Tamil

மார்பகப் புற்றுநோய்ச் சோதனையும் நீங்களும்

2 ஆண்டுகளுக்கு ஒரு முறை நீங்கள் ஒதுக்கும் 20 நிமிட நேரம் உங்கள் உயிரை காக்கக் கூடும்.

மார்பகப் புற்றுநோயைப் பற்றி

7இல்1

NSW மாநிலத்தில் உள்ள 7 பெண்களில் ஒருவருக்கு அவரது வாழ்நாளில் மார்பகப் புற்று நோய் ஏற்படும். [1]

பெண்ணாக இருப்பதும், வயது கூடிக்கொண்டுபோவதுமே மார்பகப் புற்றுநோய் ஏற்படுவதற்கான பிரதான ஆபத்துக்கூறுகளாகும் – 75 சதவீதத்திற்கு மேற்பட்ட மார்பகப் புற்றுநோய்கள் 50-இற்கு மேற்பட்ட வயதுடைய பெண்களில் ஏற்படுகின்றன. [2]

50 -74 வயதிற்கு இடைப்பட்ட பெண்களுக்கு மார்பகப் புற்றுநோய் இருக்கிறதா என்பதை முன்னதாகவே கண்டறிவதற்கான வழி மார்பகப் புற்றுநோய்ச் சோதனை (மேமோக்ராம் (mammogram)) ஒன்றை மேற்கொள்வதாகும். ‘மேமொக்ராம்’ என்பது மார்பகங்களின் கதிர்வீச்சுப் படம் (‘எக்ஸ்-ரே’) ஆகும். மிகச் சிறிய புற்றுகள் கண்ணுக்கு தெரிவதற்கு, அல்லது அவற்றைத் தொட்டுத் தெரிந்துகொள்வதற்கு முன்பாக, கதிர்வீச்சுப் படங்களால் அவற்றைக் கண்டறிய இயலும்.

மார்பகப் புற்று இருக்கும் 10 பெண்களில் 9 பேருக்கு

இந்நோய்க்கான குடும்ப வரலாறு எதுவும் இருக்காது.[3]

எவ்வளவு முன்னதாகவே புற்று நோயைக் கண்டுபிடிக்கிறோமோ, அந்த அளவிற்கு உங்களால் அதிலிருந்து தப்ப இயலும்.

மார்பகப் புற்றுநோய்ச் சோதனை

BreastScreen NSW திட்டம் இலவசமானதுடன், இது குறிப்பாக 50 முதல் 74 வரையிலான வயதுள்ள பெண்களுக்கு அளிக்கப்படுகிறது. இந்த வயதைச் சேர்ந்த பெண்கள் இரண்டு ஆண்டுகளுக்கு ஒரு முறை மார்பகப் புற்று சோதனை(கதிர்வீச்சுப் பட சோதனை)யை மேற்கொள்ளவேண்டுமென சிபாரிசு செய்யப்படுகிறது.

40 முதல் 49 வயது வரைக்கும் உள்ள பெண்களும், 75 வயதிற்கு மேற்பட்ட பெண்களும் மார்பகப் புற்று சோதனைகளை மேற்கொள்ளலாம். சோதனையை மேற்கொள்வதில் உள்ள ஆபத்துகள் மற்றும், அதன் பலன்கள் பற்றி முதலில் உங்களுடைய மருத்துவருடன் கலந்து பேசுங்கள்.

மார்பகப் புற்று சோதனைக்கான சந்திப்புவேளை ஒன்றிற்கு உங்களுடைய மருத்துவரது பரிந்துரை ஒன்று தேவையில்லை.

BreastScreen NSW கதிர்வீச்சுப் படமெடுப்பாளர்கள் (radiographers) அனைவரும் பெண்கள். ஆகக் குறைந்த அளவிலான கதிர்வீச்சைப் பயன்படுத்தி, அதியுயர் தரம் வாய்ந்த ‘எக்ஸ்-ரே’ படங்களை எடுக்கும் நவீன உபகரணங்களை இவர்கள் பயன்படுத்துவார்கள்.

BreastScreen NSW -யினால் செய்யப்படும் சோதனைகள் மார்பகப் புற்றிற்கான அறிகுறிகள் ஏதும் இல்லாத பெண்களுக்கானதாகும்.

