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 sebab-nya mengapa pengesanan 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 2015

©Karya Terjemahan Cornell University-Universiti Putra Malaysia

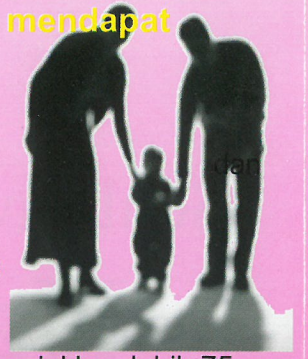
Penerbitan ini ialah usaha sama Universiti Putra Malaysia (UPM); Cornell University; American Cancer Society, Inc.; dan Persatuan Penterjemah Malaysia di bawah **Pusat Sumber & Pendidikan Kanser (CaRE).**

Penterjemah
Ramlah Muhamad

Soal Jawab Tentang Kanser Payudara

UPM Universiti Putra Malaysia
CaRE
Cornell University
American Cancer Society

Siapakah yang berisiko mendapat kanser payudara?



Setiap wanita berisiko mendapat kanser payudara, 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 lebih ramai wanita di bawah 50 tahun yang menghidapi kanser ini. Risiko bagi wanita yang berusia 70 tahun menghidapi kanser payudara adalah dua kali ganda lebih besar daripada wanita yang berusia 50 tahun.

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 pengesanan awal kanser payudara?

Tiga langkah pengesanan 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 pengesanan 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 jua ketulan, ketebalan, bengkak, 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 :

>>> KanHelp Line

>>> **1 800 22 2233**

Pusat Sumber & Pendidikan Kanser (CaRE)
Tingkat 7, Blok Makmal A,
Fakulti Perubatan & Sains Kesihatan,
Universiti Putra Malaysia
43400 UPM Serdang, Selangor, Malaysia.

Tel: +603 8947 2787
Faks: +603 8947 2706
Emel : care.upm.edu@gmail.com

"like" us on facebook **CaRE UPM**