



د ۴۰ څخه تر ۴۹ کلونو پورې د خلکو لپاره د سینې سرطان سکرینینګ

هغه څه چې ستاسو پوهیدلو ته اړتیا لري

د اونتاريو د سینې د سکرینینګ پروګرام د ۴۰ څخه تر ۴۹ کلونو پورې عمر لرونکي خلک هڅوي چې د سینې د سرطان لپاره د معاینې، یا سکرینینګ، په اړه باخبره پریکړه وکړي. د خپلې کورنۍ ډاکټر، خپل نرس پرکتیشنر یا د Health811 نیویګیټر سره په دې اړه خبرې وکړئ:

- ستاسو د سینې سرطان د اخته کیدو شخصي خطر
 - د سینې سرطان سکرینینګ احتمالي ګټې او زیانونه
 - ستاسو د روغتیا په پام کې نیولو کې ستاسو لپاره ترټولو مهم دی
- ستاسو د عمر ګروپ ډیری خلک چې پریکړه کوي د سینې سرطان لپاره معاینه شي باید هر ۲ کاله وروسته میموګرام تر لاسه کړي.

څوک کولای شي د اونتاريو د سینې سکرینینګ پروګرام کې برخه واخلي؟

بځې، روح لرونکي خلک، ټرانس خلک او د ۴۰ څخه تر ۷۴ کلونو پورې غیر باثباتي خلک د سکرینینګ لپاره وړ دي که دوی:

- د سینې سرطان نښې نه لري
 - د سینې سرطان هیڅ شخصي تاریخچه نلري
 - ماسټیکټومي (د سینې د نسج د لرې کولو لپاره جراحي) هیڅ نده کړې
 - په تیرو ۱۱ میاشتو کې مو د سکرینینګ میموګرام ندي درلودلي
 - ټرانس فیمنین دي او لږترلږه ۵ کاله یې په پرله پسې ډول د ښځینه کولو هورمونونه ندي درلودلي
- داهمدارنګه د امیندواری په جریان کې د سکرین اخیستل هم خوندي او مؤثره دي. که چیرې تاسو نه غواړئ ترلاسه کړئ سکرین شوی پداسې حال کې چې که چیرې تاسو امیندواره یاستی، تاسو کولای شئ د زیږونۍ څخه ۳ میاشتې وروسته سکرینینګ پیل کړئ، حتی که چیرې تاسو لاهم شیدې ورکوئ.

په یاد ولرئ: که چیرې تاسو په خپلو سینو (سینه) کې کوم بدلون وګورئ، لکه یوه ټوټه یا سوروالی چې نه ځي، یا ستاسو په نږ کې بدلون، نو د خپل کورنۍ ډاکټر یا نرس سره اړیکه ونیسئ. کولای شي د امیندواری او شیدو ورکولو اغېزې د سینې سرطان نښې پټې کړي یا یې له پامه وغورځوي، نو دا مهمه ده چې له پامه ونه غورځول شي. په سینه (سینه) کې بدلونونه تل د سرطان له امله نه رامنځته کېږي، خو باید سمدلاسه یې معاینه شي.

د خپل شخصي خطر په اړوند پوهیدل

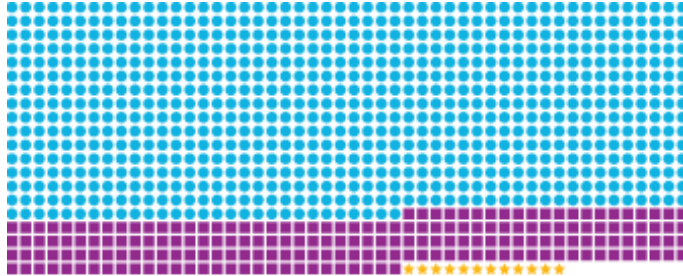
د سینې سرطان د خطر عواملونه هغه شخصي ځانګړتیاوې دي چې ستاسو د سینې سرطان د اخته کیدو چانس اغیزمنوي. کولی شئ تاسو د خپل شخصي خطر فکتورونو په اړه نور معلومات د My CancerIQ د سینې سرطان خطر آنلاین پوښتنلیک بشپړولو سره زده کړئ. (mycancerIQ.ca)، چې شاوخوا ۱۵ دقیقې وخت نیسي او په انګلیسي او فرانسوي ژبو شتون لري. ځینې څېړنې ښايي چې د سینې سرطان د اخته کیدو یا د سینې سرطان له کبله د مړینې چانس د مختلفو نژادونو او قومونو خلکو لپاره توپیر لري. د کاناډا د نفوسو معلومات ښايي چې غیر سپین پوستي میرمنې د سپین پوستو میرمنو په پرتله په کم عمر کې د سینې سرطان تشخیص کېږي او له کبله یې مړه کېږي. په هرصورت، دومره څېړنه شتون نلري چې د سینې سرطان د سکرینینګ لپاره د نژاد، توکم، یا اصلیت پر بنسټ ځانګړي سپارښتنې وکړي. د نورو معلوماتو لپاره زموږ ویب پاڼه د موضوع په اړوند وګورئ: ontariohealth.ca/breast-cancer-differences.

