ப்ரெஸ்ட்ஸ்க்ரீன் WA (BreastScreen WA)

Tamil தமிழ்

மார்பகப் புற்றுநோய் சோதனை பற்றிய குறிப்புகள் - இதர மொழிகளில் கிடைக்கும்

மார்பகப் புற்றுநோய் - இதைப் பற்றிய உண்மைகள்

மார்பகப் புற்றுநோயானது ஆஸ்திரேலியாவிலுள்ள பெண்களை அச்சுறுத்தும் மிகப் பொதுவான நோயாகும் மற்றும் இந்த நோயைத் தடுக்க இயலாது.

பெண்ணாக இருப்பதும் வயது கூடுவதுமே மார்பகப் புற்றுநோய் ஏற்படுவதற்கான மிகப் பெரும் ஆபத்துக்கூறுகளாகும்.

'மார்பகப் புற்று' என்பது தொடர்ந்து வளர்ந்து பன்மடங்காகும் அசாதாரணமான கலன்கள் (cells) ஆகும். பிறகு இந்த கலன்கள் மார்பகத்தில் ஒரு கட்டியாக மாறக்கூடும். இந்தப் புற்றினை அகற்றாமல் விட்டுவிட்டால் அல்லது கட்டுப்படுத்தாமல் விட்டுவிட்டால் சரீரத்திலுள்ள மற்ற பாகங்களுக்கும் இது பரவி மரணத்தை ஏற்படுத்தக்கூடும். ஆரம்ப நிலையிலேயே மார்பகப் புற்றைக் கண்டறிவதானது வெற்றிகரமான சிகிச்சைக்கான வாய்ப்புக்களை அதிகரிக்கும்.

மார்பகப் புற்றுநோய் சோதனையை யாரெல்லாம் மேற்கொள்ளலாம்?

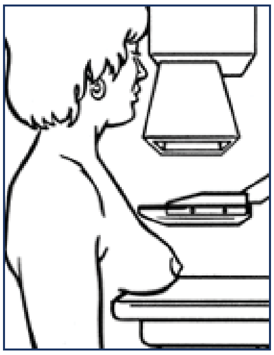
மார்பகப் புற்று நோய்க்கான அறிகுறிகள் ஏதும் இல்லாத 40 அல்லது அதற்கு மேற்பட்ட வயதுடைய பெண்களுக்கு **இலவச** மார்பகப் புற்று சோதனைகளை 'ப்ரெஸ்ட்ஸ்க்ரீன் WA' அளிக்கிறது. 50 முதல் 74 வயது வரையுள்ள பெண்கள் **இரண்டு ஆண்டுகளுக்கு ஒரு முறை இலவச** மார்பகப் புற்றுநோய் சோதனைகளை மேற்கொள்ள வேண்டும் என்று 'ப்ரெஸ்ட்ஸ்க்ரீன் WA' ஊக்குவிக்கிறது.

75 சதவீதத்திற்கும் அதிகமான மார்பகப் புற்றுநோய்கள் 50 அல்லது அதற்கும் அதிக வயதுடைய பெண்களுக்கே இருப்பதாகக் கண்டறியப்பட்டுள்ளது.

ஒவ்வொரு பெண்ணின் அந்தரங்கத்தன்மை மற்றும் கௌரவத்தினை 'ப்ரெஸ்ட்ஸ்க்ரீன் WA' மதிக்கிறது. மார்பகப் புற்று சோதனையை மேற்கொள்வதென்பது முற்றிலும் உங்கள் சுயவிருப்பாகும். இந்த முடிவினை மேற்கொள்வது சம்பந்தமாக உங்களுடைய மருத்துவருடன் நீங்கள் கலந்துரையாடலாம்.

மார்பகப் புற்றுநோய் சோதனை என்பது என்ன?

ஒரு பெண்ணுடைய மார்பகத்தின் உட்பகுதியைக் காண்பிக்கும் 'எக்ஸ்-ரே' அல்லது படம் எடுப்பது மார்பகப் புற்றுநோய் சோதனையாகும்.
புற்று இருக்கிறதா இல்லையா என்று கண்டறிவதற்கான மிகச் சிறந்த வழி இப்படிப்பட்ட சோதனையை மேற்கொள்வதேயாகும்.
நீங்களோ, உங்களுடைய மருத்துவரோ தொட்டுப் பார்த்துத் தெரிந்துகொள்ள முடியுமாவதற்கு முன்னதாக மார்பகப் புற்றுநோய் சோதனைக்கான 'எக்ஸ்-ரே' ஒன்றினால் மார்பகத்திலுள்ள புற்றுநோயைக் கண்டுபிடிக்க இயலும்.



