

Breastlight käyttöohje



Rintojen omatoiminen tutkiminen

Rintasyöpä on naisten yleisin syöpäsairaus. Rintasyövän hoitoennuste on sitä parempi, mitä aikaisemmin syöpä todetaan. Rintasyövän tärkeä toteamismuoto on rintojen omatoiminen, säännöllinen tutkiminen ja jokaisen naisen olisi hyvä tarkastaa rintansa kuukausittain. Suositeltavin tutkimusajankohta on heti kuukautisten jälkeen. Kaikki löytyneet kyhmyt eivät ole vaarallisia, sillä rinnoissa voi olla runsaasti sidekudos- ja/tai rasvakyhmyjä, mutta jokainen löytynyt kyhmy pitää tarkistuttaa lääkärillä. Lääkäriin tulee hakeutua:

- Aina, kun rintaan ilmaantuu kyhmy tai muu selkeästi tunnisteltava muutos
- Jos toisesta rinnasta tulee eritettä. Erite useammasta kuin yhdestä tiehyestä ei yleensä viittaa rintasyöpään.
- Jos nänni vetäytyy sisään suhteellisen lyhyessä ajassa
- Jos rinnan ja nännipihan iho muuttuu.

Internetissä on erinomaisia ohjeita rintojen omatoimiseen tutkimiseen. Kotisivuiltamme **www.terveystekniikka.fi** löytyy linkkejä sivustoille.

Miksi Breastlight

Breastlight on uutta teknologiaa, jolla pyritään edistämään terveyttä ja hyvinvointia. Breastlight-laite on erittäin helppokäyttöinen ja sen avulla on helppo seurata omaan rintakudokseen tulevia muutoksia. Breastlight antaa uuden perspektiivin rintojen omaehtoiseen tutkimiseen. Sormilla tunnistelun ja silmämääräisen tarkastelun lisäksi pääset näkemään kudoksen sisään. Läpivalaistusta rinnasta on helppo havaita muutokset. Tutkimuksista kannattaa ottaa valokuvia muistin tueksi.

Huom!

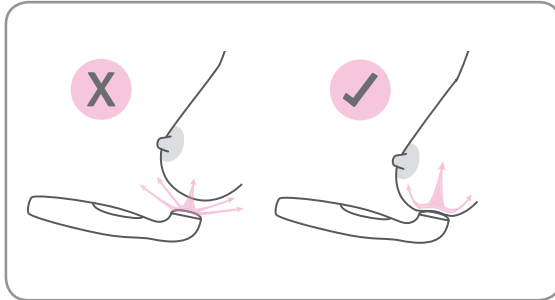
Breastlight-rintaskanneri on yksinkertainen ja helppokäyttöinen. Lue nämä käyttöohjeet ennen ensimmäistä käyttökertaa ja säästä ne myöhempää tarvetta varten.

Breastlight ei korvaa normaalia rintojen omatarkkailua eikä rintojen mammografia-tutkimusta, vaan toimii niiden apuna. Vain lääkäri voi tehdä diagnoosin.

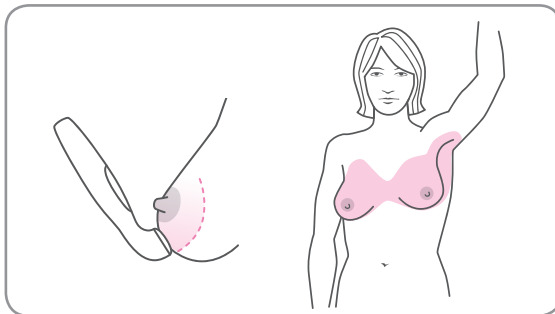
Lisää tietoa kotisivuiltamme **www.terveystekniikka.fi**

