

Apakah mamogram?



- Mamogram ialah filem x-ray payudara yang diambil menggunakan mesin khas yang menggunakan sinaran yang sedikit.
- Juruteknik yang terlatih akan meletakkan payudara anda di antara dua plat plastik.
- Payudara dikepit selama beberapa saat untuk menghasilkan imej yang penuh dan jelas.
- Lazimnya dua imej untuk sebelah payudara diambil.
- Ada wanita yang mengadu mereka berasa sakit sedikit, tetapi ini hanya sebentar sahaja. Seluruh pemeriksaan mamografi hanya mengambil masa 15 minit.
- Pakar radiologi akan mentafsir mamogram untuk melihat sama ada terdapat kawasan yang disyaki.

Bagaimanakah jika kanser payudara dikesan?

Wanita yang didiagnosis menghidap kanser payudara harus berbincang habis-habis dengan doktor tentang pilihan rawatan baginya sebelum membuat keputusan tentang terapi.

Dia mempunyai banyak pilihan rawatan dan mempunyai peluang hidup yang panjang jika kanser payudara dikesan awal.

Rawatan bagi kanser yang dikesan awal mungkin termasuk lumpektomi (pembedahan terhad yang mengeluarkan kanser bukannya seluruh payudara), disusuli dengan radioterapi, atau mastektomi (pembuangan seluruh payudara).

Rawatan tambahan termasuklah kemoterapi atau terapi hormon. Jika mahu, pembentukan semula payudara boleh dibuat selepas mastektomi.

Apakah peluang hidup selepas menghidap kanser payudara?

Peluang hidup bergantung pada peringkat kanser payudara semasa didiagnosis. Lapan puluh enam daripada setiap seratus orang yang didiagnosis menghidap kanser payudara berpeluang hidup sekurang-kurangnya lima tahun. Peluang hidup akan lebih baik jika penyakit belum merebak, dan prognosis akan bertambah buruk jika penyakit telah merebak semasa didiagnosis. Itulah sebabnya mengapa pengesahan awal amat penting.

Soal Jawab Tentang Kanser Payudara ialah adaptasi dan terjemahan daripada *Breast Cancer Questions and Answers* dan diterbitkan oleh American cancer Society, Inc., 1599 Clifton Road, NE Atlanta, GA 30329-4251.

©Karya Asal American Cancer Society, Inc. 2002

Cetakan Pertama 2003
Cetakan Kedua 2004
Cetakan Ketiga 2010
Cetakan Keempat 2022

©Karya Terjemahan Cornell University-Universiti Putra Malaysia

Penerbitan ini ialah usaha sama Universiti Putra Malaysia (UPM); Cornell University; American Cancer Society, Inc.; dan Persatuan Penterjemah Malaysia di bawah Hospital Pengajar Universiti Putra Malaysia

Penterjemah
Ramlah Muhamad

Soal Jawab Tentang Kanser Payudara



HPUPM
HOSPITAL PENGAJAR UPM
PROVIDING EXTRAORDINARY CARE TOGETHER

CORNELL UNIVERSITY
COLLEGE OF MEDICINE

American
Cancer
Society®

Siapakah yang berisiko mendapat kanser payudara?

Setiap wanita berisiko mendapat kanser payudara, dan risiko ini bertambah semakin usia meningkat. Kanser payudara adalah jenis kanser yang paling lazim dihidapi wanita. Data dari kebanyakan negara maju menunjukkan lebih 75 peratus kanser payudara dihidapi wanita yang berusia 50 tahun ke atas.



Di Malaysia, data terkini yang dikeluarkan oleh Kementerian Kesihatan Malaysia menunjukkan insiden kanser meningkat selepas berumur 25 tahun dan merekodkan bacaan tertinggi pada umur 60-64.

Risiko wanita yang berusia 50 tahun ke atas menghidap kanser payudara adalah 8-10 kali ganda lebih besar berbanding wanita yang lebih muda.

Terdapatkah wanita yang berisiko tinggi?

Ya. Risiko akan lebih tinggi bagi wanita yang mempunyai sejarah individu atau yang anggota keluarga yang rapat; ibu atau adik-beradik perempuan pernah menghidapnya, terutama sekali jika anggota keluarga tersebut didiagnosis sebelum mereka putus haid.



Walau bagaimanapun, empat daripada lima orang yang mendapat kanser payudara tiada sejarah keluarga yang menghidapnya.

Apakah cara yang boleh dilakukan bagi mengelakkan kanser payudara?

Oleh sebab kita masih belum mengetahui punca penyakit ini atau cara mencegahnya, maka cara yang terbaik untuk mengelakkannya adalah dengan mengesannya seawal mungkin dan merawatnya dengan segera. Para penyelidik sedang mengkaji kemungkinan peranan keturunan, alam sekitar, cara hidup dan makanan.



Apakah yang disyorkan untuk pengesahan awal kanser payudara?

Tiga langkah pengesahan awal disyorkan:

1. Mengambil mamogram secara tetap. Mengambil mamogram setiap tahun hendaklah dimulakan ketika usia 40 tahun.
2. Berjumpa doktor untuk menjalani pemeriksaan payudara secara tetap. Ini bermakna sekurang-kurangnya tiga tahun sekali dari usia 20 hingga 39 tahun dan setiap tahun bermula dari usia 40 tahun.
3. Amalkan memeriksa payudara sendiri setiap bulan. Minta doktor atau jururawat tunjukkan cara yang betul untuk memeriksa payudara sendiri.



Panduan pengesahan awal kanser payudara adalah bagi wanita yang tiada gejala (simptom). Panduan ini bertujuan untuk mengesan kanser pada peringkat seawal mungkin ketika peluang untuk merawatnya dengan jaya amat baik.

Apakah tanda dan gejala kanser payudara?

Gejala atau perubahan pada payudara yang perlu diawasi ialah apa juar ketulan, ketebalan, bengkok, lekukan, radang kulit, perubahan pada bentuk, puting yang tertolak ke dalam, kulit seperti bersisik, atau sakit.



Mamogram dapat mengesan perubahan di dalam payudara yang mungkin menunjukkan tanda-tanda kanser lebih awal sebelum ia dapat dirasa dengan tangan. Ingatlah – kebanyakan ketulan bukannya kanser, tetapi, untuk memastikannya, berjumpa doktor meskipun anda baru lepas mengambil mamogram.

Untuk keterangan lanjut hubungi :

>>> CCAREHelpLine

03 9769 9758

Unit Sumber Pendidikan Kanser dan Klinikal (CCARE)

Hospital Pengajar Universiti Putra Malaysia
Persiaran Mardi - UPM
43400 UPM Serdang
Selangor, Malaysia

Tel: +603 9769 9754

Emel : care.upm.edu@gmail.com