

چگونگی تعیین وقت ملاقات:

برای خانواده خود تندرست و قدرتمند باقی بمانید.

هنگام معاینه سینه های خود آیا متوجه موارد زیر شده اید:

- تغییری در اندازه و شکل سینه خود؟
- توده ای که قبلا آن را حس نکرده باشید؟
- هر تغییری در نوک سینه که قبلا وجود نداشته است مثل خونریزی یا ترشح؟
- هر گونه تغییری در پوست اطراف سینه؟
- هر گونه تورم در منطقه زیر بغل یا ترقوه؟
- هرگونه درد غیر معمول در سینه؟



راهنمای شما برای سلامت سینه

تلفن 13 20 50 یا از طریق آنلاین وقت ملاقات بگیرید

www.breastscreen.qld.gov.au

چنانچه به مترجم نیاز دارید لطفا هنگام تعیین وقت به همکاران ما اطلاع دهید



اگر نیاز به مترجم دارید با مرکز Translating and Interpreting Service (TIS) به شماره 131 450 تماس بگیرید.

تعیین وقت ملاقات در BreastScreen کوینزلند نیازی به ارجاع توسط پزشک خانوادگی ندارد

BreastScreen کوینزلند می تواند خدمات زیر را ارائه دهد:

- تعیین وقت ملاقات گروهی
- جلسات آموزشی رایگان برای گروه های اجتماعی
- وقت ملاقات طولانی تر در صورت لزوم

هنگام گرفتن قرار ملاقات لطفا به این بروشور اشاره کنید.



غربالگری (آزمایش) سینه بهترین راه برای بررسی سلامت سینه های شماست.



Mercy
"دوست من گفت BreastScreen کوینزلند را امتحان کنم چرا که او از چگونگی مراقبت از خودش رضایت داشت."

Anna
"شما می توانید سرطان سینه را از شخص دیگری بگیرید و افرادی که دچار بیماری سرطان سینه هستند مرتکب خطایی نشده اند."

Raima
"من چند دختر دارم. مادران باید الگو و سرمشق باشند."

تهیه شده توسط بیمارستان Metro North و خدمات درمانی، کوینزلند.
تصویرپردازی شده توسط Julie Haysom.



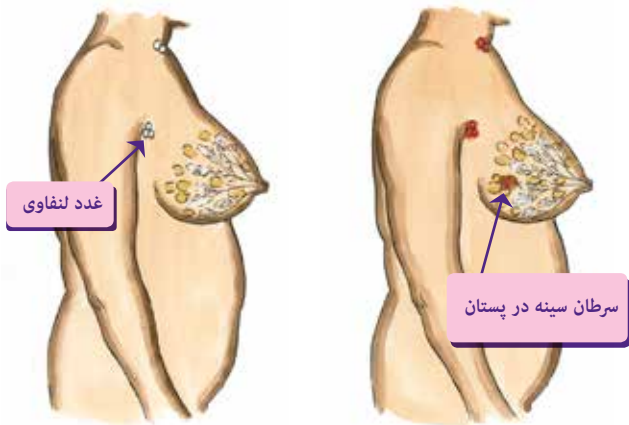
سرطان سینه چیست؟

سرطان سینه سلول های سرطانی ناسالم است که در سینه رشد می کند.

این سلول های ناسالم می تواند باعث بیماری شما شوند .

در صورت تشخیص زود هنگام این سلول های سرطانی

قابل درمان می باشند

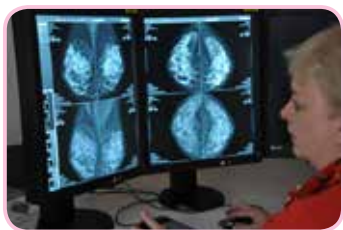


آزمایش غربالگری سینه چیست؟

غربالگری سینه آزمایشی برای تشخیص سلول های سرطانی در پستان شماست.

از یک ماشین اشعه ایکس ویژه برای عکسبرداری از درون سینه شما استفاده می گردد.

این تصاویر می تواند به پزشکان برای تشخیص وجود سلولهای سرطانی در سینه شما کمک کند



آزمایش غربالگری سینه بهترین راه برای تشخیص سلامت سینه شماست.

آزمایش غربالگری سینه می تواند تغییراتی را که کوچکتر از آن هستند که قابل مشاهده یا لمس کردن باشند ، نشان دهند.

چه کسی می تواند آزمایش غربالگری رایگان سینه داشته باشد

- همه زنان در سن ۵۰ و بالاتر.
- زنان از سن ۴۰ سالگی نیز می توانند مشارکت کنند.
- بسیار مهم است که هر دو سال یکبار آزمایش غربالگری سینه داشته باشید.

در وقت ملاقات آزمایش غربالگری سینه چه اتفاقی می افتد



یک خانم رادیوگراف با استفاده از یک دستگاه اشعه ایکس ویژه از سینه های شما عکسبرداری می کند.

سینه های شما برای مدت زمانی بسیار کوتاه فشرده خواهند شد.

سینه خود را خوب بشناسید.

شکل و فرم و حس سینه های خود را بشناسید. زنان متفاوت هستند ، بنابراین یاد بگیرید که چه چیزی برای شما "طبیعی" است. اگر متوجه تغییری در سینه خود شدید به پزشک خود اطلاع دهید.

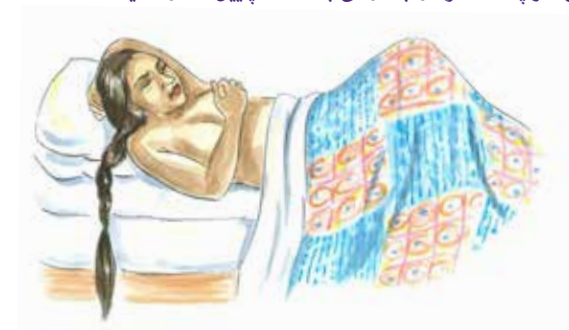
۳ راه آسان برای معاینه سینه های تان وجود دارد .



1. معاینه سینه های خود در حمام .
 - سر هر پستان خود را با نوک انگشتان خود به آرامی فشار دهید
 - گردن و ترقوه خود را حس کنید
 - زیر بغل خود را حس کنید

2. سینه های خود را در حالی که در رختخواب دراز کشیده اید معاینه کنید

- با قرار دادن یک دست در زیر سر خود صاف دراز بکشید
- تمامی هر پستان خود را به آرامی به سمت پایین فشار دهید



3. سینه خود را در آینه مشاهده کنید بدنبال علائم زیر بگردید:

- قرمزی یا تورم
- پوسته پوسته شدن یا تحریک و خارش پوست
- تغییر در اندازه سینه یا نوک سینه



معاینه منظم سینه هایتان بسیار مهم است. روش درست یا غلطی برای معاینه سینه هایتان وجود ندارد.