

တၢ်မၤကွၢ်န့ၢ်ဒီးန့ၤ

၂၀ မံးနံးလၢ ၂ နံၣ်အဂီၢ်မၤစၢၤဒုး ပူၤဖျဲးန့ၣ်သးသမူသ့လီၤ.

ဘၣ်ထွဲဒီးန့ၢ်အခဲစၢၣ်



ဟံၣ်မုၢ် ၇ ဂၤအကျါ ၁ ဂၤလၢအအိၣ်လၢ NSW အပူၤကအိၣ်ဒီးန့ၢ်အခဲစၢၣ်လၢအဝဲသ့ၣ်အတၢ်အိၣ်မူအကတီၢ်န့ၣ်လီၤ.¹

တၢ်လီၤပျံၤအခိၣ်သ့ၣ်လၢတၢ်ကအိၣ်ထီၣ်ဒီးန့ၢ်အခဲစၢၣ်မ့ၢ်တၢ်ကဟံၣ်မုၢ်အယံၤဒီး တၢ်သးပျံၤထီၣ်အယံၤန့ၣ်လီၤ-န့ၢ်စဲစၢၣ်အါန့ၢ် ၇၅ မျးကယၤန့ၣ်ကဲထီၣ်အသးဒီး ဟံၣ်မုၢ်တဖၣ်လၢအသးနံၣ်အိၣ် ၅၀ ဆူအဖီခိၣ်န့ၣ်လီၤ.²

ကျိၤကွၢ်အဂ့ၤကတၢ်တၢ်တၢ်လၢတၢ်ကထံၣ်န့ၢ်န့ၢ်အခဲစၢၣ်လၢအဆိလၢဟံၣ်မုၢ်လၢအသးနံၣ်အိၣ် ၅၀-၇၄ နံၣ်န့ၣ်မ့ၢ်တၢ်ကမၤ န့ၢ်န့ၢ်အတၢ်မၤကွၢ်(မဲၣ်မိၣ်ဂရၣ်)န့ၣ်လီၤ. မဲၣ်မိၣ်ဂရၣ်တခါမ့ၢ်အဲးစရူတၢ်ဒိတၢ်ဂီၤလၢန့ၢ်တဖၣ်အလီၤန့ၣ်လီၤ. မဲၣ်မိၣ်ဂရၣ် ဖိၣ်န့ၢ်န့ၢ်အခဲစၢၣ်ဆဲးကီၢ်ဖိတဖၣ်တချးတၢ်ထံၣ်အါမ့ၢ်တမ့ၢ်ပလၢၤဘၣ်အါသ့အခါန့ၣ်လီၤ.



ဟံၣ်မုၢ် ၁၀ ဂၤအကျါ ၉ ဂၤ

လၢအအိၣ်ဒီးန့ၢ်အခဲစၢၣ်အံၤလၢ အဟံၣ်ဖိဖိအတၢ်စံၣ်စိၤအပူၤပူၤလၢအအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါအံၤတအိၣ်နီၣ်တဂၤဘၣ်.³

န့ၢ်အခဲစၢၣ်တၢ်မ့ၢ်ထံၣ်န့ၢ်အါလၢအဆိန့ၣ်,ခွဲးယၢ်လၢတၢ်ကအိၣ်မူဘၣ်အဂီၢ်ဂ့ၤဒိၣ်ထီၣ်န့ၣ်လီၤ.

န့ၢ်အတၢ်မၤကွၢ်

BreastScreen NSW အတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤန့ၣ် တလၢအဘျးအလဲဒီးလီၤဆိဒၣ်တၢ်တၢ်ဟ့ၣ်လီၤအါဆူဟံၣ်မုၢ်တဖၣ်လၢအသးနံၣ်အိၣ် ၅၀ တုၤ ၇၄ နံၣ်တဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဝဲဒၣ်လၢဟံၣ်မုၢ်လၢအအိၣ်လၢသးနံၣ်ကရူၢ်တခါအံၤမၤန့ၢ်န့ၢ်အတၢ်မၤကွၢ်တခါ(မဲၣ်မိၣ်ဂရၣ်)ခံၣ်တဘျီန့ၣ်လီၤ.