மார்பகப் புற்றுநோய் சோதனைப் படம் எப்படி எடுக்கப்படுகிறது?

'எக்ஸ்-ரே' படம் எடுக்கும்போது மார்பகம் கவனமாக சில நொடி நேரத்திற்கு அழுத்தப்பட்டு 'எக்ஸ்-ரே' எடுக்கும் இயந்திரத்தின் மீது வைக்கப்படும். மேல் பக்கத்திலிருந்து ஒரு படம் பக்கவாட்டில் இருந்து ஒரு படம் என்று ஒவ்வொரு மார்பகமும் இரண்டு முறை 'எக்ஸ்-ரே' படம் எடுக்கப்படும்.

மிகவும் தெளிவான படங்களை எடுக்கவேண்டும் என்பதற்காக மார்பகத்தினை அழுத்திப்பிடிக்க வேண்டியது முக்கியம், மற்றும் மிகவும் குறைந்த அளவிலான கதிர்வீச்சே இதற்காகப் பயன்படுத்தப்படும் (கீழேயுள்ள படத்தினைப் பார்க்க).

அழுத்தத்தின் காரணமாக இறுக்கமாகவும், அசௌகரியமாகவும் இருக்கக்கூடும், ஆனால் அது ஒரு சில நொடிகளுக்கே நீடித்திருக்கும். நிறுத்தச் சொல்லி நீங்கள் எச் சமயத்திலும் கதிர்வீச்சுப் படம் எடுப்பவரைக் கேட்கலாம்.

இலவச மார்பகப் புற்றுநோய் சோதனையை மேற்கொள்ள 'ப்ரெஸ்ட்ஸ்க்ரீன் WA'–விற்கு நான் செல்லும்போது என்ன நடக்கும்?

'ப்ரெஸ்ட்ஸ்க்ரீன் WA'-யில் உள்ள அனைத்துப் பணியாளர்களும் பெண்களேயாவார்கள்.

மார்பகத்தினை 'எக்ஸ்-ரே' எடுக்கும்போது பாவாடை அல்லது கால்சட்டை மற்றும் மேல்சட்டை என்று இரண்டு உடுப்புகளை நீங்கள் அணிந்து கொள்ள வேண்டும்.
சந்திப்புவேளைக்கு நீங்கள் வரும் தினத்தன்று பவுடர் அல்லது டியோட்ரண்ட் போன்ற நாற்ற நீக்கிகளைப் பாவிக்கவேண்டாம்.

'ப்ரெஸ்ட்ஸ்க்ரீன் WA'-விற்கு நீங்கள் வந்து சேரும்போது:

- வரவேற்கப்பட்டு, சில படிவங்களைப் பூர்த்தி செய்யுமாறு நீங்கள் கேட்கப்படுவீர்கள்.
- ஆடை மாற்றும் அறை ஒன்று உங்களுக்குக் காண்பிக்கப்படும், மற்றும் மார்பகக் கச்சையை நீக்கிவிட்டு மேல் சட்டையை மீண்டும் அணியுமாறு நீங்கள் கேட்கப்படுவீர்கள்; உங்களுக்குத் தேவைப்பட்டால், ஒரு முறை மட்டுமே பாவிக்கப்படும் மேல் அங்கி ஒன்று உங்களுக்குத் தரப்படும்.
- 'எக்ஸ்-ரே' படம் எடுக்கும் பெண் ஒருவர் 'எக்ஸ்-ரே' அறைக்கு உங்களை அழைத்துச் சென்று உங்களிடம் சில கேள்விகள் கேட்பார். பிறகு அவர் ஒவ்வொரு மார்பகத்தையும் இரண்டு முறை 'எக்ஸ்-ரே' படம் எடுப்பார்.
- நீங்கள் எப்போது போகலாம் என்று 'எக்ஸ்-ரே' படம் எடுப்பவர் உங்களுக்குச் சொல்வார்.
- குறைந்தபட்சமாக, விசேட பயிற்சி பெற்ற இரண்டு மருத்துவர்களால் உங்களுடைய 'எக்ஸ்-ரே' படங்கள் பரிசீலிக்கப்பட்டு, இரண்டு அல்லது மூன்று வாரங்களுக்குள்ளாக சோதனை முடிவுகள் உங்களுக்குக் கிடைப்பதற்கான அனைத்து முயற்சிகளும் மேற்கொள்ளப்படும்.
- சில வேளைகளில் மேலதிக 'எக்ஸ்-ரே' படங்கள் எடுப்பதற்காகப் பெண்கள் திரும்ப வருமாறு அழைக்கப்படுவார்கள். இது அவசியப்பட்டால், இதைப் பற்றி உங்களுடன் கலந்துரையாட 'ப்ரெஸ்ட்ஸ்க்ரீன் WA'-இயின் பணியாளர் ஒருவர் உங்களுடன் தொலைபேசி மூலமாகத் தொடர்புகொள்வார்.