மார்பகங்களில் ஒன்றில் அல்லது இரண்டிலும் கட்டி இருத்தல், மார்பகக் காம்புக் கசிவு ஏற்படல் அல்லது இடைவிடாத மார்பக வலி போன்ற இதற்கு முன்பு இருந்திராத அறிகுறிகள் எதனையும் நீங்கள் அவதானித்தால் உங்களுடைய மருத்துவரை உடனடியாகப் பாருங்கள்.

NSW GOVERNMENT | BreastScreen NSW

உங்களுடைய மார்பகக் கதிர்வீச்சுப் பட சோதனைக்கான முன்பதிவினைச் செய்தல்

1. உங்களுக்கான முன்பதிவினைச் செய்ய 13 20 50 -ஐ அழையுங்கள்.
2. சந்திப்புவேளை ஒன்றை முன்பதிவு செய்வதில் உதவ மொழிபெயர்துரைப்பாளர் ஒருவர் உங்களுக்குத் தேவைப்பட்டால், 'மொழிபெயர்ப்பு மற்றும் மொழிபெயர்த்துரைப்பு சேவை'யினை 13 14 50-இல் அழையுங்கள்.
   பதிவு செய்யப்பட்ட செய்தி ஒன்றை நீங்கள் கேட்கும்போது தொலைபேசியை வைத்துவிடாதீர்கள். நீங்கள் பேசும் மொழி என்ன என்பதைத் தெளிவாகச் சொல்லுங்கள், மற்றும் மொழிபெயர்த்துரைப்பாளர் ஒருவருடைய குரலைக் கேட்கும் வரை காத்திருங்கள்.
3. மார்பகப் 'பதியம்' (implant) எதனையும் நீங்கள் வைத்திருந்தால், அதை BreastScreen NSW -இற்குத் தெரியப்படுத்துங்கள்.

மார்பகக் கதிர்வீச்சுப் பட சோதனை செய்யப்படும் தினத்தன்று

- ✓ BreastScreen NSW இருக்கும் இடத்தின் விலாசத்தினைத் தெரிந்துகொள்ளுங்கள்.
- ✓ உங்களுடைய கடைசி மார்பகப் புற்றுச் சோதனையை நீங்கள் BreastScreen NSW-வுடன் மேற்கொண்டிருக்கவில்லை என்றால், உங்களுடைய முந்தைய மார்பகக் கதிர்வீச்சுப் படங்களை உங்களுடன் கொண்டுவாருங்கள்.
- ✓ உங்களுடைய சோதனை முடிவுகள் உங்களுடைய மருத்துவருக்கு அனுப்பப்படுவதற்காக அவரைப் பற்றிய விபரங்களை உங்களுடன் கொண்டுவாருங்கள்.
- ✓ இரண்டு உருப்படிகள் கொண்ட ஆடையை அணிந்துவாருங்கள். மார்பகப் புற்றுச் சோதனையின்போது இடுப்பிற்கு மேலாக உள்ள ஆடையினை நீங்கள் அகற்ற வேண்டியிருக்கும்.
- ✗ உங்களுடைய மார்பகப் புற்றுச் சோதனைத் தினத்தன்று நறுமண முகப்-பவுடர், நாற்றம் நீக்கி (டீ-ஓடரண்ட்), அல்லது கிரீம்கள் எதனையும் பயன்படுத்தாதீர்கள். உங்களுடைய கதிர்வீச்சுப் படச் சோதனை முடிவுகளை இவை பாதிக்கக்கூடும்.

