

Τι άλλο μπορώ να κάνω;

Ακόμα κι αν κάνετε τακτικές μαστογραφίες, η BreastScreen ACT ενθαρρύνει όλες τις γυναίκες να γνωρίζουν το στήθος τους.

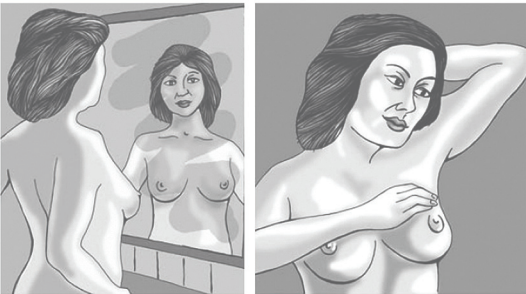
Γνώση των μαστών σας σημαίνει να γνωρίζετε την εμφάνιση και αίσθηση των μαστών σας σε διαφορετικές χρονικές στιγμές. Πολλές αλλαγές στους μαστούς είναι φυσιολογικές και παρουσιάζονται λόγω ορμονικών αλλαγών και γήρανσης. Είναι σημαντικό να ξέρετε ποια είναι η φυσιολογική εμφάνιση και αίσθηση των μαστών σας για να μπορείτε να αναγνωρίζετε τυχόν νεοεμφανιζόμενες ή ασυνήθιστες αλλαγές.

Κοιτάζετε τους μαστούς σας στον καθρέφτη και ψηλαφείτε τους κάθε τόσο.

Οι αλλαγές που θα πρέπει να προσέχετε περιλαμβάνουν:

- Νέο οζίδιο, διόγκωση ή πάχυνση στην περιοχή του μαστού ή της μασχάλης
- Οποιοσδήποτε αλλαγές στη θηλή όπως έκκριση, έλξη προς τα έξω, έλκη ή φαγούρα
- Οποιοσδήποτε αλλαγές στο μέγεθος, σχήμα ή χρώμα της θηλής ή του μαστού,
- Οποιοσδήποτε αλλαγές στο δέρμα όπως λακκούβες, ερυθρότητα ή εξάνθημα ή
- Τυχόν πρωτοεμφανιζόμενο, ασυνήθιστο ή επίμονο πόνο.

Αν παρατηρήσετε οποιαδήποτε από αυτές τις αλλαγές στους μαστούς σας, επισκεφτείτε το γιατρό σας.



Είναι σημαντικό να ελέγχετε όλο τον ιστό του μαστού από την κλείδα (κόκκαλο) του ώμου έως και πιο κάτω από τη γραμμή του σουτιέν και την περιοχή της μασχάλης.

www.health.act.gov.au

Email: breastscreen@act.gov.au

Ραντεβού: 13 20 50

Τηλέφωνο: 02 6205 1544

Φαξ: 02 6205 1394

TIS: 13 14 50

A program of



AUSTRALIA

A joint Australian, State and Territory Government Program

Προσβασιμότητα

Αν δυσκολεύεστε να διαβάσετε ένα στάνταρ έντυπο έγγραφο και θα το θέλατε σε μια εναλλακτική μορφή, παρακαλούμε καλέστε στο 13 22 81.



Αν τα Αγγλικά δεν είναι η μητρική σας γλώσσα και χρειάζεστε την Υπηρεσία μετάφρασης και διερμηνείας (TIS), παρακαλούμε καλέστε στο 13 14 50.

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με την προσβασιμότητα, επισκεφθείτε τη διεύθυνση: www.health.act.gov.au/accessibility

www.health.act.gov.au | Τηλέφωνο: 13 22 81

© BreastScreen ACT, ACT Health 2018 με την αναγνώριση της BreastScreen WA.

