

# غربالگری پستان و شما

۲۰ دقیقه هر دو سال یکبار می‌تواند زندگی تان رانجات دهد.

## غربالگری پستان

برنامه BreastScreen NSW رایگان است و مخصوصاً به زنان ۵۰ - ۷۴ ساله عرضه می‌شود. توصیه می‌شود که زنان در این گروه سنی هر دو سال یکبار غربالگری پستان (ماموگرام) داشته باشند.

زنان ۴۰ تا ۴۹ ساله و زنان بالای ۷۵ سال نیز می‌توانند غربالگری پستان داشته باشند. لطفاً اول با دکترتان در باره ریسک و منفعت غربالگری برای شما صحبت کنید.

برای گرفتن وقت غربالگری پستان نیازی به ارجاع دکترتان نیست.

همه رادیوگرافهای BreastScreen NSW زن هستند. آنها از وسایل و روشهای مدرن که بهترین کیفیت ماموگرام را با کمترین مقدار اشعه به دست می‌دهد استفاده می‌کنند.

غربالگری BreastScreen NSW برای زنانی است که هیچ نشانه‌ای از سرطان پستان ندارند.

در صورت مشاهده هرگونه علائمی مانند برآمدگی در یک یا هر دو پستان، ترشح از نوک پستان یا درد مداوم پستان که قبلاً نداشته اید، به دکترتان مراجعه کنید.

## در باره غربالگری پستان

از هر ۷ زن در نیو ساوت ویلز یک نفر در طول زندگی دچار سرطان پستان می‌شود.<sup>۱</sup>

عوامل کلیدی خطر ابتلا به سرطان پستان عبارتند از زن

بودن و مسن تر شدن - بیش از

۷۵٪ موارد سرطان پستان در زنان

بالای ۵۰ سال ظاهر می‌شود.<sup>۲</sup>

بهترین راه تشخیص سریع سرطان پستان در زنان ۵۰ - ۷۴

ساله غربالگری پستان (ماموگرام) است. ماموگرام یک

عکس اشعه ایکس پستان ها است. ماموگرام می‌تواند

سرطانهای خیلی کوچک پستان را پیدا کند قبل از اینکه

بشود آنها را دید یا حس کرد.

۱ در ۷



## ۹ در ۱۰ زن

که سرطان پستان دارند، هیچ سایقه خانوادگی این بیماری را ندارند.<sup>۳</sup>

سرطان پستان هر چه زود تر تشخیص داده شود شانس زنده ماندن شما از آن بیشتر است.

## رزرو کردن ماموگرام

1 برای رزرو کردن به شماره 13 20 50 تلفن بزنید.

2 اگر برای رزرو کردن وقت به کمک یک مترجم نیاز دارید، به سرویس ترجمه نوشتاری و گفتاری (TIS) 13 14 50 تلفن بزنید

وقتی یک پیام ضبط شده می‌شنوید تلفن را قطع نکنید. زبانی را که به آن صحبت می‌کنید به وضوح بگویید و منتظر بمانید تا صدای یک مترجم را بشنوید.

3 اگر ایمپلنت پستان دارید، موقع گرفتن وقت به BreastScreen NSW اطلاع بدهید.

## در روز ماموگرافی

✓ مطمئن شوید که آدرس محل BreastScreen NSW را می‌دانید.

✓ اگر آخرین غربالگری پستان تان را با BreastScreen NSW انجام نداده‌اید، عکسهای ماموگرام قبلی تان را با خود بیاورید.

✓ مشخصات دکترتان را بیاورید تا نتایج در اختیار دکترتان گذاشته شود.

✓ لباس دو تکه بپوشید. در طول مدت ماموگرافی لازم خواهد بود که از کمر به بالا لباستان را در آورید.

✗ در روز ماموگرافی از پودر تالک، دئودورانت یا کرم استفاده نکنید. اینها می‌توانند نتایج اشعه ایکس شما را تحت تأثیر قرار دهند.

## در محل ماموگرافی

- وقت ملاقات شما تقریباً ۲۰ دقیقه طول خواهد کشید.
- یک زن رادیوگرافر شما را به یک اتاق خصوصی خواهد برد که در آن می‌توانید لباس بالا و سینه بندتان را در آورید.
- از شما خواسته خواهد شد که جلوی ماشینی که از هر پستان دو عکس اشعه ایکس می‌گیرد بایستید. هر پستان روی صفحه ماشین گذاشته شده و عکس اشعه ایکس گرفته می‌شود. اگر سینه‌های شما حساسند یا مشکلات کمر و شانه دارید، به رادیوگرافر بگویید.
- گرفتن ماموگرام ممکن است ناراحت کننده باشد. آرامش ممکن است به کاهش ناراحتی یا درد کمک کند. این فرآیند فقط چند دقیقه طول می‌کشد.
- در هر لحظه می‌توانید از رادیوگرافر بخواهید که ماموگرافی را متوقف کند. همچنین، می‌توانید خواهش کنید که بین عکسها یک استراحت کوتاه داشته باشید.

## بعد از ماموگرافی

- حد اقل دو دکتر تعلیم دیده مستقلاً تصاویر اشعه ایکس شما را مطالعه خواهند کرد.
- شما نتایج ماموگرافی تان را با نامه دریافت خواهید کرد. این تقریباً دو هفته طول می‌کشد.
- نتایج شما با اجازه شما برای دکترتان فرستاده خواهد شد.
- در صورتی که چیزی در ماموگرام شما وجود داشته باشد که نیاز به بررسی بیشتری داشته باشد، از شما خواسته می‌شود تا برای آزمایش‌های بیشتر به یک کلینیک ارزیابی مراجعه کنید. از هر ۱۰ زن ۹ زن (۹۰٪) که برای انجام آزمایشات بیشتر تماس گرفته اند، سرطان پستان ندارند.

۱. داده های سالانه بروز و مرگ و میر سرطان NSW، سال ۲۰۱۶ (گرفته شده از : NSW Cancer Registry, Cancer Institute NSW).

cancer.nsw.gov.au/understanding-cancer/cancer-in-nsw/data-calculations.

۲. انستیتوی بهداشت و تندرستی استرالیا ۲۰۱۸. گزارش نظارت سال ۲۰۱۸ از BreastScreen Australia. Cancer series no. 112. Cat. no. CAN 116. Canberra: AIHW.

۳. گروه همکاری در زمینه عوامل هورمونی در سرطان سینه، سال ۲۰۰۱. سرطان پستان خانوادگی: تجزیه و تحلیل مشترک داده‌های فردی از ۵۲ مطالعه اپیدمیولوژیک شامل ۵۸،۲۰۹ زن مبتلا به سرطان پستان و ۱۰۱،۹۸۶ زن بدون این بیماری. Lancet 2001; 358: 1389-99