Käytön aloittaminen

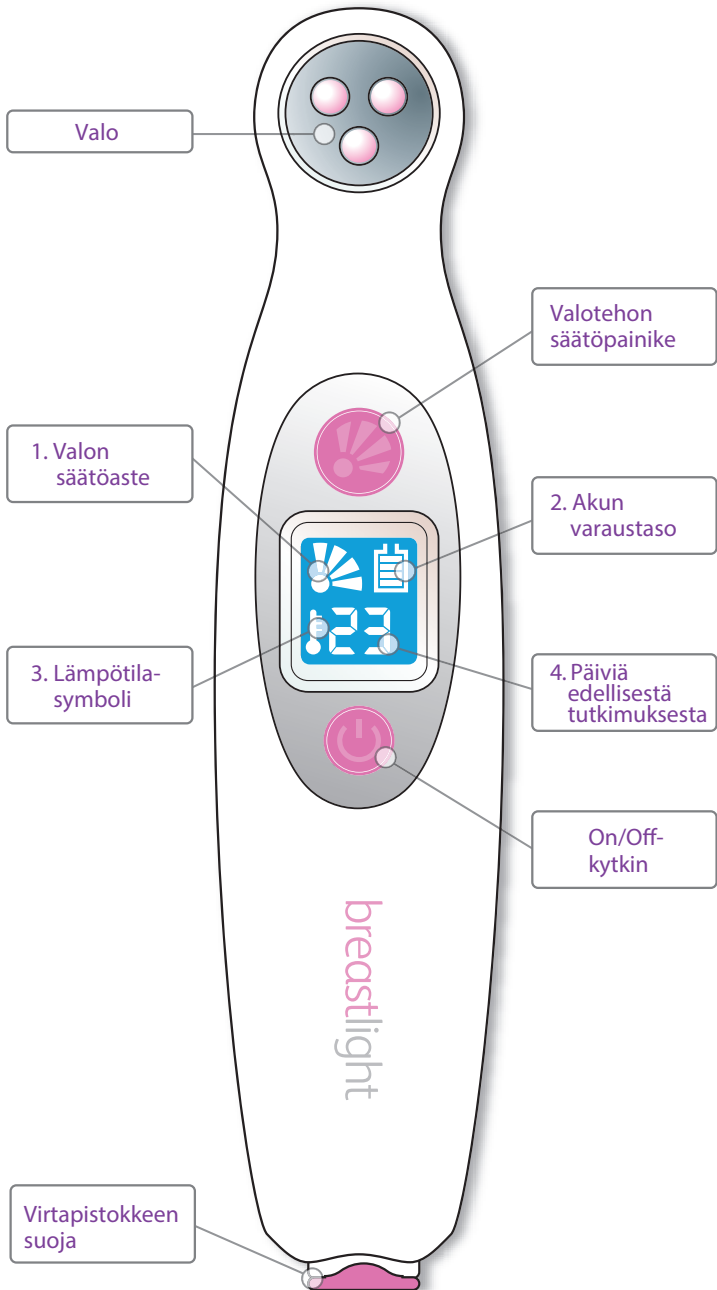
- 1** Lataa Breastlight-skanneria vähintään 4 tuntia ennen ensimmäistä käyttökertaa
- 2** Tee tutkimus mahdollisimman hämärässä huoneessa
- 3** Pidä valo tiukasti kiinni rintakudoksessa



- 4** Käytä geeliä, se helpottaa laitteen liikuttelua iholla
- 5** Käytä peiliä apuna, niin näet enemmän
- 6** Tutki kaikki rinnan alueet myös kainalosta ja rinnan päältä rintakehän alueelta. Liikuta Breastlightia hitaasti ympäri rintaa. Jatka tutkimusta, kunnes olet nähnyt kaikki rintakudoksen alueet. Muista tutkia myös nännin alla oleva kudos. Käytä apunasi toista kättä pitämään kiinni rinnasta.



- 7** Ota valokuvia muistisi tueksi
- 8** Toista tutkimus kerran kuussa heti kuukautisten jälkeen.



Breastlightin käyttö

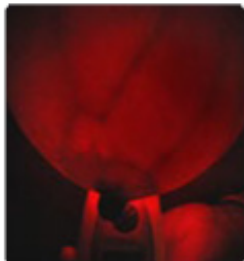
Näyttötaulun neljä symbolia

1. Neljä vaihtoehtoista valotehon voimakkuutta.
2. Akun lataustaso. Lataa uudelleen viimeistään kun kuvake vilkkuu. Käytä aina vain laitteen omaa latausjohtoa.
3. Lämpötilasymboli palaa vain, jos laite on kuumentunut liikaa. Näin tapahtuu harvoin, mutta ylikuumentuessaan laite sulkeutuu automaattisesti. Lämpötilasymboli vilkkuu, kunnes laite on taas jäähtynyt ja se on valmis käytettäväksi.
4. Näyttää, kuinka monta päivää on laitteen edellisestä käyttökerrasta. Tämä on hyödyllinen toiminto tukemaan laitteen säännöllistä käyttöä. Laskuri nollautuu automaattisesti, kun aloitat seuraavan tutkimuksen.

