelling of the breast or the arm

3 NIPPLE OBSERVATION

- Change in appearance
- Spontaneous discharge
- Inversion
- Deviation
- Persistent eczema or ulceration of the nipple

RUBANROSE.ORG

INFORMATIONS & SUPPORT

1 877 990-7171 #250

soutien@rubanrose.org



Quebec
Breast Cancer
Foundation