Canberra May 2018 Publication No 18/0289

Σώζει ζωές

Είναι δωρεάν

Θα χρειαστείτε μόνο 20 λεπτά

BreastScreen ACT

Πληροφορίες για τη μαστογραφία



13 20 50

Με υπερηφάνεια παρέχουμε υπηρεσίες υγείας στις γυναίκες της ACT

Greek version

Καρκίνος του μαστού – τα στοιχεία

Ο καρκίνος του μαστού είναι η πιο συχνή μορφή καρκίνου που απειλεί τη ζωή των γυναικών στην Αυστραλία και δεν μπορεί να προληφθεί.

Οι κυριότεροι παράγοντες κινδύνου για την ανάπτυξη καρκίνου του μαστού είναι να είσαι γυναίκα και να μεγαλώνεις ηλικιακά.

Ο καρκίνος του μαστού είναι μια ομάδα ανώμαλων κυττάρων τα οποία συνεχίζουν να αναπτύσσονται και να πολλαπλασιάζονται. Στο τέλος τα κύτταρα αυτά μπορεί να σχηματίσουν όγκο στο μαστό. Αν ο καρκίνος δεν αφαιρεθεί ή ελεγχθεί, τα καρκινικά κύτταρα μπορούν να επεκταθούν σε άλλα μέρη του σώματος και μπορεί να προκαλέσουν το θάνατο. Ο εντοπισμός καρκίνου του μαστού σε αρχικό στάδιο βελτιώνει την πιθανότητα επιτυχούς θεραπείας.

Ποιος μπορεί να κάνει μαστογραφία;

Η BreastScreen ACT παρέχει **ΔΩΡΕΑΝ** μαστογραφίες σε γυναίκες 40 ετών και άνω οι οποίες δεν παρουσιάζουν συμπτώματα στο μαστό. Η BreastScreen ACT ενθαρρύνει τις γυναίκες ηλικίας **50 έως 74** ετών να κάνουν **ΔΩΡΕΑΝ** μαστογραφία **κάθε δύο χρόνια**.

Πάνω από το 75% των καρκίνων του μαστού εμφανίζονται σε γυναίκες ηλικίας 50 ετών και άνω.

Η BreastScreen ACT σέβεται το απόρρητο και την αξιοπρέπεια κάθε γυναίκας. Η μαστογραφία είναι δική σας επιλογή. Για να πάρετε αυτή την απόφαση ίσως θα θέλατε να συζητήσετε τις περιστάσεις σας με το γιατρό σας.

Τι είναι η μαστογραφία;

Η μαστογραφία είναι μια ακτινογραφία, ή μια εικόνα, του εσωτερικού του μαστού μιας γυναίκας. Η μαστογραφία είναι η καλύτερη μέθοδος για να εντοπιστεί εγκαίρως ο καρκίνος του μαστού.

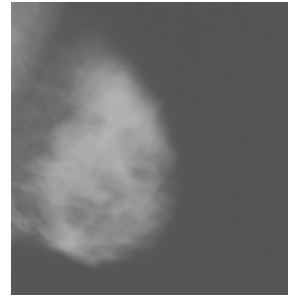


Μια μαστογραφία μπορεί να ανιχνεύσει καρκίνο του μαστού πριν εσείς ή ο γιατρός να μπορείτε να τον ψηλαφίσετε.

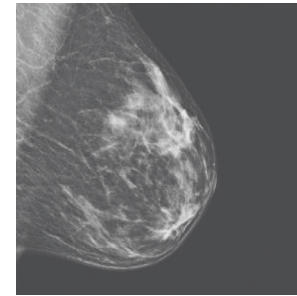
Πώς εκτελείται μια μαστογραφία;

Ο μαστός τοποθετείται προσεκτικά στο ακτινογραφικό μηχάνημα και συμπιέζεται για λίγα δευτερόλεπτα κατά τη διάρκεια της ακτινοσκόπησης. Λαμβάνονται δύο ακτινογραφίες του κάθε μαστού, η μία από πάνω και η άλλη από το πλάι. Η συμπίεση του μαστού είναι σημαντική για να ληφθεί η πιο καθαρή εικόνα και να χρησιμοποιηθεί η ελάχιστη ποσότητα ακτινοβολίας (δείτε την παρακάτω εικόνα).