پریکړه کول که چیرې سکرینینګ ستاسو لپاره سم وي

عموماً، د ۴۰ څخه تر ۴۹ کلونو پورې عمر لرونکي خلک د ۵۰ څخه تر ۷۴ کلونو پورې عمر لرونکو خلکو په پرتله د سینې سرطان د اخته کیدو کم چانس لري. دا پدې معنی ده چې د سینې سرطان د سکرینینګ احتمالي ګټې او احتمالي زیانونه ممکن ستاسو لپاره د ۵۰ څخه تر ۷۴ کلونو عمر لرونکو خلکو په پرتله توپیر ولري. که چیرې تاسو پریکړه وکړئ چې همدا اوس سکرین ونه کړئ، کولی شئ تاسو وروسته خپل نظر بدل کړئ. د اونټاریو د سینې د سکرینینګ په پروګرام کې کولی شئ تاسو د ۴۰ څخه تر ۷۴ کلونو پورې په هر وخت کې سکرینینګ پیل کړئ.

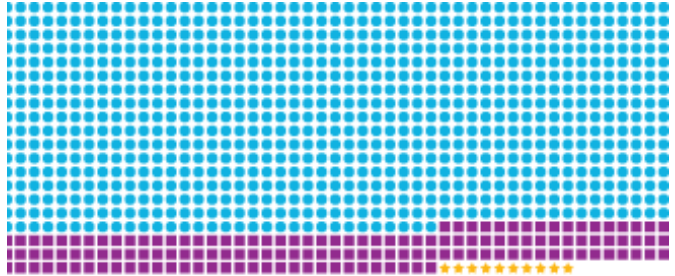
په متحده ایالاتو کې د سینې سرطان د سکرینینګ پروګرامونو د معلوماتو پراساس اټکل کيږي چې:

که ۱۰۰۰ میرمنې په ۴۰ کلنۍ کې سکرینینګ پیل کړي



۷۷۹ ښځې به کوم جدي زیانونه تجربه نه کړي د
سینې سرطان د سکرینینګ څخه (نيلي نقطه*)
تر ۲۰۰ غیر ضروري بایوپسي د هغوی د ژوند په
اوږدو کې به پېښ شي (ارغواني مربع*)
د ډیرې تشخیص ۱۲ قضیو د هغوی د ژوند په
اوږدو کې به پېښ شي (ژیر ستوری*)
تر د سینې سرطان څخه د ۹ مړینې مخنیوی به
وشي د هغو د ژوند په اوږدو کې (شنه مثلث*)
* هر شکل د ۱ شخص استازیتوب کوي

که ۱۰۰۰ میرمنې په ۵۰ کلنۍ کې سکرینینګ پیل کړي



۸۳۳ ښځې به کوم جدي زیانونه تجربه کوي د
سینې سرطان سکرینینګ څخه (نيلي نقطه*)
تر ۱۵۰ غیر ضروري بایوپسي د هغو د ژوند په
اوږدو کې به پېښ شي (ارغواني مربع*)
د ډیر تشخیص ۱۰ قضیې د هغوی د ژوند په
اوږدو کې به پېښ شي (ژیر ستوری*)
تر د سینې سرطان څخه د ۷ مړینې مخنیوی به
وشي د هغو د ژوند په اوږدو کې (شنه مثلث*)
* هر شکل د ۱ شخص استازیتوب کوي

هغه ډله چې په ۴۰ کلنۍ کې سکرینینګ پیل کوي د هغه ډلې په پرتله چې په ۵۰ کلنۍ کې سکرینینګ پیل کوي د سینې سرطان څخه د مړینې احتمال لږ وي. په هرصورت، هغه ډله چې په ۴۰ کلنۍ کې سکرینینګ پیل کوي د سکرینینګ څخه د زیانونو سره مخ کیدو احتمال هم ډیر وي، لکه غلط مثبت پایلې (هغه پایلې چې غیر معمولي وي، حتی که چیرې سرطان شتون ونلري)، غیر ضروري بایوپسي (د نسج نمونې) او ډیر تشخیص (د سرطان موندل او درملنه چې د چا په ژوند کې به زیان ونه رسوي). لدی کبله چې دا معلومات د متحده ایالاتو څخه دي، دا ممکن زموږ د روغتیا پاملرنې سیستمونو کې د توپیرونو له امله په کانډایانو باندې پلي نشي.

د سکرینینګ لپاره د لیرني وخت څنگه وټاکو

کولی شئ تاسو د اونټاریو د سینې سکرینینګ پروګرام ځای سره په اړیکه نیولو سره د میموګرام لپاره وخت ونیسئ. د سکرینینګ لپاره تاسو د خپل ډاکټر یا نرس ډاکټر څخه راجع کولو یا امر ته اړتیا نلرئ.

د ځایونو، د لاسرسي معلوماتو، د کار ساعتونو، د انتظار وختونو او د اړیکو معلوماتو موندلو لپاره، د اونټاریو روغتیا انتظار وختونو سایټ ته مراجعه وکړئ. ontariohealth.ca/breastscreeninglocations یا د اونټاریو د سینې سکرینینګ پروګرام ځای سره د وصل کیدو لپاره ۹۰۵-۶۶۸-۱۰۰۰ ته زنگ ووهئ.