

মনে রাখবেন:

- স্তনের ক্যানসার যে কারো হতে পারে। তবে আপনার বয়স বাড়ার সাথে সাথে এর সম্ভাবনা বেড়ে যায়।
- স্তনের ক্যানসার ছোট আকারের হলেও তা ম্যামোগ্রামে ধরা পড়ে।
- স্তনের ক্যানসার ছোট থাকাকালীন এবং এটি ছড়িয়ে পড়ার আগেই ধরা পড়লে চিকিৎসা করা তুলনামূলক সহজ।

আমি আমার স্বাস্থ্যের জন্য যে পদক্ষেপগুলি নিতে ইচ্ছুক:

- ম্যামোগ্রাম এবং স্তনের ক্যানসার সম্পর্কে আরো বিশদে জানতে আমি **1-800-227-2345**-এ কল করব।
- কীভাবে ম্যামোগ্রাম করাতে হয় সে সম্বন্ধে আমি আমার চিকিৎসক বা নার্সকে জিজ্ঞাসা করব।
- আমি আমার ম্যামোগ্রাম করানোর সময়সূচি স্থির করব।
- আমি আমার ম্যামোগ্রামের ফলাফল না পেলে কল করব।

ক্যানসার সম্পর্কে তথ্য এবং রোজকার তথ্য এবং সংবেদনশীল সহায়তার জন্য 1-800-227-2345-এ American Cancer Society কল করুন। আপনার যখনই প্রয়োজন - দিনের 24 ঘন্টা, সপ্তাহের 7 দিনই আমরা এখানে রয়েছি।



cancer.org | 1.800.227.2345
1.866.228.4327 TTY



জুলাই 2016-এ লিখিত

©2008, American Cancer Society, Inc.
নং 202811 Rev. 7/16
মডেলগুলি শুধুমাত্র ব্যাখ্যামূলক উদ্দেশ্যে।



আসুন ম্যামোগ্রাম নিয়ে আলোচনা করি

Let's Talk About Mammograms
Bengali



cancer.org | 1.800.227.2345



সুদীপা: ওয়াও – জানো আমি সবে 45-এ পা দিলাম; এখন আমাকে ম্যামোগ্রাম করাতে হবে।

অনন্যা: আমি এটিকে বন্ধ রেখেছি ... ভয় লাগে, কী জানি এতে কী ফল বেরোয়!

সুদীপা: আমি বুঝতে পেরেছি তুমি কী বলতে চাইছ। তবে যদি আমার স্তনের ক্যানসার থেকে থাকে আমি চাইব এটি ছোট থাকাকালীন ধরা পড়ুক। তাহলে আমার বেঁচে যাওয়ার আর আমার স্তন বাদ না যাওয়ার সম্ভাবনা বেশি থাকবে। আমি আমার স্বাস্থ্যের প্রতি যত্নবান হতে চাই – আমার পরিবারের আমাকে প্রয়োজন।

অনন্যা: কথাটি জরুরী বলে মনে হচ্ছে। আমিও জানতে চাই এবং বাঁচতে চাই!

আমার কেন একটি প্রয়োজন?

- আপনার বয়স বাড়ার সাথে সাথে আপনার স্তনের ক্যানসার হওয়ার সম্ভাবনা বেড়ে যায়। মহিলাদের রজোগোনিবৃত্তির পরেও স্তনের ক্যানসার হতে পারে।
- আপনার স্তনে কোনো পরিবর্তন বা পিন্ড দেখা না গেলেও আপনার নিয়মিত ভাবে ম্যামোগ্রাম করানো উচিত।
- আপনার পরিবারের কারো স্তনের ক্যানসার না থাকলেও আপনার ম্যামোগ্রাম করানো প্রয়োজন।
- আপনার স্তনের ক্যানসার থেকে থাকলে এটি তাড়াতাড়ি ধরা পড়া আপনাকে আপনার পক্ষে গুরুত্বপূর্ণ কাজগুলি করতে বেঁচে থাকতে সাহায্য করতে পারে।

আমি শুনেছি এতে ব্যথা লাগে।

আপনার স্তনের উপরে যখন প্লেটগুলি বসানো হয় তখন "টেপা" র জন্য এক মিনিটের মতো ব্যথা লাগতে পারে। কিছু মহিলা জানিয়েছেন, এতে ব্যথা লাগে; অন্যান্যরা জানিয়েছেন এতে একেবারেই ব্যথা লাগে না।

পরীক্ষায় কিছু পাওয়া গেলে কী হবে?

ম্যামোগ্রামে কিছু দেখতে পাওয়া গেলে তার অর্থ এই নয় যে আপনার স্তনের ক্যানসার রয়েছে। আপনার আরো এক্স রে বা অন্যান্য পরীক্ষা করানোর প্রয়োজন হতে পারে। তারপরে আপনার চিকিৎসক আপনার পক্ষে উপযুক্ত সেবা পরিকল্পনাটি জানাবেন।

ম্যামোগ্রাম করাতে কত খরচ পড়ে?

বেশির ভাগ হেল্থ প্ল্যান এবং মেডিকেশ্যার ম্যামোগ্রামের খরচ বহন করে। যদি আপনার মেডিকেইড থেকে থাকে বা কোনো বীমা করানো না থাকে তবে আপনি আপনার প্রদেশে নিখরচায় ম্যামোগ্রাম করিয়ে নিতে পারেন। আপনার স্বাস্থ্য বিভাগের সাথে মিলিয়ে নিন।

আমার ম্যামোগ্রাম করিয়ে নিতে আমার নিম্নলিখিত ব্যক্তিদের জিজ্ঞাসা করা উচিত:

- আমার চিকিৎসক বা নার্স
- আমার স্থানীয় স্বাস্থ্য কেন্দ্র বা মহিলাদের ক্লিনিক
- 1-800-227-2345-এ American Cancer Society তে কল করুন এবং আমি যেখানে বাস করি সেখানে ম্যামোগ্রাম করাতে সহায়তা চান।

ম্যামোগ্রাম কী?

ম্যামোগ্রাম হল আপনার স্তনের একটি এক্স-রে। এটি আপনার কাছে স্তনের পরিবর্তনটি খুব ছোট বা আপনার চিকিৎসক বা নার্স খুব ছোট বলে অনুভব করলেও তা খুঁজে পেতে পারে।

ম্যামোগ্রাম কী ভাবে করা হয়?

আপনাকে একটি এক্স-রে মেশিনের সামনে দাঁড়াতে হবে এবং দুটি প্লাস্টিকের প্লেটের মাঝখানে আপনার স্তন দুটি রাখতে হবে। ঐ প্লেটগুলি একটি ভাল ছবি তুলতে সমতল করতে প্রতিটি স্তনকে টেপে।