Valon voimakkuus

Laitteessa on neljä eri valovoimakkuutta. Parhaan valaisutehon valinta riippuu rintakudoksesta. Yleisesti isompi rinta vaatii suuremman valotehon. Mikäli valoteho on liian matala, et näe rintakudoksen verisuonia. Jos valoteho on liian suuri, et enää näe pienempiä yksityiskohtia.

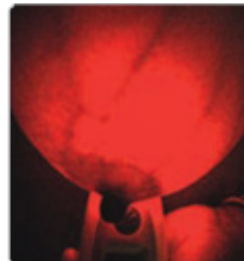
Liian matala valoteho



Sopiva valoteho



Liian korkea valoteho



Breastlightissa on sensori, joka varmistaa, että valoteho on voimakkaana vain, kun valo on ihokontaktissa. Kun olet laittanut laitteen päälle, odota muutama sekunti ennen laitteen asettamista iholle. **Älä koskaan katso suoraan valoon!** Laite lämpenee hieman valon vaikutuksesta tutkimuksen aikana.

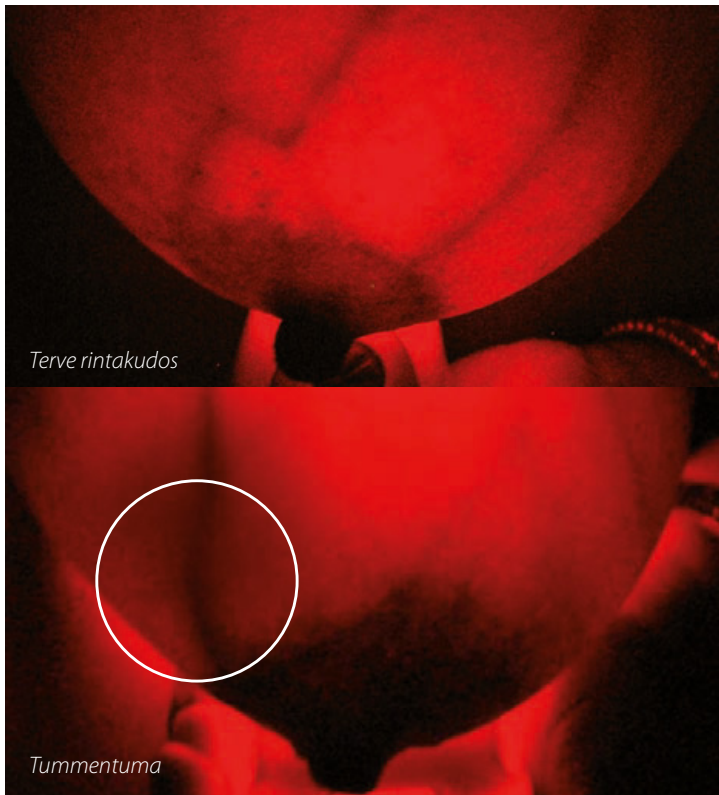
Geelin käyttö

Laita geeliä koko rinnan alueelle ja lisää tarvittaessa. Käytä vain vesiliukoista geeliä.

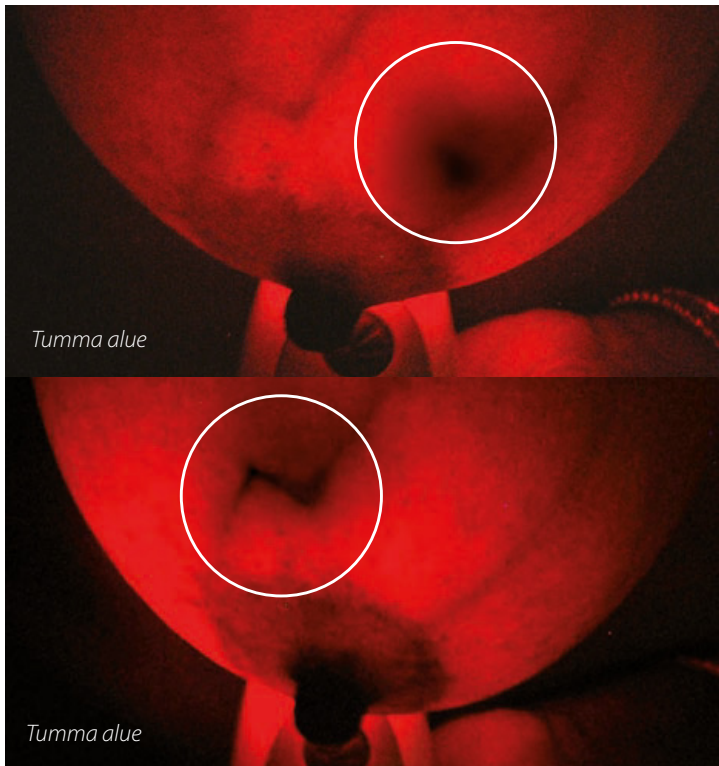
Mitä minun tulee etsiä?