ဟံၣ်မုၢ်လၢအသးနံၣ်အိၣ် ၄၀ တုၤ ၄၉ နံၣ်ဒီးဟံၣ်မုၢ်တဖၣ်လၢအသးနံၣ်တလၢကွၢ် ၇၄ နံၣ်မၤန့ၢ်စ့ၢ်ကိးန့ၢ်အတၢ်မၤကွၢ် သ့လီၤ.ဝံသးစူၤတဲသကိးတၢ်ဒီးနကသံၣ်သရၣ်လၢညါတချးတၢ်တၢ်ပိၣ်သကိးတၢ်လီၤပျံၤတဖၣ်ဒီးတၢ်န့ၢ်ဘျးန့ၢ်ဖိၣ်တဖၣ်လၢအဘၣ်ထွဲဒီးတၢ်မၤကွၢ်လၢန့ၢ်န့ၢ်တက့ၢ်.

နတလိၣ်နကသံၣ်သရၣ်တဂၤအတၢ်ဆုၢ်ယီၤလံာ်လၢန့ၢ်အတၢ်မၤကွၢ်အတၢ်သ့ၣ်နံၤဖးသီတခါအဂီၢ်န့ၣ်ဘၣ်.

BreastScreen NSW ပုၤဒိးအဲးစရူတၢ်ဂီၤခဲလၢန့ၢ်မ့ၢ်ဒၣ်အဟံၣ်မုၢ်လီၤ. အဝဲသ့ၣ်သ့ၣ်ဒၣ်တၢ်ပိးတၢ်လီၤလၢအချးစိၤဆၢကတီၢ်လၢအထူးထီၣ်မဲၣ်မိၣ်ဂရၣ်လၢအကီၢ်အစိထီၣ်တဖၣ်လၢတၢ်ကပီၤအယဲၤအတၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးအိၣ်ဝဲဒၣ်စ့ၢ်ဖိန့ၣ်လီၤ.

တၢ်မၤကွၢ်သးဒီး BreastScreen NSW န့ၢ်မ့ၢ်ဝဲဒၣ်လၢဟံၣ်မုၢ်တဖၣ်လၢအတအိၣ်ဒီးန့ၢ်အခဲစၢၣ်အတၢ်ဆါပနီၣ်တဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

ထံၣ်လီၤနသးဒီးကသံၣ်သရၣ်တဘျီယီၤဖဲန့ၢ်ထံၣ်ဘၣ်တၢ်ဆါပနီၣ်တခါလၢလၢအဒိတၢ်အကီၢ်လိၣ်တခါခါအိၣ်ထီၣ်လၢန့ၢ် တဖျါၣ်မ့ၢ်တမ့ၢ်ခံၣ်ဖျါၣ်လၢ အလီၤ,န့ၢ်ခိၣ်မိၣ်အထံထီၣ်မ့ၢ်တမ့ၢ်အဆါဘၣ်န့ၢ်ထီၣ်ဘိဒီးတအိၣ်ဒီးန့ၢ်နီၣ်တဘျီအခါတက့ၢ်.



မလှော်တင်သွန်နံဖေးသီလာနမဲခဲမိဂရပ်

- 1 ကိး 13 20 50 လာတင်ကမလှော်တင်သွန်နံဖေးသီတကွါ.
- 2 ကိးဘင်တင်ကျိးထံဒီးတင်ကတိကျိးထံအတင်မၤစၢၤအတင်ဖဲးတင်မၤ (TIS) 13 14 50 ဖဲနမဲခဲလိပ်ဘင်ပုၤကတိကျိးထံ တင်တဂၤလၢအကမၤစၢၤလၢနကမၤတင်သွန်နံဖေးသီတခါအဂီၢ်န့ၢ်တကွါ. တဘင်ဟံလီၤလိတံစိတင်ကိးဖဲနမဲခဲဟူလိတင်ကလုၢ်ညိၣ်န့ၢ်အသးတခါန့ၢ်တဂ့ၢ်. တဲထီၣ်ကျိၣ်လၢနကတိအံၤဆုဲဆုဲဖိဒီးခိးတုၤလၢနနဟူပုၤကတိကျိးထံတင်တဂၤအကလုၢ်သီၣ်ထီၣ်အခါန့ၢ်တကွါ.
- 3 ဒုးသ့ၣ်ညါ BreastScreen NSW ဖဲနမဲခဲလိပ်ဘင်သီအခါဘင်ယးဒီးတင်ဂ့ၢ်ဖဲနမဲခဲထၢန့ၢ်န့ၢ်အယီၤအဘျီၣ်တဖၣ်အခါန့ၢ်တကွါ.

