

It's your life.

And no one can protect it better than you.

— JUDI, BREAST CANCER SURVIVOR



BREAST CANCER

Breast cancer is the most common cancer in women. And living with a disability does not make you immune. Know the facts about breast cancer and why you need to make screening a regular part of your health care.

- An estimated 200,000 new cases of breast cancer will be diagnosed in American women this year.
- Women with disabilities are just as likely to be at risk for breast cancer as women without disabilities; the biggest risk factors are being a woman and aging.
- The chances of getting breast cancer increase with age. One out of every 8 women will get breast cancer at some point in her life.
- Finding breast cancer early increases chances of survival. If breast cancer is caught early, 9 out of every 10 women survive more than 5 years.
- Getting tested regularly for breast cancer is the best way for women to lower their risk. Mammography can help find cancer early when it's most treatable.

GETTING SCREENED

As a woman living with a disability, you may face a number of challenges that make it difficult to get a quality mammogram and clinical exam. Here are some tips to make it easier.

When scheduling a mammography, ask:

- How should I dress?
- How do I prepare if I use a wheelchair or a scooter?
- Can the machine be adjusted so I can remain seated?
- How long is the appointment and can I have additional time if I need it?

Let the scheduling staff know that you can/cannot:

- Sit upright with or without assistance
- Lift and move your arms
- Transfer from your chair/scooter
- Undress/dress without assistance

When preparing for your mammogram, remember:

- Wear a blouse that opens in the front
- Wear a bra that you can easily remove
- Do not wear deodorant or body powder
- Talk to your healthcare provider about any disability-related concerns

If you're over 40, check your breasts regularly, and have a mammogram and clinical exam every 1–2 years. For more information, visit www.cdc.gov/RightToKnow or call 1–800–CDC–INFO (232–4636); 1–888–232–6348 (TTY).

BREAST CANCER SCREENING
THE RIGHT TO KNOW



Es su vida

Y nadie mejor que usted para cuidarla.

— JUDI, SOBREVIVIENTE DEL CÁNCER DE SENO



CÁNCER DE SENO

El cáncer de seno es el cáncer más común entre las mujeres. Y el hecho de tener una discapacidad no nos inmuniza. Entérese de todo sobre el cáncer de seno y las razones por las cuales los exámenes de seno deben ser práctica de rutina en su atención médica.

- Este año se diagnosticarán aproximadamente 200,000 casos nuevos de cáncer del seno en Estados Unidos.
- Las mujeres con discapacidad están expuestas al mismo riesgo de sufrir cáncer de seno que el resto de las mujeres. Los factores de mayor riesgo son ser mujer y el pasar de los años.
- La probabilidad de sufrir cáncer de seno aumenta con la edad. A una de cada 8 mujeres le dará cáncer de seno en algún momento de la vida.
- La detección temprana del cáncer de seno aumenta las posibilidades de sobrevivirlo. Si el cáncer de seno se trata a tiempo, 9 de cada 10 mujeres sobreviven más de 5 años.
- Examinarse los senos periódicamente es la mejor manera de reducir el riesgo. La mamografía ayuda a detectar el cáncer temprano, cuando es más fácil de tratar.

HÁGASE EXAMINAR

Si vive con una discapacidad, es probable que enfrente retos que le dificulten hacerse una mamografía de calidad y un examen clínico. A continuación encontrará algunos consejos que la ayudarán:

Cuando llame para fijar la cita para la mamografía, pregunte:

- ¿Qué ropa debo ponerme?
- ¿Cómo debo prepararme si ando en silla de ruedas o uso un carrito motorizado?
- ¿Se puede ajustar la máquina de la mamografía de manera que yo pueda permanecer sentada?
- ¿Cuánto dura la consulta? ¿Me darán más tiempo si lo necesito?

Informe al personal encargado si no puede realizar algunas de las siguientes actividades:

- Sentarse erguida con o sin ayuda.
- Levantar los brazos y moverlos.
- Pasar de su silla o carrito motorizado a otra silla.
- Desvestirse y vestirse sin ayuda.

Al prepararse para la mamografía, recuerde:

- Ponerse una blusa que se abra por delante.
- Ponerse un sostén fácil de quitar.
- No usar desodorante ni talco.
- Hablar con el proveedor de atención médica sobre cualquier inquietud que tenga en relación con su discapacidad.

Si ya cumplió 40 años, revítese los senos con regularidad y hágase una mamografía y un examen clínico cada 1 o 2 años. Para obtener más información visite www.cdc.gov/RightToKnow o llame al 1-800-CDC-INFO (232-4636); 1-888-232-6348 (TTY).

EXÁMENES MÉDICOS PARA
DETECTAR EL CÁNCER DE SENO
EL DERECHO DE SABER

