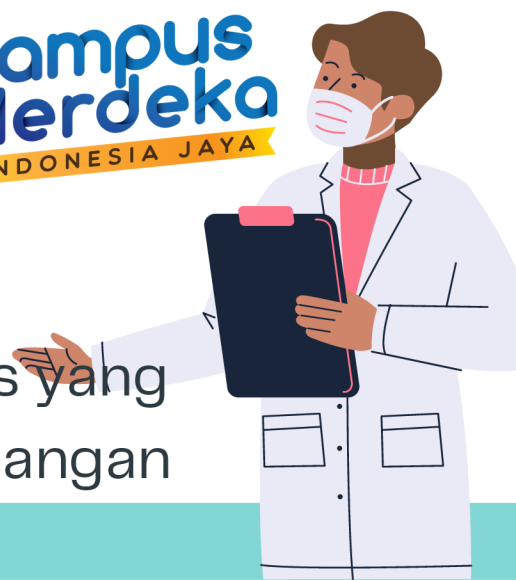




Kanker Payudara

Kanker payudara adalah penyakit ganas yang melibatkan pertumbuhan dan perkembangan sel yang tidak terkendali



Pencegahan Kanker Payudara

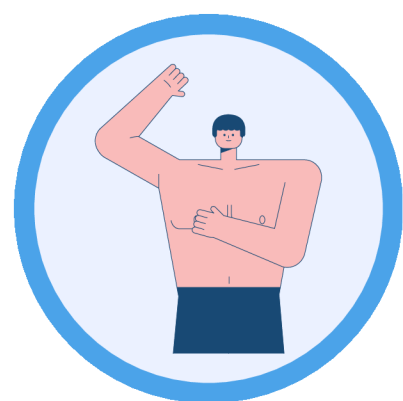


Langkah pertama

Lakukan pemeriksaan payudara sendiri secara rutin

Langkah Kedua

Dapatkan skrining mammogram sesuai anjuran



Langkah Ketiga

Olahraga teratur untuk mengurangi risiko

Langkah Keempat

Hindari konsumsi alkohol berlebih



Langkah Kelima

Pertahankan berat badan ideal

Langkah Keenam

Makan makanan kaya serat