Kun tutkit rintojasi Breastlightilla, saatat havaita tummempia alueita rintakudoksessasi. Tummentumien lähempi tarkastelu on tärkeää, koska joidenkin pahanlaatuisten kasvaimien alkuvaiheessa pienten verisuonien määrä niiden ympärillä lisääntyy. Ilmiötä kutsutaan verisuonten uudismuodostukseksi eli angiogeneesiksi. Angiogeneesi saattaa näkyä tummentumana kudosta läpi-valaistessa. Jos havaitset tummentumia, niistä on syytä keskustella lääkärin kanssa.

Tämän aukeaman kuvissa näet esimerkkejä erilaisista tilanteista.



HUOM! Nämä kuvat ovat vain mallikuvia, niitä ei ole tarkoitettu kliiniseen käyttöön. Kliinisiä kuvia löydät kotisivuiltamme.



Breastlightilla ei ole mahdollista havaita kaikkia poikkeavuuksia. Tulos riippuu poikkeavuuden koosta, sijainnista ja tyypistä. Breastlightia ei voi käyttää diagnosoinnissa. Laitteen valmistaja ei esitä väitettä, että laitteella löytää rintasyövän, rintakymyt tai muita rintojen sairauksia.

Breastlight-tutkimuksessa voi ilmetä mahdollinen poikkeavuus, joka myöhemmin osoittautuu normaaliksi tai vaatii hyvin vähän lääketieteellisiä toimenpiteitä. Esimerkiksi veren täyttämät kystat ja hematoomat näkyvät tummina alueina. Suositeltavaa kuitenkin on, että keskustele lääkäriin kanssa kaikista epäilyttävistä merkeistä.

Breastlightia ei voi käyttää imetyksen aikana. Rintaimplantit eivät estä laitteen käyttöä.

Muista, että kaikki poikkeavuudet eivät ole pahanlaatuisia. Jopa yhdeksän kymmenestä poikkeavuudesta on helposti hoidettavissa pienillä toimenpiteillä. Tärkeintä on, että käännyt lääkärisi puoleen heti, jos huomaat jotakin epäilyttävää. Näin sinun ei tarvitse huolehtia turhaan ja mikäli kyseessä on syöpäkasvain, saat nopeasti hoitoa.

Akku ja virtajohto

Breastlightissa on varaava akku. Ennen ensimmäistä käyttöä tulee laitetta ladata vähintään 4 tuntia. Kun laite on ladattu täyteen, akku-kuvakkeen kaikki palkit ovat täynnä eivätkä ne enää liiku. Virtajohto kiinnitetään laitteen pohjaan.

Kirkas valo on laitteen toiminnan kannalta olennainen. Mikäli akun lataus on liian matala, valo ei enää toimi. Jos tutkimus on kesken ja akku loppuu, voit suorittaa tutkimuksen loppuun liittämällä laitteen latauspistokkeeseen. Käytä ainoastaan laitteeseen tarkoitettua virtajohtoa.

Jos et käytä laitetta minuuttiin, se sulkeutuu automaattisesti. Käynnistä laite uudelleen painamalla ON/OFF-kytkintä.

Puhdistaminen

Laite puhdistetaan kuivalla paperilla tai hieman kostealla liinalla. Virtapistokkeen tulppa on syytä pitää kiinni puhdistuksen aikana.

Breastlight ei ole vedenpitävä. Älä huuhto laitetta juoksevan veden alla.

Hävittäminen

Älä hävitä laitetta kotitalousjätteen mukana. Laitteen akku tulee poistaa ja toimittaa akkujen keräykseen tarkoitettuun paikkaan. Laite tulee viedä sähkölaitteiden keräyspisteeseen.