

# ရင်သားကင်ဆာ ဆိုတာ ဘာလဲ?

ရင်သားကင်ဆာ သည် ရင်သားတွင်ရှိသော ကလာပ်စည်းဆဲလ် များ မရပ်မနား ခွဲထွက်ပြီး ပွားများကြီးထွားခြင်းကြောင့် ဖြစ်သည်။

ဖူးရောင်နာအကျိတ် သည် ရင်သားတွင် တစ်ဖြည်းဖြည်းချင်း ကြီးထွားလာသည်။ ဤရောင်သော အစိုင်အခဲကို မိမိကိုယ်သိချိန်တွင် မိမိကိုယ်ထဲတွင် ၁၀ နှစ်ကြာ ကြီးထွားနေပြီ ဖြစ်သည်။ (အချို့ ဖူးရောင်နာအကျိတ်များသည် ပြင်းထန်စွာ ကြီးထွားမြန်သည်။)

၅၀-၇၅ ရာခိုင်နှုန်းသော ရင်သားကင်ဆာသည် နို့ရည်ပြန်မှု စတင်သည်။ ၁၀-၁၅ ရာခိုင်နှုန်းမှာမူ နို့ရည်ထုတ်လုပ်သော အမြှေးနှင့် တစ်ခြားသော ရင်သားတစ်သျှူးများတွင် စတင်ဖြစ်တတ်သည်။



Warriors of Hope

# ရင်သားကင်ဆာ ၏ ရောဂါလက္ခဏာများ



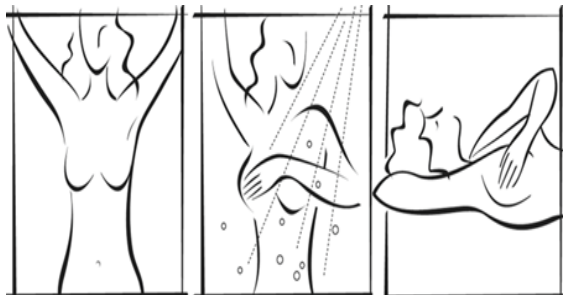
# ရောဂါဖြစ်နိုင်ချေရှိဆုံးအချက်

- ◆ အမျိုးသမီး ဖြစ်ခြင်း
- ◆ အသက်ကြီးလာခြင်း
- ◆ ကိုယ်တိုင် ရင်သားကင်ဆာ ရရှိဖူးခြင်း
- ◆ မိသားစုဝင် တစ်ဦးဦး ရင်သားကင်ဆာ ရရှိဖူးခြင်း
- ◆ ဓါတ်ရောင်ခြည် ထိတွေ့ဖူးခြင်း
- ◆ အဝလွန်ခြင်း



# ကြိုတင်ကာကွယ်ခြင်း နှင့် စောစောထုတ်ဖော်ခြင်း

မိမိရင်သားကို ကိုယ်တိုင်စမ်းသပ်ခြင်း (မိမိရင်သားကို သိပါ)

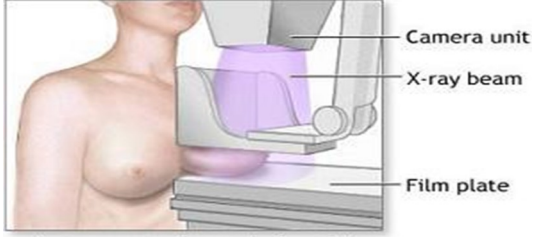


# လက်တွေ့ရင်သား စမ်းသပ်စစ်ဆေးခြင်း

- ◆ အသက် ၂၀-၃၉ နှစ် : ၃ နှစ် တစ်ကြိမ် စစ်ဆေးရန်
- ◆ အသက် ၄၀ အထက် : ၁ နှစ် တစ်ကြိမ်



ရင်သားခါတ်မှန် ရိုက်ခြင်း : အသက် ၄၀ အထက်၊ ၁ နှစ် တစ်ကြိမ် ရိုက်ရန်



In mammography, each breast is compressed horizontally, then obliquely and an x-ray is taken of each position

# အကြံပြုချက်များ

- အကယ်၍ သင်သည် ကင်ဆာဖြစ်နိုင်ချေရှိ သည့် အမျိုးသမီးတစ်ဦးဖြစ်ပါက အသက် ၄၀ မှစ၍ နှစ်တိုင်း ပုံမှန် ရင်သားခါတ်မှန် ရိုက်ရပါမည်။
- သင်သည် ရင်သားကင်ဆာ ဖြစ်နိုင်ချေရှိကြောင်းကို

# စိတ်ဝင်စားစရာ အချက်များ

- အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုတွင် နေထိုင်သော ၈ ယောက် ၁ ယောက်သော အမျိုးသမီးများသည် ရင်သားကင်ဆာ ရောဂါရရှိဖူးကြသည်။ ရင်သားကင်ဆာ သည် အမျိုးသမီးများ ကင်ဆာရရှိမှုများအနက် အဖြစ်များ ဆုံးကင်ဆာ တစ်မျိုးဖြစ်သည်။ ကင်ဆာကြောင့် အမျိုးသမီးများ သေဆုံးခြင်းတွင် ရင်သားကင်ဆာသည် ဒုတိယမြောက် အကြောင်းအရင်း တစ်မျိုးဖြစ်သည်။
- အသက်ရှင်နှုန်း ၊ အများအားဖြင့် ၅ နှစ်အတိုင်း အတာဖြင့် တိုင်းထွာသည်။ ၅ နှစ်အသက်ရှင်မှု ဆိုသည်မှာ လူတစ်ယောက်သည် ကင်ဆာရရှိကြောင်း တွေ့ရှိပြီးနောက် ၅ နှစ်တာ အသက်ရှင်ခြင်း ရာခိုင်နှုန်းအားဖြင့် ကို ဆိုလိုသည်။
- အားလုံးပေါင်းစပ်ခြင်းများအနက်၊ ရင်သားကင်ဆာ ရရှိသူအသက်ရှင်နှုန်းမှာ ၈၉ ရာခိုင်နှုန်း ဖြစ်သည်။

# အချက်အလက်များ

Milwaukee Consortium for Hmong Health, Inc.

www.mkehmonghealth.com

Office: 414-212-8087

Address: 1802 West Walnut Street Milwaukee, WI 53205

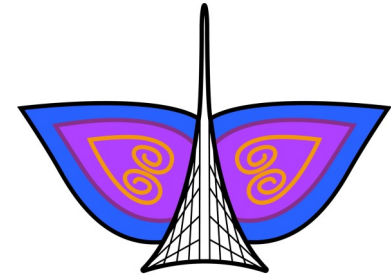
Email: MkeHmonghealth@gmail.com

Wisconsin Well Woman Program  
Prevent Cancer Foundation  
American Cancer Society

CDC.gov



မေးခွန်း သို့မဟုတ် မှတ်ချက် ရှိပါက  
Community Health  
Workers ရပ်ရွာကျန်းမာရေးလုပ်သား  
ကိုဆက်သွယ်ပါ။ အသိုင်းအဝန်းမှာ ရရှိနိုင်သော  
အချက်အလက်များကို အတတ်နိုင်ဆုံး ရှာဖွေကူ  
မှာဖြစ်ပါသည်။



MILWAUKEE CONSORTIUM FOR HMONG HEALTH, INC.

# ရင်သား ကင်ဆာ



ဘာရောဂါလဲ ပြီးတော့  
သင့်ကို ဘယ်လို အကျိုး  
သက်ရောက်မှုပေးလဲ