சந்திப்புவேளை ஒன்றினை ஏற்படுத்திக்கொள்ள 13 20 50 எனும் இலக்கத்தை அழையுங்கள்

மார்பகப் புற்றுநோய் சோதனை ஒன்றை நான் எங்கு மேற்கொள்ளலாம்?

பெருநகர்ப்பகுதிகள், பிராந்தியப் பகுதிகள் மற்றும் நகரும் சோதளை வாகனங்கள் ஆகிய சேவைகளை 'ப்ரெஸ்ட்ஸ்க்ரீன் WA' கொண்டுள்ளது.

உங்களுக்கு அண்மையிலுள்ள இடம் ஒன்றைக் கண்டறிய www.breastscreen.health.wa.gov.au/Breast-screening/ Breast-screening-locations
எனும் வலைத்தளப் பக்கத்திற்குச் செல்லுங்கள்.

- இரண்டு வருடங்களுக்கு ஒரு முறை நான்கு வாகன சேவைகள் பிராந்தியங்களில் உள்ள நகரங்களுக்குச் செல்லும். இந்த வாகனங்கள் வரும் தோராயமான திகதிகளைத்தெரிந்துகொள்ள www.breastscreen.health.wa.gov.au/Breast-screening/Rural-and-remote-women
எனும் வலைத்தளப் பக்கத்திற்குச் செல்லுங்கள்.
- பெரும்பாலான மருத்துவ நிலையங்களில் மாலை நேரங்கள் மற்றும் சனிக்கிழமைகளில் சந்திப்புவேளைகளை நீங்கள் ஏற்படுத்திக்கொள்ளலாம்.
- ♿ இந்தக் குறி உள்ள இடங்களில் சக்கர நாற்காலி வசதி கிடைக்கும்.
- இலவச மொழிபெயர்ப்பாளர் வசதி உள்ளது.

சந்திப்பு வேளை ஒன்றை நான் எப்படி ஏற்படுத்திக்கொள்ளலாம்?

மொழிபெயர்த்துரைப்பாளர் உதவி உங்களுக்குத் தேவைப்பட்டால் 'மொழிபெயர்ப்பு மற்றும் மொழிபெயர்த்துரைப்பு சேவை' (Translating and Interpreting Service -TIS) யை **13 14 50** -இல் அழைத்து 'ப்ரெஸ்ட்ஸ்க்ரீன் WA' –வின் மத்திய முன்பதிவு சேவையுடன் 13 20 50 என்ற இலக்கத்தின் மூலம் தொடர்புபடுத்தித் தருமாறு கேளுங்கள்.

அல்லது **13 20 50** எனும் இலக்கத்தினை அழைத்து இலவச மார்பகப் புற்றுநோய் சோதனைக்கான சந்திப்புவேளை ஒன்று வேண்டுமெனக் கேளுங்கள் (உள்ளூர் அழைப்பிற்கான கட்டணத்தில்).

'ப்ரெஸ்ட்ஸ்க்ரீன் WA' மருத்துவ நிலையங்களில் கிடைக்கும் வழமையான சந்திப்புவேளைகளை வலைத்தளம் வாயிலாக ஏற்படுத்திக் கொள்ளலாம்.

www.breastscreen.health.wa.gov.au

குழும சந்திப்புவேளைகள்

குழுவில் ஒருவராக வர விரும்பும் பெண்களுக்கான குழு சந்திப்புவேளைகளும் கிடைக்கும். குழுச் சந்திப்புவேளைகளைப் பற்றிய மேலதிக விசாரிப்புகளுக்கு **13 20 50** எனும் இலக்கத்தினை அழையுங்கள்.