Χωρίς συμπίεση η ακτινογραφία σας θα εμφανιζόταν θολή.



Με συμπίεση η ακτινογραφία σας θα είναι πολύ πιο ευκρινής.



Η συμπίεση μπορεί να σας φανεί έντονη και ενοχλητική αλλά διαρκεί μόνο λίγα δευτερόλεπτα. Μπορείτε να ζητήσετε από την ακτινολόγο να σταματήσει οποιαδήποτε στιγμή.

Ποια είναι η διαδικασία κατά την επίσκεψή μου στην BreastScreen ACT για μια ΔΩΡΕΑΝ μαστογραφία;

Συνιστάται να φοράτε ένδυμα αποτελούμενο από δύο κομμάτια, όπως μια φούστα ή παντελόνι και πουκάμισο.

Μη χρησιμοποιείτε πούδρα ή αποσμητικό την ημέρα του ραντεβού σας.

Όταν φθάσετε στην BreastScreen ACT:

- Θα σας καλωσορίσουν και θα σας ζητήσουν να συμπληρώσετε ορισμένα έντυπα.
- Θα σας οδηγήσουν σε ένα δωμάτιο για να αλλάξετε ρούχα και θα σας ζητήσουν να βγάλετε το σουτιέν σας και να ξαναφορέσετε την μπλούζα σας. Θα σας παρέχουν ρόμπα μίας χρήσης αν το ζητήσετε.
- Μια γυναίκα ακτινολόγος θα σας οδηγήσει στο δωμάτιο ακτινογραφίας και θα σας κάνει μερικές ερωτήσεις. Μετά θα σας κάνει δύο ακτινογραφίες στον κάθε μαστό.

- Η ακτινολόγος θα σας πληροφορήσει πότε μπορείτε να φύγετε.
- Οι ακτινογραφίες εξετάζονται από τουλάχιστον δύο ειδικά εκπαιδευμένους γιατρούς και καταβάλλεται κάθε προσπάθεια για να εξασφαλιστεί ότι θα λάβετε τα αποτελέσματά σας ταχυδρομικώς εντός δύο εβδομάδων.
- Ορισμένες φορές οι γυναίκες καλούνται να επιστρέψουν για περαιτέρω ακτινογραφίες. Αν χρειαστεί αυτό, μια Νοσοκόμα Αξιολόγησης Μαστού από την BreastScreen ACT θα σας τηλεφωνήσει για να το συζητήσει μαζί σας.

Πού μπορώ να κάνω μαστογραφία;

Η BreastScreen ACT έχει τρία σημεία ακτινοσκόπησης:

 Canberra City  Phillip  Belconnen

Πρόσβαση για αναπηρικά καροτσάκια διατίθεται στις κλινικές Civic και Belconnen.

Διατίθεται δωρεάν διερμηνεία, αν ζητηθεί κατά τη στιγμή του κλεισίματος του ραντεβού.

Πώς μπορώ να κλείσω ραντεβού;

Για να κλείσετε ραντεβού τηλεφωνήστε στον αριθμό 13 20 50

Αν χρειάζεστε δωρεάν διερμηνεία, καλέστε πρώτα την Υπηρεσία μετάφρασης και διερμηνείας (TIS) στο 13 14 50 και ζητήστε να σας συνδέσουν με την κεντρική υπηρεσία κρατήσεων της BreastScreen ACT στο 13 20 50.

Ομαδικές κρατήσεις

Διατίθενται και ομαδικές κρατήσεις για γυναίκες που θα προτιμούσαν να έλθουν ομαδικά. Για περαιτέρω πληροφορίες σχετικά με ομαδικές κρατήσεις, τηλεφωνήστε στο 13 20 50.

Μην καθυστερείτε – Καλέστε σήμερα

 **13 20 50**