

Waxa ay tahay in aad ka oggaato baaritaanka kaansarka naasaha ku dhaca

Waa maxay kaansarka ku dhaca naasaha?

Kaansarka ku dhaca naasaha waa kaansarka laga helo naasaha. Waxaa uu ka bilowdaa unugyada ku teedsan marinada (tuubbooyinka qaada caanaha) ama lobules (qanjirrada caanaha sameeya) waana mid ka mid ah kaansarada ugu badan ee laga helo Ontario.

Waa maxay baaritaanka kaansarka?

Baaritaanka kaansarka (iska eegidda kaansarka) waa baaritaan lagu sameeyo dadka ay u badan tahay in uu ku dhaco kaansarka, laakiinse aan lahayn astaamaha oo guud ahaanna dareema fiicnaan. Barnaamijka Baaritaanka Naaska ee Ontario / The Ontario Breast Screening Program (OBSP) waa barnaamij baaritaan gobolka oo dhan laga sameeyo oo hiigsanaya yareynta dhimashooyinka ka dhasha kaansarka naaska isaga oo bixinaya baaritaan joogto ah.

Faa'iidooyinka suuragalka ah ee baaritaanka kaansarka ku dhaca naasaha

In si joogto ah la isaga baaro kaansarka naasaha ku dhaca iyadoo la adeegsanayo raajada naaska /mammogram (nooc raajo ah) waxaa waqti hore lagu oggaan karaa kaansarka, marka daaweynta ay haysato fursad fiican oo ay ku shaqeyso wuxuuna noqon karaa mid aan xoog badan lahayn oo aan xad-dhaaf ahayn (fudud in lala tacaalo). Baaritaanka joogtada ah ayaa sidoo kale hoos u dhigaya fursadda u dhimashada kaansarka ku dhaca naasaha.

Kumaa ku habboon in la baaro?

Haweenka, dadka Ruuxa Dhedig-laboodka leh (Two-Sprit people), dada labeebka ah (trans) iyo dadka aan labada-jinsi toona ahayn (nonbinary) oo ay da'aadoodu u dhaxeeyso 40 ila 74 waxayna xaq u yeeshaan OBSP haddii:

- Aysan lahayn astaamaha kaansarka naaska
- Aysan qabin kaansarka ku dhaca naasaha
- Aysan lahayn qalliinka lagu jaro ama lagu gooyo naasaha (qallinka lagu bixinayo labada naas)

- Aan lagu sameyn baaritaanka raajada naaska 11kii bilood ee ugu dambeeyay gudahooda
- Ay yihiin dad jinsigoodu dheddig ahaan u badan ama adeegsadey hoormoonta dheddiga ugu yaraan 5 sano oo is-daba joog ah

Celceliska da'daadda halista ee 40 ilaa 74

Inta badan dadka koox da'aadan ee xaq u leh OBSP ayaa waxaa lagu sameyn karaa raajada naaska (mammogram) 2 sano kasta.

Haddii ay da'daadu u dhaxeeyso 40 ilaa 49, waxaa lagugu dhiirrigelinayaa in aad qaadato go'aan aad xog-ogaal u tahay oo ku saabsan haddii baaritaanka kaansarka naaska uu kugu habboon yahay. Guud ahaan, dadka koox da'aadaada waxay haystaan fursad yar oo ay ku qaadaan kaansarka naaska marka loo eego dadka ay da'doodu u dhaxeeyso 50 ilaa 74. La hadal dhakhtarka qoyskaaga, kalkaalisada xirfadlaha ah ama wac Health811 si lagaaga caawiyo go'aaminta haddii lagu baarayo.

Miyaad xaq u leedahay OBSP-ga Halista Sare?

Waxaad xaq u yeellan kartaa OBSP Halista Sare haddii ay da'daadu u dhaxeeyso 30 ilaa 69 oo aadna leedahay isbeddelada hiddo-sadaha qaar (t.a., BRCA1, BRCA2), fursadda sare ee qaadista kaansarka naaska oo ku saleysan taariikhda caafimaadka qoyskaaga ama shakhsiyeed, ama xabadka lagaaga sameeyay daaweynta shucaaca. Si aad wax badan u oggaato, la hadal dhakhtarkaaga qoyska ama kalkaalisada xirfadlaha ah, ama booqo mareegtada [Ontario Health \(Cancer Care Ontario\)](https://www.ontario.ca/health/cancer-care-ontario).



Xusuusnow: La xiriir dhakhtarka qoyskaaga ama kalkaalisada xirfadlaha ah haddii aad wax isbeddel ah ka dareento naasahaaga, sida kuus ama guduudasho aan baxaynin, ama isbeddelo ku yimaada ibta naaskaaga. Sidoo kale, saameynta uurka ama naas-nuujinta ayaa qarin kara astaamaha kaansarka naaska ama waxaa ay u keeni karaan in laga ilduufo, haddaba waxaa muhiim ah in aan la iska indhatirin. Isbeddelada ku yimaada naaska had iyo jeer ma keenaan kaansar, laakiinse waa in si degdeg ah loo hubiyaa.