மற்ற மொழிகளில் கிடைக்கும் மூலவளங்கள்

மற்ற மொழிகளில் கிடைக்கும் மூலவளங்கள் 'ப்ரெஸ்ட்ஸ்க்ரீன் WA'-யிடம் உள்ளன. கிடைக்கும் மூலவளங்கள் யாவை என்று தெரிந்துகொள்ள www.breastscreen.health.wa.gov.au/Breast-screening/ Multicultural-women
எனும் வலத்தளப் பக்கத்திற்குச் செல்லுங்கள்.

என்னால் வேறென்ன செய்ய இயலும்?

நீங்கள் தவறாமல் மார்பகப்புற்று சோதனைகளைச் செய்துகொண்டுவந்தாலும் மார்பகப் புற்றைப் பற்றி அவதானமாக இருக்கவேண்டுமென அனைத்துப் பெண்களையும் 'ப்ரெஸ்ட்ஸ்க்ரீன் WA' ஊக்குவிக்கிறது.

உங்களுடைய மார்பகங்களின் தோற்றம் மற்றும் உணர்வுகள் வெவ்வேறு காலங்களில் எப்படி இருக்கின்றன எனபதை நீங்கள் தெரிந்துகொள்ள வேண்டும் என்பதே 'மார்பக அவதானம்' என்பதன் அர்த்தம். மார்பகங்களில் ஏற்படும் பல மாற்றங்கள் பொதுவானவையாகும், மற்றும் இந்த மாற்றங்களுக்கு இயக்கநீர்ச் சுரப்பில் ஏற்படும் மாற்றங்களும் வயது கூடுவதும் காரணங்களாகும். உங்களுடைய மார்பகங்களின் பொதுவான தோற்றம் மற்றும் உணர்வு ஆகியவற்றை நீங்கள் தெரிந்து கொள்ள வேண்டியது முக்கியம். அப்போதுதான் மார்பகங்களில் ஏற்படும் புதிய அல்லது அசாதாரணமான மாற்றங்களை உங்களால் அடையாளம் காண இயலும். அவ்வப்போது உங்களுடைய மார்பகங்களைக் கண்ணாடியில் பாருங்கள், மற்றும் மார்பகங்களைத் தொட்டுப் பார்த்து ஏதும் மாற்றம் இருக்கிறதா என்று பாருங்கள்.

மாற்றங்களில் பின்வருவன உள்ளடங்கும்:

- புதிய கட்டி, கட்டி போன்ற மேடு அல்லது மார்பகத்தில் அல்லது அக்குள் பகுதியில் தடிப்பு;
- கசிவு, தலைகீழ் மாற்றம், புண் அல்லது அரிப்பு ஆகியன உட்பட மார்பகக் காம்பில் ஏற்படும் மாற்றங்கள் எதுவும்;
- மார்பகக் காம்பு அல்லது மார்பகத்தின் அளவு, வடிவம் அல்லது நிறத்தில் ஏற்படும் மாற்றங்கள் எதுவும்;
- குழி, சிவந்த நிறம் அல்லது கொப்புளம் போன்ற தோலில் ஏற்படும் மாற்றங்கள் எதுவும்;
- புதிய, அசாதாசணமான அல்லது நீடிக்கும் வலி.

இந்த மாற்றங்களில் ஏதும் உங்கள் மார்பகங்களில் ஏற்பட்டிருப்பதை நீங்கள் அவதானித்தால் உங்களுடைய மருத்துவரைப் பாருங்கள்.

கழுத்து-தோள்பட்டை எலும்பில் இருந்து மார்பகக் கச்சையின் கீழ்ப் பகுதி வரைக்கும் மற்றும் அக்குள் பகுதி வரைக்கும் உள்ள மார்பகத் தசைப் பகுதி முழுவதையும் சோதிக்க வேண்டியது முக்கியம்.

Government of Western Australia
North Metropolitan Health Service

BreastScreen WA
WA's only accredited screening service

BreastScreen AUSTRALIA
A joint Australian, State and Territory Government Program

BreastScreen WA

தொலைபேசி (08) 9323 6700 தொலைநகல் (08) 9323 6799 மின்னஞ்சல் breastscreenwa@health.wa.gov.au

முன்பதிவுகள் 13 20 50

National Relay Service www.relayservice.gov.au

மொழிபெயர்ப்பு மற்றும் மொழிபெயர்த்துரைப்பு சேவை (Translating and Interpreting Service - TIS) 13 14 50

HP000373 OCTOBER 2019