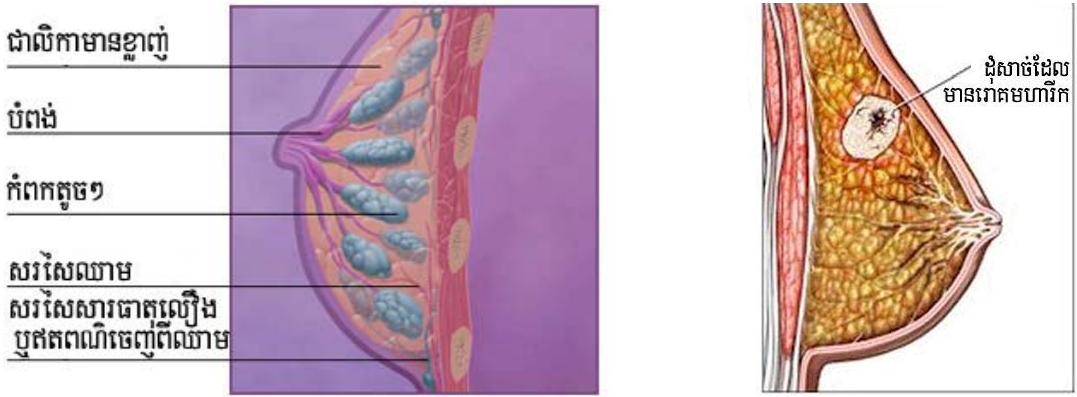




## សន្លឹកព័ត៌មានពីរោគមហារីកស្តង់

### តើរោគមហារីកស្តង់គឺជាអ្វី ?

រោគមហារីកស្តង់ គឺជាជំងឺមួយដែលក្នុងនោះកោសិការោគមហារីក កើតនៅក្នុងជាលិកាស្តង់ ។ ប្រហែល 70 ភាគរយនៃរោគមហារីកស្តង់ ទាំងអស់ ចាប់ផ្តើមក្នុងបំពង់ (ដែលនាំទឹកដោះមកកាន់ចុងស្តង់) ហើយ 10 ភាគរយចាប់ផ្តើមជាកំពកតូចៗ (កន្លែងដែលទឹកដោះត្រូវបានបង្កើត) ។



### កត្តាប្រឡូមប្រែក្លាផ្លាស់

គ្មាននរណាម្នាក់បានដឹងពីមូលហេតុច្បាស់លាស់នៃរោគមហារីកស្តង់នោះទេ ។ ការបុកទង្គិច ការធ្វើឱ្យខូច ឬការប៉ះពាល់ស្តង់ មិនបណ្តាលឱ្យមានរោគមហារីកនោះទេ ។ ខាងក្រោមនេះគឺជាកត្តាប្រឡូមប្រែក្លាផ្លាស់មួយៗបំផុតបណ្តាលឱ្យមានរោគមហារីកស្តង់ ។

- ប្រវត្តិគ្រួសារ
- គ្មានកូន
- មានរដូវរងាយពេក
- អាយុ
- ការតមអាហារ និងការជ្រើសរើសរបៀបរស់នៅ

ការមានកត្តាប្រឡូមប្រែក្លាផ្លាស់រោគមហារីកនេះមានន័យថា មនុស្សម្នាក់នេះកាន់តែមានឱកាសច្រើនកើតជំងឺនេះ ទោះបីយ៉ាងណាក៏មិនមានន័យថា មនុស្សនេះនឹងកើតរោគមហារីកនោះទេ ។ ប្រសិនបើមានការប្រឡូមប្រែក្លាផ្លាស់ មួយស្តង់មួយ ត្រូវពេទ្យ ។

### រោគសញ្ញា

រោគសញ្ញាទូទៅនៃរោគមហារីកស្តង់មានដូចជា :

- ការប្រែប្រួលស្តង់ និងចុងស្តង់ តាមអារម្មណ៍ និងការមើលឃើញ
- សារធាតុចេញពីចុងស្តង់ (សារធាតុរាវ)

### ការបង្ការ/ការរកឃើញទាន់ពេល

គោលបំណងនៃការពិនិត្យឱ្យឃើញរោគមហារីកស្តង់ទាន់ពេល គឺដើម្បីរកឱ្យឃើញរោគមហារីកមុនពេលពួកវាចាប់ផ្តើមបណ្តាលឱ្យមានរោគសញ្ញា ។ ការធ្វើតេស្តពិនិត្យរួមមានដូចជា :

