

Ano ang dapat mong malaman tungkol sa pag-screen sa kanser sa suso

Ano ang kanser sa suso?

Ang kanser sa suso ay kanser na matatagpuan sa suso. Nagsisimula ito sa mga cell na nasa linya ng mga duct (mga tube na nagdadala ng gatas) o sa mga lobule (mga gland na gumagawa ng gatas) at isa ito sa mga pinakakaraniwang na-diagnose na kanser sa Ontario.

Ano ang pag-screen sa kanser?

Ang pag-screen sa kanser (pagpapatingin para sa kanser) ay pagsusuring isinasagawa sa mga taong may pagkakataong magkaroon ng kanser, pero walang sintomas at maayos ang pakiramdam sa pangkalahatan. Ang Programa ng Pag-screen sa Suso ng Ontario (Ontario Breast Screening Program, OBSP) ay isang programa ng pag-screen sa buong probinsya na naglalayong mas pababain ang mga pagkamatay mula sa kanser sa suso sa pamamagitan ng pag-aalok ng regular na pag-screen.

Mga potensyal na benepisyo ng pag-screen sa kanser sa suso

Kapag regular na na-screen para sa kanser sa suso gamit ang mammogram (isang uri ng X-ray), maaaring makita ang kanser nang maaga, kapag may mas magandang pagkakataon ang paggamot na gumana at maaari itong maging hindi gaanong matindi o hindi mabilis kumalat (mas madaling pangasiwaan). Mas pinapababa rin ng regular na pag-screen ang pagkakataong mamatay mula sa kanser sa suso.

Sino ang dapat ma-screen?

Ang mga babae, Two-Spirit na tao, taong trans at hindi binary na taong may edad na 40 hanggang 74 na taong gulang ay kwalipikado para sa OBSP kung sila ay:

- Walang sintomas ng kanser sa suso
- Hindi nagkaroon ng kanser sa suso
- Hindi nagkaroon ng bilateral mastectomy (operasyon para alisin ang dalawang suso)
- Hindi nagkaroon ng pag-screen na mammogram sa nakalipas na 11 buwan
- Transfeminine at gumamit ng mga pambabaeng hormone sa loob ng hindi bababa sa 5 taon nang magkakasunod

Karaniwang panganib sa may edad na 40 hanggang 74 na taong gulang

Maaaring makakuha ng mammogram bawat 2 taon ang karamihan sa mga tao sa grupo ng edad na ito na kwalipikado para sa OBSP.

Kung ikaw ay may edad na 40 hanggang 49 na taong gulang, hinihikayat kang gumawa ng mahusay na desisyon tungkol sa kung tama para sa iyo ang pag-screen sa kanser sa suso. Sa pangkalahatan, may mas mababang pagkakataon ang mga tao sa iyong grupo ng edad na magkaroon ng kanser sa suso kaysa sa mga taong may edad na 50 hanggang 74 na taong gulang. Makipag-usap sa iyong doktor ng pamilya, practitioner na nars o tumawag sa Health811 para sa tulong sa pagpapasya kung magpapa-screen.



Kwalipikado ka ba para sa OBSP na May Mataas na Panganib?

Maaari kang maging kwalipikado para sa OBSP na May Mataas na Panganib kung ikaw ay may edad na 30 hanggang 69 na taong gulang at may ilang partikular na pagbabago sa gene (hal., *BRCA1*, *BRCA2*), isang mas mataas na pagkakataong magkaroon ng kanser sa suso batay sa kasaysayan ng iyong pamilya o personal na kalusugan, o nagkaroon ng radiation therapy sa dibdib. Para malaman ang higit pa, makipag-usap sa iyong doktor ng pamilya o practitioner na nars, o bisitahin ang website ng [Ontario Health \(Cancer Care Ontario\)](https://ontariohealth.ca/cancer-care-ontario).

Tandaan: Makipag-ugnayan sa iyong doktor ng pamilya o practitioner na nars kung may mapapansin kang anumang pagbabago sa iyong mga suso, gaya ng isang bukol o pamumula na hindi nawawala, o mga pagbabago sa iyong utong. Maaari ring itago ng mga epekto ng pagbubuntis o pagpapasuso ang mga sintomas ng kanser sa suso o maging sanhi na hindi mapansin ang mga ito, kaya mahalagang malaman ang mga ito. Hindi palaging sanhi ng kanser ang mga pagbabago sa suso, pero dapat masuri kaagad ang mga ito.

