Macedonian

Рано откривање на рак на дојката

Early detection of Breast Cancer

Секоја една од девет жени на возраст до 85 години има шанса да заболи од рак на дојката. Во Австралија, секоја година над 12,000 жени се дијагностицираат со рак на дојката. Ако ракот на дојката рано се открие, жените имаат многу поголема шанса успешно да се излечат и кај повеќето од нив, ракот нема повторно да се појави после лекувањето.

Проверката со мамографско снимање моментно е најдобриот метод што постои за рано откривање на рак на дојката. Со мамографаското снимање може да се открие рак на дојката кој е многу мал да се напипа.

Што е проверка со мамографско снимање?

Мамограмите се рендгенски снимки со мала доза на рендгенски зраци на женските дојки. Проверката со мамографско снимање се изведува на жени кои немаат симптоми на рак на дојката. Тие се нудат бесплатно преку програмата BreastScreen Australia. На жените над 50-годишна возраст им се препорачува да прават мамограм секои две години.

Кој треба редовно да прави проверка со мамографско снимање?

Најголемите фактори на ризик за заболување од рак на дојката е пол (женски) и стареењето. Програмата BreastScreen Australia е наменета за жени на возраст меѓу 50 и 69 години бидејќи 75 проценти од сите случаи на рак на дојката се јавуваат кај жени постари од 50 години.

- Резултатите од проверка со мамографско снимање кај жени помлади од 40 години се помалку сигурни. Густината на ткивото на дојката кај помладите жени често го отежнува откривањето на рак со мамографско снимање.
- Сите жени на возраст од 40 до 49 години кои немаат симптоми на рак на дојка исто така бесплатно може да ги користат услугите на програмата BreastScreen Australia ако изберат да направат проверка со мамографско снимање.
- Се поттикнуваат сите жени на возраст од 50 до 69 години да прават бесплатно мамографско снимање секои две години преку BreastScreen Australia.
- Жените кои се постари од 70 години и кои немаат симптоми на рак на дојката исто така бесплатно може да ги користат услугите преку програмата BreastScreen Australia. Тие треба да разговараат со нивниот доктор дали да одат на мамографско снимање или не.

Каде можам да направам мамографско снимање?

BreastScreen е бесплатна, национално акредитирана програма за проверка. За да ја контактирате локалната служба која ја спроведува програмата BreastScreen, телефонирајте на 13 20 50 по цена на локален телефонски повик.

Моментно, постојат над 500 места каде што се врши проверка, вклучувајќи ги подвижните служби за проверка, кои ги опфаќаат подрачјата во внатрешноста и во зафрлените области низ цела Австралија.

Што да правам ако имам семејна историја на појава на рак на дојката?

Ракот на дојката е болест која често се јавува кај австралиските жени. Случајно некои жени имаат роднина што имала рак на дојката, меѓутоа, од сите случаи на рак на дојката помалку од пет проценти се јавуваат како резултат на семејната историја.

Ако имате семејна историја на појава на рак на дојката и сте загрижени за ризикот на кој сте изложени, разговарајте со вашиот доктор.

На кои работи треба да се внимава

Жените на секоја возраст треба добро да знаат како нивните гради изгледаат и се чувствуваат во нормална состојба. Ако забележите било која од следните измени, ве молиме веднаш отидете кај вашиот доктор:

- Грутка, згрутчување или стврднување на дојката.
- Промени на кожата на дојката, на пример, збрчкување, појава на дупчиња или црвенило.
- Постојана или невообичаена болка во дојката.
- Промена на обликот или големината на дојката.
- Исцедок од брадавицата, црвенило на брадавицата или промена во нејзиниот облик.

Што друго можам да направам?

- Одржувајте ја телесната тежина во нормални граници
- Бидете физички активни повеќето или по можност сите денови.
- Јадете за здравје – изберете разновидна храна со многу овошје и зеленчук.
- Ограничете ја количината на алкохол што ја пиете. Колку повеќе пиете алкохол, толку поголем е ризикот да заболите од рак. Ако не пиете, не започнувајте. Ако изберете да пиете – не пијте повеќе од еден стандарден пијалок на ден.

Запамтете, ако сте загрижени или имате прашања, ве молиме стапете во контакт со вашиот доктор.

Каде можам да добијам веродостојни информации?

BreastScreen Australia 13 20 50 www.breastscreen.info.au

Национален центар за рак на дојката и јајниците (National Breast and Ovarian Cancer Centre) www.nbocc.org.au

Информативна линија на Советот за рак (Cancer Council Helpline) на 13 11 20

Информации и поддршка за вас и вашето семејство по цена на локален телефонски повик од било каде во Австралија.

Интернет страниците на совет за рак (Cancer Council) www.cancercouncil.com.au

Служба за преведување и толкување 13 14 50

CAN10238MA 11/12