တနံၤဖိဖဲတင်ကမၤဝဲဒၣ်မဲခဲမိဂရပ်အခါ

- ✓ မလီၤတင်BreastScreen NSW အတင်လီၤတင်ကျဲအနီၢ်ဂီၢ်န့ၢ်တကွါ.
- ✓ ဟဲစိၣ်ဟ့ၣ်နမဲခဲမိဂရပ်အအဲးစရတင်ဂီၢ်လၢအပူၤကွံာ်တဖၣ်ဖဲနတင်မၤကွံာ်န့ၢ်အကတင်တဘျီမ့ၢ်တမ့ၢ်ဘင်ဒီး BreastScreen NSW အခါန့ၢ်တကွါ.
- ✓ ဟဲစိၣ်ဟ့ၣ်နကသံၣ်သရၣ်အတင်ဆဲးကျိးလီၤတင်မ့ၢ်ဒီးသိးတင်မၤကွံာ်အစၢၤတဖၣ်တဟ့ၣ်လီၤအံၤဆုဲနကသံၣ်သရၣ်အအိၣ်ကသ့အဂီၢ်န့ၢ်တကွါ.
- ✓ ကူသိးဘင်တင်ကူတင်ကလၢအမ့ၢ်ဆုဲကဒီးဖျီၣ်ခဲတကွါ. နကဘင်ဘၣ်လီၤနဆုဲကမၤဖဲနမဲခဲမိဂရပ်အခါန့ၢ်လီၤ.
- ✗ တဘင်သ့ဝဲဒၣ်ဖိဒၣ်ကမ့ၢ်, ကသံၣ်ထွါကံၢ်လၢမ့ၢ်တမ့ၢ်ခဲဖဲနကမၤမဲခဲမိဂရပ်အန့ၢ်န့ၢ်တဂ့ၢ်. တင်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤမၤ ဘင်ဒိနအဲးစရအစၢၤတဖၣ်သ့ဝဲဒၣ်အယီၤလီၤ.

ဖဲတင်ဒိနမဲခဲမိဂရပ်အကတီၢ်

- နတင်သ့ၣ်နံဖေးသီအံၤကယံာ်တင်ဆၢကတီၢ် ၂၀ မံးနံးယၣ်ယၣ်လီၤ.
- ဟိမ့ၢ်သရၣ်မ့ၢ်ဒိအဲးစရတင်ဂီၢ်တဂၤကလဲၤကိးနဆုဲဒီးလၢပုၤတအိၣ်နီတဂၤတဖျါပဲနဘၣ်လီၤနဆုဲကမၤယုာ်ဒီးနဆုဲကမၤဖဲကသ့အလီၤန့ၢ်လီၤ.
- နကဘင်တင်မၤနဆၢထၢပုၤလၢစဲးလၢကဒိနံၤအဲးစရလၢနန့ၢ်အဂီၢ်ခဲဘၣ်စုာ်စုာ်အဂီၢ်အမံၤညါန့ၢ်လီၤ. နတဖျါပဲစုာ်စုာ်န့ၢ်တင်ကဟံလီၤအီၤလၢစဲးအမံၤသ့ၣ်အလီၤဒီးတင်ကဒိဝဲဒၣ်အဲးစရန့ၢ်လီၤ. ဖဲနမ့ၢ်အိၣ်ဒီးနလၢအဆုဲအဆါသ့ညိၣ်ညိမ့ၢ်တမ့ၢ်ဖဲဘၣ်ခိၣ်အတင်ဂ့ၢ်ကိတဖၣ်အခါဒုးသ့ၣ်ညါဘင်သရၣ်မ့ၢ်ဒိအဲးစရတဂၤန့ၢ်တကွါ.
- မဲခဲမိဂရပ်ကဲတင်လၢတမ့ၢ်တလၢဘၣ်သ့လီၤ. တင်ဟံအိၣ်ဘၣ်ဘင်တဘင်ကမၤစၢၤမၤစ့ၤလီၤတမ့ၢ်တလၢမ့ၢ်တမ့ၢ်တင်ဆါအံၤထုးန့ၢ်လီၤ. တင်မၤတခါအံၤကယံာ်ဒၣ်ထဲစ့ၤမံးနံးန့ၢ်လီၤ.
- နသံကွံာ်ဝဲဒၣ်သရၣ်မ့ၢ်ဒိအဲးစရတဂၤလၢအကအိၣ်ပတုာ်တင်ဒိမဲခဲမိဂရပ်လၢတင်ဆၢကတီၢ်တဘျီလၢလီၤအဂီၢ်သ့လီၤ. နယုၤန့ၢ်စ့ၢ်ကိးတင်ဆၢကတီၢ်လၢတင်ကအိၣ်ကတီၢ်တစိၣ်ဖဲဖဲတင်ဒိအဲးစရတခါဒီးတခါအဘၣ်စၢၤန့ၢ်သ့လီၤ.