- ការពិនិត្យស្តង់ដោយខ្លួនឯង (BSE) : ពិនិត្យមើលស្តង់ដោយខ្លួនឯងរាល់ខែ ដើម្បីពិនិត្យមើលដុំពក ឬការប្រែប្រួលក្នុងស្តង់ ។
- ការពិនិត្យស្តង់នៅមន្ទីរព្យាបាលរោគ (CBE) : ត្រូវពេទ្យពិនិត្យស្តង់រកមើលដុំពក ឬភាពមិនធម្មតា ។ ការពិនិត្យទាំងនេះ ជាញឹកញាប់គឺជាផ្នែកមួយនៃការពិនិត្យសុខភាពជាប្រចាំ ។
- ការឆ្លុះមើលស្តង់ : ការឆ្លុះមើលស្តង់ គឺជាការធ្វើការស្និទ្ធស្នាលលើស្តង់ ហើយអាចរកមើលឃើញដុំពកក្នុងស្តង់ មុនពេលពួកវាអាចត្រូវបានដឹង និងអាចរកឃើញសញ្ញារោគមហារីកបានទាន់ពេល ។ ទោះយ៉ាងណាក៏ដោយ ការឆ្លុះមើលស្តង់អាចមិនឃើញមានរោគមហារីក ឬរកឃើញមានការប្រែប្រួលក្នុងស្តង់ដែលមិនមែនជារោគមហារីក ។

### ការណែនាំពិនិត្យរោគមហារីកសុដន់

ប្រសិនបើអ្នកមានអាយុខ្លាំង 20 និង 30 ឆ្នាំ :

- ពិនិត្យសុដន់នៅមន្ទីរព្យាបាលរោគ (CBE) រៀងរាល់ 3 ឆ្នាំម្តង
- ពិនិត្យសុដន់ដោយខ្លួនឯងរៀងរាល់ខែ

ប្រសិនបើអ្នកមានអាយុខ្លាំង 40 និងច្រើនជាងនេះ :

- ពិនិត្យសុដន់នៅមន្ទីរព្យាបាលរោគ (CBE) រៀងរាល់ឆ្នាំ
- ពិនិត្យសុដន់ដោយខ្លួនឯងរៀងរាល់ខែ (BSE)
- ឆ្លុះមើលសុដន់ (ការស្តីអ៊ិច) រៀងរាល់ឆ្នាំ

### ការពិនិត្យរោគវិនិច្ឆ័យ និងការព្យាបាល

ប្រសិនបើមានរោគសញ្ញាណាមួយ ឬលទ្ធផលធ្វើតេស្តដែលសន្និដ្ឋានថាមានរោគមហារីក គ្រូពេទ្យនឹងព្យាយាមកំណត់ពីមូលហេតុ ។ ជីវជាលិកាសាស្ត្រ អាចតម្រូវឱ្យមានដើម្បីមើលកោសិកាមហារីក ។ ជីវជាលិកាសាស្ត្រ គឺសារធាតុរាវ ឬជាលិកាត្រូវបានយកចេញពីសុដន់ ដើម្បីជួយស្វែងរកថាតើ មានរោគមហារីកដែរឬអត់ ។

ស្ត្រីដែលមានរោគមហារីកសុដន់ មានជម្រើសព្យាបាលជាច្រើន ។

- ការវះកាត់ គឺជាការព្យាបាលរោគមហារីកភាគច្រើនបំផុត ។ មានការវះកាត់ជាច្រើនប្រភេទរួមមានដូចជា :
  - ការវះកាត់យកដុំពក គឺយកតែដុំពកសុដន់ និងជាលិកាមួយចំនួននៅជុំវិញវា ។
  - ការវះកាត់យកសុដន់ចេញ គឺជានៅពេលដែលសុដន់ទាំងមូលត្រូវបានយកចេញ ។
- ការព្យាបាលដោយការស្តី ប្រើប្រាស់ការស្តីអ៊ិចដែលមានថាមពលខ្លាំង ដើម្បីសម្លាប់កោសិកាមហារីក ។
- ការព្យាបាលតាមបែបគីមីសាស្ត្រ គឺជាការប្រើប្រាស់ថ្នាំសម្រាប់រោគមហារីក ចាក់ទៅក្នុងសរសៃឈាម ឬលេបថ្នាំ ។
- ការព្យាបាលតាមបែបអរម៉ូន គឺជាការព្យាបាលរោគមហារីកដែលបញ្ឈប់កោសិកាមហារីកមិនឱ្យរីកធំ ។

### សន្និដ្ឋាន

ស្ត្រីគ្រប់រូបមានឱកាសកើតរោគមហារីកសុដន់ ហើយវាគឺជាមូលហេតុចម្បងនៃការស្លាប់ចំពោះស្ត្រីអាមេរិកកាត់អាស៊ី ។ ទោះយ៉ាងណា ដោយមាន ការរកឃើញទាន់ពេល រោគមហារីកសុដន់អាចត្រូវបានព្យាបាលដោយជោគជ័យ ។ ចូរអនុវត្តតាមការណែនាំពិនិត្យ និងពិភាក្សាជាមួយអ្នកផ្តល់សេវា ថែទាំសុខភាពរបស់អ្នកអ្វីដែលប្រសើរបំផុតសម្រាប់អ្នក !

**ចូរចងចាំថា ការរកឃើញទាន់ពេលជួយសង្គ្រោះជីវិតបាន !**

សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែមពីកម្មវិធីពិនិត្យរោគមហារីករបស់យើង សូមទូរស័ព្ទទៅលេខ **240-777-1409** ឬចូលទៅកាន់គេហទំព័ររបស់យើងតាម **www.AAHInfo.org** ។

ប្រគេ

*Asian Breast Health, American Cancer Society National Cancer Institute, Intercultural Cancer Council, University of Southern California.*