Sideen ku heli karaa raajada naasaha (mammogram)?

La xiriir goobta OBSP si aad u hesho raajada naaska (mammogram). Si aad u hesho goobta, wac 1.800.668.9304 ama booqo ontariohealth.ca/breastscreeninglocations

Raajada naaska (Mammograms) waa mid ammaan ah, lacag la'aan ah waxaadna heli kartaa iyadoo aysan kaa soo dalban dhakhtarka qoyska ama kalkaaliso xirfale ah.

Maxaa dhacaya inta naaska raajada la saarayo (mammogram)?

Raajada naaska (mammogram) waa baaritaan adeegsada raajo si sawirro (mammograms) looga qaado nudaha naaska.

- Farsamayaqaanka shucaaca caafimaadka (qof loo tababbarey in uu qaado raajada naaska 'mammograms') ayaa marba naas saari doono makiinadda raajada naaska (mammogram).
- Saxan caag ah ayaa hoos u dhaqaaqi doono si uu u cadaadiyo oo u meel ugu hayo nudaha naaska. Waxaa jiri doonna xoogaa cadaadis ah oo naaska dhowr ilbiriqsi soo fuuli doonna, kaas oo aan waxba u dhimmeynin nudaha.
- Ballamaha raajada naaska (mammograms) caadi ahaan waxay qaataan ku dhowaad 15 daqiiqo.

Maxaa dhacaya ka-dib marka naaska raajada la saaro (mammogram)?

Haddii aad leedahay natiijo caadi ah, waxaad warqad ku heli doontaa boostada. Warqaddan ayaa sidoo kale ku ogeysiinaysa goorta ay tahay in mar kale lagu baaro.

Haddii aad leedahay natiijo aan caadi ahayn, macnaheedu ma ahan in aad qabto kaansarka naaska, laakiin waxaa ay macnaheedu tahay in aad u baahan tahay baaritaanno dheeraad ah. Goobtaada OBSP ayaa u sheegi doonta dhakhtarkaaga qoyska ama kalkaalisada caafimaadka waxayna gacan ka geysan kartaa in ay kuu qabato ballanta baaritaan dheeraad ah. Haddii aadan lahayn dhakhtar qoys ama kalkaaliso xirfadle ah, waxaa lagugu xiriirin doonaa mid kaa caawin karta tallaabooyinkaaga xiga.

Raajada naaska (mammogram) ma ahan baaritaan sidii laga rabay ah

Waxaad heli kartaa natiijo aan caadi ahayn adiga oo aan kaansar qabin, oo loo yaqaanno waa laga helay oo been ah: Waa laga helayda ee been ah (false-positives) ayaa horseedi karta baaritaan aan loo baahnayn, sida bayoobsi qaadis (in muunad yar laga soo qaado nudaha).

Raajada naaska (mammogram) waxaa ay seegi kartaa kaansarka, oo loo yaqaanno waa Laga waayey oo been ah: Waa laga waayeyda ee beenta ah (false-negative) ayaa horseedi karta dib u dhaca daaweynta.

Raajada naaska (mammogram) ayaa sidoo kale lagu oggaan karaa kaansar aan lahayn dhibaatooyin caafimaad, oo loo yaqaanno oggaansho dheeraad ah (overdiagnosis). Oggaanshaha dheeraadka ah (overdiagnosis) wuxuu horseedi karaa qalliin ama daaweyn aan loo baahnayn.



Sideen hoos ugu dhigi karaa fursadaheyga qaadista kaansarka naaska ku dhaca?

Arrimaha halista leh qaarkood (waxyaabaha sare u qaadi kara fursadahaaga ee qaadista cudurka) lama beddeli karo, sida da'da, dhererka, waxyaabaha uu hidde-sidaha ka kooban yahay, lahaanshaha naaso cufan iyo isbeddellada hoormoonnada noloshaada oo dhan (tusaale ahaan, in aad caado waqti hore isku aragto ama in aad goor dambe bilowdo caado-bax). Laakiin waa kuwan 4 waxyaabood oo aad sameyn karto si aad hoos ugu dhigto fursadahaaga ee qaadista kaansarka naasaha ku dhaca:

- Ka fogaaw ama cab khamri yar
- Sigaar cabbidda iska-dhaaf ama sigaar ha cabbin
- Jir ahaan noqo qof firfircoon oo qayb ka ah nolosha maalin kasta
- Ka fogaaw miisaan kororka dadka waaweyn

Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan baaritaanka kaansarka naaska, fadlan booqo ontariohealth.ca/breast