ဖဲဒိမဲခဲမိဂရပ်ဝံၤအလီၤခဲ

- အစ့ၤကတင်ကသံၣ်သရၣ်လၢအဒီးန့ၢ်ဘင်တင်သိၣ်လိခဲဂၤကဖးဝဲဒၣ်နအဲးစရအတင်ဂီၢ်တဖၣ်ပုၤတင်သဘျီန့ၢ်လီၤ.
- နကဒီးန့ၢ်ဘင်နမဲခဲမိဂရပ်အစၢၤတဖၣ်လၢလီၤပရၢတဘၣ်အပူၤလီၤ. တင်အံၤယံာ်တင်ဆၢကတီၢ် ၂ န့ၢ်လီၤ.
- နတင်မၤကွံာ်အစၢၤတဖၣ်ကဘင်တင်ဆုဲအံၤဆုဲနကသံၣ်သရၣ်အအိၣ်ယုာ်ဒီးနတင်ပျဲန့ၢ်လီၤ.
- နကဘင်တင်သံကွံာ်နလၢနကဟဲဒီးတင်သမံသမိးတင်ဆါဖဲတင်တခါခါမ့ၢ်အိၣ်ဖျါထီၣ်လၢနမဲခဲမိဂရပ်အလီၤဖဲမ့ၢ်လိပ်ဘင်အါထီၣ်တင်ယီၤထံသ့ၣ်ညါဆုဲညါအခါန့ၢ်လီၤ. ဟိမ့ၢ် ၁၀ အကျါ ၉ ဂၤ (၉၀မုးကယၤ)လၢတင်ကိးကဒါကွၢ်အီၤလၢဆုဲညါတင်မၤကွံာ်တဖၣ်အဂီၢ်တအိၣ်ဒီးန့ၢ်အစဲးဘင်ဘၣ်န့ၢ်လီၤ.

1 တနံၣ်တဘျီ NSW အစဲးစရအတင်က ထီၣ်အသးဒီးတင်သံတင်ပုၤအတင်ဂ့ၢ်ထီၣ် 2016 (ဂီၢ်ထံးလၢ NSW Cancer Registry, Cancer Institute NSW). cancer.nsw.gov.au/understanding-cancer/cancer-in-nsw/data-calculations

2 အိးစတြဲလယါတင်အိၣ်ဆုဲအိၣ်ချုကရၢဒီးတင်အိၣ်မ့ၢ်ဆိးပၤ (Australian Institute of Health and Welfare) 2018. BreastScreen Australia တင်ကွံာ်ဟ့ၣ်အတင်ဟံဖျါ 2018. Cancer series no. 112. Cat. no. CAN 116. Canberra: AIHW.

3 တင်မၤယုာ်မၤသကိးတင်အကရူၤလၢဟီၣ်မိအတင်ဂ့ၢ်တဖၣ်လၢန့ၢ်အစဲးစရအဂီၢ်, ၂၀၀၁ (Collaborative Group on Hormonal Factors in Breast Cancer, 2001). နံၤခဲစၢၤလၢအညိၣ်န့ၢ်ကထီၣ်အသး-တင်မၤယုာ်မၤသကိးတင်ဟံထံနီၤဖးကွၢ်တင်လၢနီၤတဂၤစုာ်စုာ်အဂီၢ်ထီၣ်တင်ဂ့ၢ်စးထီၣ်လၢ 52 တံဆုဲးတင်ဆါအတင်မၤလဲၤမၤဒီးလၢအဟံယုာ် 58,209 ဟိမ့ၢ်လၢအအိၣ်ဒီးန့ၢ်အစဲးစရ ဒီး 101,986 ဟိမ့ၢ်လၢတအိၣ်ဒီးတင်ဆါတဖၣ်န့ၢ်လီၤ. Lancet 2001; 358: 1389-99

breastscreen.nsw.gov.au | 13 20 50

မလှော်တင်သွန်နံဖေးသီလာနအတင်မၤကွံာ်လၢတလိၣ်ဟ့ၣ်အပူၤအဂီၢ်တနံၤအံၤတကွါ
လၢတင်ကတိကျိးထံအတင်မၤစၢၤအဂီၢ်ကိးဘင် 13 14 50 (TTY 13 36 77)

