

Impariamo a difendere la salute

- 1** Attenzione al peso!
Mantieni il tuo peso forma.
- 2** È importante **fare attività fisica** tutti i giorni
- 3** **NO** a troppo sale, **SI** a spezie e odori
- 4** **Mangia tutti i giorni** frutta, verdura, legumi e cereali integrali
- 5** **Mangia meno** carne rossa, salumi e carni conservate
- 6** **Non fumare**, soprattutto in presenza di bambini
- 7** Se puoi, **allatta** tuo figlio al seno
- 8** Birra e vino: meglio **non bere alcolici**.

Vieni nei nostri ambulatori

Ci siamo noi e al telefono devi dire: “progetto Donna Dovunque”

- **Via Francesco Viganò, 4 Milano - 02 6571233**
- **Via Neera, 48 Milano - 02 8461227**
- **Viale Caterina da Forlì, 61 Milano - 02 417744**
- **Via Fatebenefratelli, 7 Cernusco sul Naviglio - 02 9244577**
- **Via Alessandro Manzoni, 8 Novate Milanese - 02 87244082**
- **Via Fratelli Cairoli, 76 Sesto San Giovanni - 02 9738 9893**
- **Via San Gottardo, 36 Monza - 03 93902503**

Oppure scrivi a prenotazionepazililt@legatumori.mi.it

Con il patrocinio di:



COMUNE DI
MONZA

Prima stampa 2022

Contro i tumori fai una visita alla LILT

*Telefona subito e prenota
una visita di controllo.*



DONNA
DOVUNQUE™
La salute senza barriere.



La storia di Ioana

“Ciao! Mi chiamo Ioana e vivo in Italia da 10 anni.

Nel mio Paese andiamo dal medico solo quando si sta male. Grazie alla **LILT** ho capito che è importante andare dal medico quando sto bene.

Con il progetto **Donna Dovunque** sono riuscita a fare la mia prima visita al seno. E da quel giorno faccio sempre i controlli.

Perché prima si scopre un tumore, maggiori sono le possibilità di guarire.”

LILT ti garantisce una visita gratuita

Vieni a trovarci nei nostri Spazi Prevenzione LILT a Milano, Monza e province.

Alcuni tumori, se scoperti quando sono ancora di piccole dimensioni, sono più facilmente guaribili.

La prima visita al seno e la prima visita ginecologica con Pap test sono gratuite.

Non hai un'assistenza sanitaria in Italia?

Nessun problema. LILT ti garantisce ugualmente le prime visite gratuite di prevenzione.

Cosa consiglia il medico



Visita senologica

Visita da effettuare per individuare possibili noduli. Se noti qualche cosa di diverso nel tuo seno, un piccolo indurimento, una pallina, una secrezione, vai subito dal medico.

Quando?

Una volta all'anno a partire dai 25 anni.



Visita ginecologica

Visita da effettuare anche in assenza di sintomi.

Quando?

Una volta all'anno a partire dall'inizio dell'attività sessuale e comunque dai 25 anni.



Pap test

Esame che individua possibili alterazioni delle cellule del collo dell'utero, tra queste il virus HPV, che possono causare tumori.

Quando?

A partire dall'inizio dell'attività sessuale.



Mammografia

Esame radiologico del seno.

Quando?

A partire dai 40 anni. Se necessario, il medico prescrive l'ecografia insieme alla mammografia.



Ecografia mammaria

Esame a ultrasuoni del seno.

Quando?

Prima dei 40 anni, il medico decide se prescrivere l'ecografia, dopo i 40 anni, decide se prescrivere insieme ecografia e mammografia.