LIVING WELL DC

DC HEALTH
GOVERNMENT OF THE DISTRICT OF COLUMBIA

WE ARE WASHINGTON DC GOVERNMENT OF THE DISTRICT OF COLUMBIA
MURIEL BOWSER, MAYOR

የጡት ካንሰር

የጡት ካንሰር ምንድን ነው?

የጡት ካንሰር የሚከሰተው በጡት ውስጥ ያሉ ያልተለመዱ ህዋሳቶች ከቁጥጥር ውጪ ሲያድጉ ነው። ህክምና ካልተደረገለት፣ የጡት ካንሰር ከባድ ህመም እንዲሁም ሞትን እንኳ ሊያስከትል ይችላል።

ካንሰር በጤና እንክብካኤ ባለሙያዎች በሚደረጉ ተከታታይ ምርመራዎች ውስጥ ሊገኝ ይችላል።

በጡት ካንሰር የመያዝ ስጋትዎን የሚጨምረው ምንድን ነው?

ሲጋራ ማጨስ፣ ከመጠን በላይ የሰውነት ክብደት፣ አልኮል መጠጣት፣ የተመጣጠነ ምግብ እጥረት እና የአካል ብቃት እንቅስቃሴ አለማድረግ ለጡት ካንሰር ተጋላጭነት ይጨምራል። እነዚህ ሊቀየሩ የሚችሉ የአደጋ ምክንያቶች ለጡት እና ለሌሎች ካንሰሮች ተጋላጭነትዎን ለመቀነስ እንዲረዳቸው ሊለወጡ ይችላሉ። ይሁን እንጂ፣ መለወጥ የማይችሏቸው አንዳንድ ምክንያቶች አሉ። እነዚህ የማይቀየሩ የአደጋ ምክንያቶች በመባል ይታወቃሉ። አንዳንድ የማይቀየሩ የአደጋ ምክንያቶች የጡት ካንሰር የቤተሰብ ታሪክ፣ የስነ ባህሪ ለውጦች እና እርጅና ናቸው።

አንድ ወይም ከዚያ በላይ የአደጋ ምክንያቶች ካለዎት፣ የእርስዎን ስጋት መቀነስ ስለሚችሉባቸው መንገዶች እና የምርመራ አማራጮችን ከጤና እንክብካቤ አቅራቢዎች ያነጋግሩ።

ክሊኒካዊ የጡት ምርመራ ምንድን ነው?

ክሊኒካዊ የጡት ምርመራ ማለት አንድ የጤና እንክብካቤ አቅራቢ ለማንኛውም እብጠት ወይም ሌሎች ለውጦችን ለመስማት ጣቶቹን ሲጠቀም ነው። የጤና እንክባካቤ አቅራቢዎ ከጤና እንክብካቤ አቅራቢዎ ጋር በሚያደርገው አመታዊ የጤና ምርመራ ክሊኒካዊ የጡት ምርመራን ሊያደርግ ይችላል።

ማሞግራም ምንድን ነው?

ማሞግራም የጡት የራጅ ምስል ነው። ፎቶግራፍ ለማንሳት፣ የጤና እንክብካቤ አቅራቢዎ ጡትዎን በሁለት የራጅ ዝርግ ሳህኖች መካከል ያስቀምጣል። የማሞግራም ጨረር ካንሰርን አያመጣም።

የጡት ካንሰር

መመርመር ያለበት ማን ነው?

- እብጠት፣ የጡት ጫፍ ልቆሽ፣ የጡት ህመም የመሳሰሉ ምልክቶች ያለባቸው ወይም ለጡት ካንሰር ከፍተኛ ተጋላጭነት ያላቸው (የስነ ባህሪ ለውጥ ወይም የቅርብ የቤተሰብ ታሪክ ያላቸው) እድሜያቸው ከ40 አመት በታች የሆነ ሴቶች ማሞግራም ያደርጉ እንደሆን ከጤና እንክብካቤ አቅራቢዎቻቸው ጋር መነጋገር አለባቸው።
- እድሜያቸው ከ40-49 የሆኑ የሴቶች ለጡት ካንሰርን መቼ እና በምን ያህል ጊዜ መመርመር እንዳለባቸው ከጤና ባለሙያዎቻቸው ጋር መወያየት አለባቸው።
- አማካይ የመጋለጥ እድል ያላቸው እድሜያቸው 50 እና ከዚያ በላይ የሆነ ሴቶች ቢያንስ በየሁለት አመቱ ማሞግራም መውሰድ አለባቸው።

በDC ውስጥ የጡት ካንሰር እውነታዎች

- በ2018 በሴቶች መካከል (በ100,000 ሴቶች 139.5) መካከል በብዛት የተገኘው ካንሰር የጡት ካንሰር ነበር።
- በ2018 የጡት ካንሰር በካንሰር ከሚከሰቱ ሞቶች (ከ100,000 ሴቶች 27.1) 2ኛው መሪምክንያት ነበር።
- በ2018 ምንም እንኳን በአፍሪካ አሜሪካዊያን ሴቶች መካከል የአዳዲስ ክስተቶች ብዛት ከነጭ ሴቶች ያነሰ የነበረ ቢሆንም የአፍሪካ አሜሪካዊያን ሴቶች በጡት ካንሰር የመሞት እድላቸው ከነጭ ሴቶች በእጥፍ ይበልጣል።

በCDC ድረገጽ ላይ ስለ ጡት ካንሰር ተጨማሪ መረጃ ያግኙ፦
www.cdc.gov/cancer/breast/basic_info/index.htm

ፕሮጀክት WISH (ሴቶች ጤናማ ሆነው እንዲቆዩ ማድረግ)

ፕሮጀክት WISH (ሴቶች ጤናማ ሆነው እንዲቆዩ) በኮሎምቢያ ዲስትሪክት ላሉ ብቁ ሴቶች የጡት እና የማህጸን በር ካንሰር ምርመራ እና የምርመራ አገልግሎቶችን በነጻ ይሰጣል። እንዲሁም የፕሮጀክት WISH በፕሮጀክቱ ውስጥ ለተመዘገቡ ሴቶች ሁሉ የታካሚ ዳሰሳ፣ የመጓጓዣ እርዳታ እና የካንሰር ትምህርት ይሰጣል።

WISH መድን ለሌላቸው ወይም በቂ መድን ለሌላቸው እድሜያቸው በ21 እስከ 64 አመት መካከል ለሆነ ሴቶች ነጻ የጡት እና የማህጸን በር ካንሰር ምርመራ፣ የምርመራ አገልግሎቶች እና የታካሚ ዳሰሳ በመስጠት የጡት እና የማህጸን በር ካንሰሮችን አስቀድሞ ማወቅን እና ህክምናን ለማሳደግ የተነደፈ ፕሮግራም ነው።