

# تست غربالگری پستان و شما

20 دقیقه هر دو سال یک مرتبه می تواند جان شما را نجات دهد

## تست غربالگری پستان

پروگرام BreastScreen NSW رایگان است و مخصوصاً به زنان سنین بین 50 تا 74 پیشنهاد می شود. توصیه می شود که زنان در این گروه سنی هر دو سال یک مرتبه تصویر برداری از پستان (ماموگرام) داشته باشند.

زنان در سنین 40 تا 49 و زنان بالای 75 سال هم می توانند غربالگری پستان داشته باشند. لطفاً نخست با داکتر خودتان صحبت کنید تا احتمال خطرات و مزایای تست غربالگری را برای شما تشریح نماید.

برای معین کردن وقت ملاقات و انجام غربالگری پستان به ارجاع داکتر شما نیازی نیست.

همه رادیوگرافرها (عکس بردارها) ی BreastScreen NSW زن هستند. آنان از تجهیزات مدرن استفاده و ماموگرامهای با بالاترین کیفیت را با حد اقل میزان تشعشع ایجاد می نمایند.

غربالگری در BreastScreen NSW برای زنانی است که علائمی از سرطان پستان ندارند.

اگر علائمی مانند دانه در یکی یا هر دو پستان، ترشح از نوک پستان، یا درد مداوم و بدون سابقه قبلی پستان داشتید، عاجل به داکتر خودتان مراجعه کنید.

## در باره سرطان پستان

از هر 7 نفر زن 1 نفر در نوساوت ولز در طول عمر خود سرطان پستان می گیرد.<sup>1</sup>

عوامل خطر آفرین کلیدی برای ایجاد سرطان پستان زن بودن و سالمند شدن است - بیش از 75% از موارد سرطان پستان در زنان بالای سن 50 بروز می نماید.<sup>2</sup>

بهترین راه زود یافتن سرطان پستان در زنان بین سنین 50-74 سال تصویر برداری از (ماموگرام) پستان است. یک ماموگرام عکس برداری با اشعه مجهول (اکس ری) پستانها است. ماموگرام می تواند ذرات بسیار ریز سرطان پستان را هنگامی تشخیص دهد که دیده یا احساس نمی شوند.

از هر 7 نفر 1 نفر



از هر 10 زن 9 نفر

که سرطان پستان دارند سابقه خانوادگی از این مرض را ندارند.<sup>3</sup>

هرچه زودتر سرطان پستان یافت شود، چانس زنده ماندن بهتر خواهد بود.

## معین کردن وقت برای ماموگرام

1 به 13 20 50 تلفون کرده و وقت بگیرید.

2 اگر به ترجمان ضرورت دارید تا بتوانید قرار ملاقات بگذارید، به خدمات ترجمانی تحریری و شفاهی (TIS) 13 14 50 تلفون کنید.

وقتی که یک پیام ضبط شده را می شنوید گوشی تلفون را قطع نکنید. زبانی را که می خواهید به روشنی بیان کرده و صبر کنید تا اینکه صدای ترجمان را بشنوید.

3 اگر پستان مصنوعی (ایمپلنت) دارید هنگام معین کردن وقت در باره آن به BreastScreen NSW معلومات دهید.

## در روز ماموگرام

✓ اطمینان یابید که از آدرس محل BreastScreen NSW معلومات دارید.

✓ اگر آخرین غربالگری از پستان شما در BreastScreen NSW نبوده، تصویر های اِکس ری ماموگرام سابق را با خود همراه داشته باشید.

✓ جزئیات داکتر خود را همراه داشته باشید تا نتایج تست شما را بتوانند به داکتر تان بدهند.

✓ لباس شما دو تکه باشد. چون ممکن است برای انجام ماموگرام، باید از کمر به بالا لخت شوید.

✗ از پودر تالک، ضد بو (دی اُورانت)، یا کریم در روز انجام ماموگرام استفاده نکنید. این ها می تواند روی نتایج اِکس ری شما مؤثر باشند.

## در ماموگرام تان

• وقت ملاقات شما ممکن است نزدیک به 20 دقیقه طول بکشد.

• یک بانوی رادیوگرافر شما را به یک اتاق خصوصی می برد و در آنجا شما می توانید بالاپوش و پستان بند خود را در آورید.

• از شما می خواهند که رو به روی یک ماشین ایستاد شوید که از هر پستان دو اِکس ری می گیرد. هر پستان روی یک دوری ماشین قرار گرفته و یک اِکس ری گرفته می شود. اگر پستان های شما حساس است یا تکلیف کمر و شانه دارید، به رادیوگرافر معلومات دهید.

• ماموگرام ممکن است قدری ناراحت کننده باشد. اگر آرام باشید، ناراحتی یا درد را به حد اقل می رساند. این جریان تنها چند دقیقه طول می کشد.

• شما می توانید هروقت که باشد از رادیوگرافر بخواهید که ماموگرام را متوقف کند. همچنین می توانید بخواهید که پس از هر اِکس ری تنفس کوتاهی به شما بدهد.

## پس از ماموگرام شما

• دست کم دو داکتر آموزش دیده به طور مستقل تصویر های اِکس ری شما را مطالعه می نمایند.

• شما نتایج اِکس ری خود را طی نامه ای دریافت می کنید. این ممکن است 2 هفته را در بر گیرد.

• نتایج شما را با اجازه از خودتان برای داکتر تان روانه می کنند.

• اگر چیزی در ماموگرام شما بود که به تحقیق بیشتری ضرورت داشت از شما خواهند خواست که به یک کلینیک ارزیابی مراجعه کنید. از هر 10 زن 9 نفر (90%) از زنانی که برای تست های بیشتر می خواهند که بیابند سرطان پستان ندارند.

1. معلومات موارد سرطان و تلفات سالانه نیوساوت ولز،

منبع از: (NSW Cancer Registry, Cancer Institute NSW). [cancer.nsw.gov.au/understanding-cancer/cancer-in-nsw/data-calculations](http://cancer.nsw.gov.au/understanding-cancer/cancer-in-nsw/data-calculations).

2. مؤسسه صحت و رفاه استرالیا 2018. گزارش نظارتی BreastScreen Australia در سال 2018. Cancer series no. 112. Cat. no. CAN 116. Canberra: AIHW.

3. گروه همکارانه در باره عوامل هورمونی در سرطان پستان، 2001. سرطان پستان خانوادگی: تجزیه و تحلیل مجدد همکارانه معلومات فردی 52 مطالعه همه گیری به شمول 58,209 نفر از بانوان دارای سرطان پستان و 101,986 نفر از بانوان بدون این مرض. Lancet 2001; 358: 1389-99