உங்களுடைய மார்பகப் புற்றுச் சோதனையின் பொழுது

- உங்களுடைய சந்திப்புவேளைக்கு ஏறத்தாழ 20 நிமிட நேரம் எடுக்கும்.
- கதிர்வீச்சுப் படம் எடுக்கும் பெண் ஒருவர் உங்களைத் தனி அறை ஒன்றிற்கு அழைத்துச் செல்வார், அங்கு நீங்கள் உங்களுடைய மேல் ஆடையையும், மார்பகக் கச்சையினையும் அகற்றலாம்.
- உங்களுடைய ஒவ்வொரு மார்பகத்தின் இரண்டு கதிர்வீச்சுப் படங்களை எடுக்கும் ஒரு இயந்திரத்திற்கு முன்பாக நிற்குமாறு உங்களுக்குச் சொல்லப்படும். இந்த இயந்திரத்திலுள்ள தட்டு ஒன்றின் மீது ஒவ்வொரு மார்பகமும் வைக்கப்பட்டு, கதிர்வீச்சுப் படம் ஒன்று எடுக்கப்படும். உங்களுடைய மார்பகங்கள் உணர்வார்ந்தவை என்றாலோ , உங்களுடைய தோள்புயங்களில் அல்லது முதுகில் பிரச்சினைகள் இருந்தாலோ கதிர்வீச்சுப் படமெடுப்பாளருக்கு அதைத் தெரியப்படுத்துங்கள்.
- மார்பகப் புற்றுச் சோதனை அசௌகரியமானதாக இருக்கலாம். மன ஆறுதலாக இருப்பது அசௌகரியம் அல்லது வலியைக் குறைக்க உதவியாக இருக்கலாம். இந்த சோதனைச் செயல்பாட்டு முறைக்கு சில நிமிட நேரமே ஆகும்.
- மார்பகப் புற்றுச் சோதனைப் படம் எடுப்பதை நிறுத்துமாறு கதிர்வீச்சுப் படம் எடுப்பவரை நீங்கள் எந்த நேரத்திலும் கேட்கலாம். கதிர்வீச்சுப் படங்கள் எடுக்கும் பொழுது சிறு ஓய்வு-இடைவேளைகள் வேண்டுமெனவும் நீங்கள் கேட்கலாம்.

உங்களுடைய மார்பகப் புற்றுச் சோதனைக்குப் பிறகு

- குறைந்த பட்சமாக இரண்டு பயிற்சி பெற்ற மருத்துவர்கள் சுயாதீனமாக உங்களுடைய கதிர்வீச்சுப் படங்களை ஆய்வு செய்வார்கள்.
- உங்களுடைய மார்பகப் புற்றுச் சோதனையின் முடிவுகளை ஒரு கடிதம் மூலமாக நீங்கள் பெறுவீர்கள். இதற்குத் தோராயமாக 2 வாரங்கள் ஆகும்.
- உங்களுடைய அனுமதியுடன், உங்களுடைய சோதனை முடிவுகள் உங்களது மருத்துவருக்கு அனுப்பப்படும்.
- மேலதிக ஆய்வுகளுக்கான தேவையை ஏற்படுத்தும் ஏதும் உங்களுடைய மார்பகக் கதிர்வீச்சுப் படங்களில் இருந்தால், மேலதிக சோதனைகளுக்காக, 'மதிப்பீட்டு சிகிச்சையகம்' (Assessment Clinic) ஒன்றிற்குச் செல்லுமாறு உங்களுக்குச் சொல்லப்படும். மேலதிக சோதனைகளுக்காகத் திரும்ப அழைக்கப்படும் 10 பெண்களில் 9 பேருக்கு (90%) மார்பகப் புற்று நோய் இருப்பதில்லை.

BRS-0111-02.21 | SHPN (CI) 210589-5

1 வருடாந்த NSW புற்றுநோய் நிகழ்வுகள் மற்றும் இறப்புத் தரவுத் தொகுதி, 2016 (NSW Cancer Registry, Cancer Institute NSW -இல் இருந்து பெறப்பட்ட மூலம்). cancer.nsw.gov.au/understanding-cancer/cancer-in-nsw/data-calculations

2 'ஆஸ்திரேலிய சுகாதார மற்றும் பொதுநல நிறுவனம்' (Australian Institute of Health and Welfare 2018) 2018.'BreastScreen Australia கண்காணிப்பு அறிக்கை 2018' Cancer series no. 112. Cat. no. CAN 116. Canberra: AIHW.

3 மார்பகப் புற்றுநோய்க்கான ஹார்மோன் கூறுகள் குறித்த கூட்டுழைப்புக் குழுவினர், 2001. குடும்ப-மரபு மார்பகப் புற்று: மார்பகப் புற்று உள்ள 58,209 பெண்கள் மற்றும் இந்த நோய் இல்லாத 101, 986 பெண்களை உள்ளடக்கிய 52 'பெருவாரி-நோயியல்' ஆய்வுகளில் இருந்து பெறப்பட்ட தனிநபர்த் தரவுகளின் கூட்டுழைப்பு மீள்பகுப்பாய்வு.
Lancet 2001; 358: 1389–99