

7 BAGAY NA DAPAT MALAMAN TUNGKOL SA PAGPAPA-MAMMOGRAM

Ang mga mammogram (mga x-ray sa suso) ay ang pinakamainam na kasangkapan sa pag-screen na tayo ay mayroon para matuklasan nang maaga ang breast cancer, kung kailang maaari itong magamot nang mas madali. Matapos mo at ng iyong propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan na maitakda ng iskedyul para sa screening, makakatulong na malaman kung ano ang maaasahan nang sa gayon ay maging matiwasay ito hangga't maaari. Narito ang kailangan mong malaman.

Ang mammogram ay isang x-ray sa suso na ginagamit upang matuklasan ang mga pagbabago sa suso. Ang mga x-ray ay unang ginamit upang masiyasat ang tissue sa suso halos isang daan taon na ang nakakaraan. Sa kasalukuyan, ang mga x-ray na ginagamit para sa mga mammogram ay naglalabas ng x-ray na may mababang enerhiya at inihahantad ang suso sa mas mababang radyasyon kumpara sa nakaraan.



ANO ANG MAMMOGRAM?

2

Humanap ng center na espesyalista sa mga mammogram. Sinisertipikahan ng US Food and Drug Administration (FDA, Pangasiwaan sa Pagkain at Gamot) ang mga pasilidad ng mammogram na tumutugon sa matataas na propesyonal na pamantayan ng kalidad at kaligtasan. Hilinging makita ang sertipiko ng FDA kung hindi ito nakapaskil malapit sa tanggapan ng receptionist. At kapag nakahanap ka ng pasilidad na gusto mo, patuloy na puntahan ito. Ang pagkakaroon ng lahat ng iyong mammogram sa parehong pasilidad ay magpapadali para sa mga doktor na maikumpara ang mga imahe mila sa isang taon hanggang sa susunod. Kung ikaw ay nagpa-mammogram sa ibang mga pasilidad, ipapadala ang mga imaheng iyong sa iyong bagong pasilidad.

SAAN MAGPAPA-MAMMOGRAM

Pinakamainam na maipa-iskedyul ang iyong mammogram mga isang linggo pagkatapos ng iyong pagreregla. Ang iyong mga suso ay hindi magiging maselan o mamamaga, na nangangahulugang mas kaunting kahirapan sa panahon ng x-ray.



KAILAN ITO II-ISKEDYUL



**MAKING STRIDES
Against Breast Cancer®**

7 Things to Know about Getting a Mammogram – Tagalog

Magsuot ng isang 2-piece na damit dahil kailangan mong hubarin ang iyong pang-itaas at bra. Huwag gumamit ng deodorant, antiperspirant, pulbos, lotion, o ointment sa o sa palibot ng iyong dibdib sa araw ng iyong mammogram. Ang mga produktong ito ay maaaring lumitaw bilang mga puting batik sa x-ray.



ANO (AT ANO ANG HINDI DAPAT NA) SUOTIN.



ANO ANG AASAHAN

Ang buong procedure ay aabutin ng humigit-kumulang na 20 minuto. Sinisiksik ang suso sa pagitan ng dalawang plastik na plates ng ilang segundo habang kinukuhaan ang x-ray. Nag-iiba ito ng posisyon (at muling sinisiksik) upang matingnan sa ibang pananaw. Pagkatapos ay ginagawa ito sa kabilang suso. Ang pagpapatag ng suso ay maaaring maging hindi kumportable, ngunit kailangan para makapagbigay ng mas malinaw na pananaw.

Dapat mong makuha ang iyong mga resulta sa loob ng 10 araw. Kung hindi, dapat kang tumawag at itanong ang tungkol dito. Kung may natagpuang kahina-hinala ang mga doktor, maaari silang makipag-ugnay sa iyo sa loob ng isang linggo para kumuha ng mga bagong larawan o kumuha ng iba pang mga pagsusuri. Ngunit ito ay hindi nangangahulugang ikaw ay mayroong kanser. Ang isang kahina-hinalang natuklasan ay maaari lamang dahil sa mabigat na tissue sa suso o isang cyst. Sa ibang mga pagkakataon, ang imahe ay hindi lamang malinaw at kinakailangan na muling kunan. Kung ito ay ang iyong unang mammogram, maaaring nais na tingnan ito nang doktor nang mas mabuti dahil lamang sa walang mammogram sa nakaraan kung saan ito ay maikukumpara.



PAGKUHA NGMGA RESULTA



ANO ANG IYONG BABAYARAN

Para sa mga walang insurance o mga kababaihang may mababang kita, mayroong mga serbisyo ng mammogram na libre o nasa mababang halaga. Ang ilan sa mga programang ito ay isinasagawa sa panahon ng National Breast Cancer Month sa Oktubre, habang ang iba ay inihahandog sa buong taon. Tumawag sa American Cancer Society sa **1-800-227-2345** upang mahanap ang programang malapit sa iyo.



Bisitahin ang [cancer.org/FightBreastCancer](https://www.cancer.org/FightBreastCancer) para sa higit pang impormasyon at suporta para sa breast cancer.