

Rutin taramadan geçin

- Tüm kadınlar 50 yaşından itibaren her üç yılda bir düzenli olarak göğüs röntgeni (mamogram) çektirmelidir
- 70 yaş üzeri bayanlar kendi yerel göğüs görüntülemem merkezlerini arayarak veya aile doktorlarından yardım alarak kendi randevularını yaptırmalıdır
- Görüntüleme randevularınız arasında bir değişiklik fark ederseniz en kısa zamanda doktorunuza veya hemşirenize danışınız
- Görüntülemeye davet edilmek için bir aile doktoruna kayıt olmanız gerektiğini unutmayınız. Kayıtlı olduğunuz aile doktorunuzda en güncel bilgilerinizin kayıtlı olduğundan emin olunuz

Daha fazla bilgi edinmek için...

Herhangi bir sorunuz varsa doktorunuz, hemşireniz veya eczacınızla görüşebilir ya da aşağıdaki yerlerle temasa geçebilirsiniz:

Londra'daki yerel Göğüs Görüntüleme Servisiniz

Barking, Havering, Redbridge and Brentwood
Victoria Centre, Pettits Lane, Romford, Essex, RM1 4HP

☎ 01708 504823/4/5

Central & East London

St Bartholomew's Hospital, West Wing,
West Smithfield, London, EC1A 7BE

☎ 020 7601 8305

North London

Edgware Community Hospital, Deansbrook House,
Deansbrook Road, Edgware, Middlesex, HA8 9DB

☎ 020 8951 4045

South East London

King's College Hospital, Breast Screening
Administration, 4th Floor, Hambledon Wing North,
Denmark Hill, London, SE5 9RS

☎ 020 3299 1964

South West London

St George's Hospital, The Duchess of Kent Unit,
205 Blackshaw Road, London, SW17 0BZ

☎ 020 8725 2723/4/5

West London

Charing Cross Hospital, Fulham Palace Road,
London, W6 8RF

☎ 0845 8116636

Göğüs görüntüleme konusunda daha fazla bilgi için kanser görüntüleme internet sitesini ziyaret ederek bilgi edinebilirsiniz: www.cancerscreening.nhs.uk
Göğüs sağlığı konusunda destek ve bilgi için Göğüs Kanseri Derneği (Breast Cancer Care) internet sitesini ziyaret edebilir

www.breastcancercare.org.uk veya yardım hattını arayabilirsiniz 0808 800 6000 (duyma özürü arayıcılar için 0808 800 6001). Her dilde tercüme hizmeti mevcuttur.

Published September 2007

To order copies of this leaflet, email cheryl@miacis-media.co.uk

NHS

Cancer Screening

Turkish

**Siz ve
Göğüsleriniz**



Breast awareness



Göğsünüzün farkında olmak nedir?

Göğsünüzün farkında olmak vücudunuza bakmanın çok önemli bir kısmıdır. Göğsünüzü tanımak ve hayatınız boyunca oluşabilecek değişiklikleri fark etmektir.

Göğüs kanseri nedir?

Göğüsteki hücrelerin kontrolsüz bir şekilde çoğalması ile göğüs kanseri oluşur. Tedavi edilmediği sürece bu hücre gelişimi yakındaki bölgelere veya vücudun diğer kısımlarına da yayılabilir.

Neden göğüslerin farkında olunmalıdır?

- Sizin için normal olanın ne olduğunu öğrenerek, herhangi bir değişikliği daha kolay fark edebilirsiniz.
- Göğsünüzdeki değişiklikler genelde ya siz ya da partneriniz tarafından fark edilir.
- Göğüste çıkan yumruların 10 da 9'u kanser değildir ancak aile doktorunuz tarafından kontrol edilmelidir.
- Göğüs kanserinde erken teşhis daha kolay ve daha başarılı tedavi anlamına gelir.

Göğüslerinize oluşan hangi değişiklikler normaldir?

- Göğüslerinizde birinde şekil veya büyüklüğünde değişme
- Göğüsleriniz üzerinde kıllanma
- Hayatınız boyunca adet günleri, hamilelik veya menapoz gibi değişiklikler
- Adet günlerinize bağlı olarak aylık değişikliklerle göğsünüzde ağrı

Ne tür değişiklikler aramalı veya hissetmeliyim?

- Göğüslerinizde birinde şekil veya büyüklüğünde değişme
- Göğüs ucunun yön değiştirmesi
- Göğüs ucu çevresinde şişik veya iritasyon
- Göğüs ucundan akıntı
- Göğüs üzerindeki deride değişiklikler
- Koltuk altınızda veya köprücük kemiği altında şişlik
- Göğsünüzün bir kısmında veya koltuk altınızda sürekli ağrı

Ne zaman kontrol edip hissetmem gerekir?

- Bu iş yapmanın doğru veya yanlış bir zamanı ve bir yöntemi yoktur
- Tüm göğsünüzü ve yakın bölgeler ile koltuk altınızı kontrol edin
- Sizin için rahat olan bir yöntem bularak bu kontrolü alışkanlık haline getirin

Aşağıdaki 5 aşamayı uygulayın

1. Sizin için neyin normal olduğunu bilin
2. Ne tür değişiklikler aradığınızı bilin
3. Bakın ve hissedin
4. Herhangi bir değişikliği gecikmeden aile doktorunuza bildirin
5. 50 yaş ve üzerindeyseniz rutin göğüs görüntülemesi alın