Paano ako makakakuha ng mammogram?

Makipag-ugnayan sa isang lokasyon ng OBSP para makakuha ng mammogram. Para makahanap ng lokasyon, tumawag sa 1.800.668.9304 o bumisita sa ontariohealth.ca/breastscreeninglocations.

Ang mga mammogram ay ligtas, libre at maaari kang makakuha ng mammogram nang walang kautusan mula sa isang doktor ng pamilya o practitioner na nars.

Ano ang mangyayari sa panahon ng mammogram?

Ang mammogram ay isang pagsusuri na gumagamit ng mga X-ray para gumawa ng mga larawan (mga mammogram) ng tissue ng suso.

- Ang isang medikal na radiation technologist (isang taong may kasanayan na kumuha ng mga mammograms) ay maglalagay ng isang suso sa bawat pagkakataon sa mammogram machine.
- Ang isang plastic plate ay dahan-dahang bababa para idiin at ilagay sa isang lugar ang tissue ng suso. Magkakaroon ng kaunting presyon sa loob ng ilang segundo, na hindi makakapinsala sa tissue.
- Ang mga appointment sa mammogram ay karaniwang tumatagal ng humigit-kumulang 15 minuto.

Ano ang mangyayari pagkatapos ng mammogram?

Kung mayroon kang karaniwang resulta, makakatanggap ka ng sulat sa koreo. Ipapaalam din sa iyo ng sulat na ito kung kailan ka dapat ma-screen ulit.

Kung mayroon kang hindi pangkaraniwang resulta, hindi ito nangangahulugang mayroon kang kanser sa suso, pero nangangahulugan ito na kailangan mong makakuha ng higit pang pagsusuri. Sasabihan ng iyong lokasyon ng OBSP ang iyong doktor ng pamilya o practitioner na nars at maaari itong makatulong na gumawa ng appointment para makakuha ka ng higit pang pagsusuri. Kung wala kang doktor ng pamilya o practitioner na nars, ikokonekta ka sa isa na makakatulong sa iyo sa mga susunod na hakbang.



Ang isang mammogram ay hindi isang perpektong pagsusuri

Maaari kang makakuha ng hindi pangkaraniwang resulta kapag wala kang kanser, na tinatawag na false-positive. Maaaring humantong ang mga false-positive sa hindi kinakailangang pagsusuri, tulad ng biopsy (pagkuha ng maliit na sample ng tissue).

Maaaring hindi makita ng mammogram ang isang kanser, na tinatawag na false-negative. Maaaring humantong ang mga false-negative sa pagkaantala ng paggamot.

Maaari ring makakita ang mammogram ng isang kanser na hindi magdudulot ng mga problema sa kalusugan, na tinatawag na overdiagnosis. Maaaring humantong ang overdiagnosis sa hindi kinakailangang operasyon o paggamot.

Paano ko mas mapapababa ang aking mga pagkakataong magkaroon ng kanser sa suso?

Hindi mababago ang ilang salik ng panganib (mga bagay na maaaring magpataas ng iyong mga pagkakataong magkaroon ng sakit), gaya ng edad, tangkad, genetic makeup, pagkakaroon ng makakapal na suso at mga pagbabago sa hormone sa buong buhay mo (halimbawa, pagkakaroon ng iyong regla nang mas maaga o pagsisimula ng menopause sa ibang pagkakataon). Pero narito ang 4 na bagay na maaari mong gawin para mas mapababa ang iyong mga pagkakataong magkaroon ng kanser sa suso:

- Iwasan o uminom ng mas kaunting alak
- Tumigil sa paninigarilyo o manatiling hindi naninigarilyo
- Maging pisikal na aktibo bilang bahagi ng pang-araw-araw na buhay
- Iwasan ang pagtaas ng timbang para sa nasa hustong gulang

Para sa higit pang impormasyon sa pag-screen sa kanser sa suso, mangyaring bisitahin ang ontariohealth.ca/breast

