

COMPRESSION

The technologist doing your mammogram is specially trained to take breast x-rays. The x-ray machine used is specifically designed for a screening mammogram test. **Compression of the breast is necessary and does several things to ensure the best image possible:**

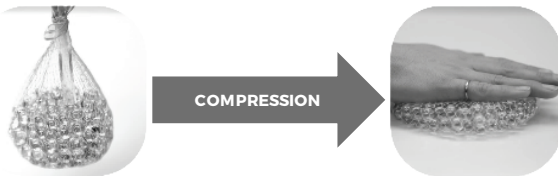
1. PREVENTS MOTION

Compression keeps your breast perfectly still during the test. This is very important because small movements, even a breath, may make the x-ray blurry. If the x-ray is blurry:

- it is impossible to see small details
- any abnormalities or changes in the tissue will be harder to find
- the x-ray will need to be repeated.

2. SPREADS OUT THE TISSUE

Compression spreads out the breast tissue so it is easier to see small changes in the breast. Think of your breast as a bag of marbles. When the bag is round like a ball you cannot see what is going on in the middle. When the bag is spread out, the pink marble in the middle becomes visible.



3. DECREASES RADIATION

Compression thins out the breast tissue. Therefore a lower x-ray dose can be used. Thicker breast tissue needs more radiation to make the x-ray image.

WILL A MAMMOGRAM DAMAGE MY BREAST OR CAUSE CANCER?

Compression may cause some pain and discomfort during and after the mammogram. The pain and discomfort are temporary and do **not** cause cancer. The minimum amount of compression is used to get the best image possible.

HOW DOES IT FEEL?

Every client's experience is different. Most clients find having a mammogram uncomfortable. A few find it painful. 64% of BreastCheck clients say the discomfort is the same or less than the discomfort of wearing shoes that are too tight.

If mammograms are painful, speak with the mammogram technologist who is trained to make the test as comfortable as possible. The compression is necessary, but very brief.

If you have a painful experience, remember, your breasts change over your lifetime. Age and hormone levels cause changes in the breast tissue which can affect discomfort level during a mammogram. Your next mammogram might not hurt as much.

To make the mammogram more comfortable, you can:

- ✓ take a mild pain reliever before your appointment, and/or
- ✓ make your appointment for when you feel rested and well.

COMPRESSION

La technologue qui fait votre mammographie est formée spécialement pour prendre des radiographies de seins. L'appareil de radiographie utilisé est spécialement conçu pour les mammographies de dépistage. **La compression des seins est nécessaire et a plusieurs fonctions visant à garantir la meilleure image possible :**

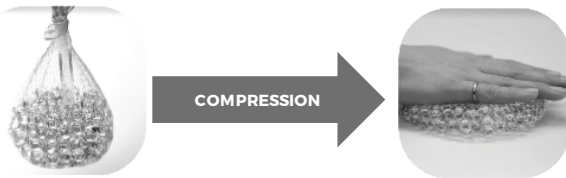
1. ELLE PRÉVIENT LE MOUVEMENT

La compression fait en sorte que vos seins soient parfaitement immobiles pendant le test. Cela est très important, car de petits mouvements, même une inspiration, peuvent brouiller l'image. Si la radiographie est floue :

- il est impossible de voir les petits détails;
- les anomalies ou les changements dans les tissus seront plus difficiles à voir;
- la radiographie devra être reprise.

2. ELLE ÉTEND LES TISSUS

La compression étend les tissus mammaires afin qu'il soit plus facile de voir les petits changements dans les seins. Pensez à vos seins comme à des sacs de billes. Lorsque le sac est rond comme une balle, vous ne pouvez pas voir ce qui se passe au milieu. Lorsque le sac est étendu, les billes roses au milieu deviennent visibles.



3. ELLE DIMINUE LES RADIATIONS

La compression amincit les tissus mammaires. Par conséquent, une plus faible dose de rayons X peut être utilisée. Les tissus mammaires plus épais ont besoin de plus de radiations pour apparaître sur le cliché radiographique.

EST-CE QUE LA MAMMOGRAPHIE ENDOMMAGERA MES SEINS OU CAUSERA UN CANCER?

La compression peut causer un peu de douleur et d'inconfort pendant et après la mammographie. La douleur et l'inconfort sont temporaires et **ne causent pas** le cancer. On utilise le niveau minimal de compression nécessaire pour obtenir la meilleure image possible.

QUELLE EST LA SENSATION?

L'expérience de chaque patiente est différente. La plupart des patientes considèrent la mammographie comme étant inconfortable. Quelques-unes la trouvent douloureuse. Soixante-quatre pour cent des patientes de BreastCheck disent que l'inconfort est égal ou inférieur à celui causé par le port de chaussures trop serrées.

Si les mammographies sont douloureuses, parlez à la technologue en mammographie qui est formée pour rendre le test aussi confortable que possible. La compression est nécessaire, mais très brève.

Si vous avez une expérience douloureuse, rappelez-vous que vos seins changent au fil du temps. L'âge et les niveaux hormonaux peuvent causer dans les tissus mammaires des changements qui influencent le niveau d'inconfort pendant la mammographie. Votre prochaine mammographie pourrait ne pas être aussi douloureuse.

Pour que votre mammographie soit plus agréable, vous pouvez :

- ✓ prendre un léger analgésique avant votre rendez-vous;
- ✓ veiller à ce que votre rendez-vous ait lieu à un moment où vous êtes reposée et vous sentez bien.