

Sostienici con il tuo contributo
C.C. bancario

IT07X0306909606100000106437

Oppure sottoscrivi la donazione del 5x1000
all'AMDOS ITALIA - AVELLINO
CF 92061210644

PUNTO DI ASCOLTO

Breast Unit - Ospedale Moscati
martedì e giovedì dalle 15.00 alle 19.00

amdos
ASSOCIAZIONE MERIDIONALE DONNE OPERATE AL SENO
— AVELLINO —

via Tagliamento 250 - Avellino
+39 348 718 4711

amdosav@gmail.com
www.amdosavellino.com

amdos

ASSOCIAZIONE MERIDIONALE DONNE OPERATE AL SENO



Fatta di donne, per le donne

Al fianco delle donne nel loro cammino
di salute, per trasformare la sfida del tumore
al seno in un percorso di speranza.



Ogni anno in Italia 33.000 donne hanno una diagnosi di tumore al seno e circa 22.000 di esse si salvano .

L'AMDOS ITALIA riunisce liberamente le persone che abbiano subito un intervento al seno e quanti volontariamente vogliono contribuire alla loro riabilitazione fisica, psicologica e al loro reinserimento sociale

In particolare le attività dell'Associazione sono mirate al raggiungimento degli obiettivi statuari:

(**Promuovere**

la diffusione e lo scambio di informazioni corrette e aggiornate sul tumore al seno.

(**Diffondere**

le conoscenze e la cultura della prevenzione.

(**Promuovere**

nel settore il miglioramento dei servizi assistenziali e sociali.

(**Organizzare**

convegni e corsi di formazione.

REGOLE PER LA PREVENZIONE

- < 25 anni praticare l'autopalpazione.
- < 35 anni visita senologica ed ecografia annuale.
- > 35 anni visita ed ecografia annuale, mammografia ogni due anni.
- > 40 anni visita, ecografia e mammografia annuale.

FATTORI DI RISCHIO

- Fumo e alcool
- Ormoni(estrogeni in menopausa)
- Uso di contraccettivi orali
- Uso di anabolizzanti
- Aumento di peso
- Abitudini di vita con alimentazione sbagliata
- Familiarità
- Infertilità o assenza di gravidanza

FATTORI PROTETTIVI

- **Partecipare agli screening**
- Dieta ricca di verdura e di frutta
- Cibi poco grassi e poco sale
- Essere fisicamente attivi
- Allattamento al seno
- Gravidanze numerose