



BreastScreen
Aotearoa

Tagalog (Tagalog)

Screening para sa kanser sa suso

Pagsali sa BreastScreen Aotearoa

TimeToBreastScreen.nz

Breast screening at kanser

Ang breast screening ay ang pagsasagawa ng regular na mammogram tuwing 2 taon upang suriin ang mga palatandaan ng kanser sa suso, ang pinakakaraniwang kanser na nakakaapekto sa mga babae sa New Zealand.

Ang screening ay nagliligtas ng buhay sa pamamagitan ng pagtuklas ng kanser sa suso bago pa man lumitaw ang anumang sintomas. Karamihan sa mga kanser sa suso ay nagagamot kung matutuklasan at magagamot nang maaga bago pa ito lumaki o kumalat.

Ano ang mammogram?

Ang mammogram ay isang uri ng x-ray. Ito ay isang digital na larawan na nagpapakita ng loob ng iyong suso upang tingnan kung may anumang palatandaan ng kanser sa suso.



Habang isinisagawa ang mammogram, ang bawat suso ay pinipisil nang mahigpit sa pagitan ng dalawang plate nang hanggang isang minuto upang makakuha ng malinaw na mga larawan. Hihilingin sa iyo na maghubad mula baywang pataas at bibigyan ka ng hospital gown o pansapin sa katawan na isusuot.

Ang mammogram ay ginagawa sa mga klinika at mga mobile unit sa buong New Zealand. Sinumang karapat-dapat ay awtomatikong iniimbitahan na magpatala, at libre ang paglahok.

Ang maagang pagkatuklas ang iyong pinakamahusay na proteksyon.



Scan the QR code to access available translations of BSA brochures into languages other than English and formats including Braille, audio, Large Print, Easy Read and NZSL.

FREEPHONE

0800 270 200

Ano ang BreastScreen Aotearoa?

Ang BreastScreen Aotearoa ay isang libreng pambansang programa ng pagsusuri sa suso na tumitingin kung may mga palatandaan ng kanser sa suso.

Ang pambansang programa ay kasalukuyang nag-aalok ng libreng mammogram (mga x-ray ng suso) tuwing 2 taon para sa mga karapat-dapat na kababaihan na walang sintomas ng breast cancer.

Pagsali sa BreastScreen Aotearoa at pag-iskedyul ng iyong mga mammogram

Kung ikaw ay karapat-dapat at nakatakda nang magpa-mammogram sa BreastScreen Aotearoa, makakatanggap ka ng imbitasyon sa pamamagitan ng email, text o liham. Maaari kang magparehistro at magpa-book:

- online gamit ang **secure personalised link** sa iyong imbitasyon, o
- sa libreng tawag (toll-free): **0800 270 200**.

Kung sa palagay mo ay karapat-dapat kang sumailalim sa screening ngunit hindi ka pa nakatanggap ng imbitasyon, mangyaring ipaalam ito sa amin sa pamamagitan ng pagtawag sa freephone, o sa pamamagitan ng pagsagot sa enrolment form na makukuha sa **TimeToBreastScreen.nz**

Karapat-dapat ba ako?

Ikaw ay karapat-dapat na makilahok sa BreastScreen Aotearoa kung ikaw ay:

- isang babae na may edad 45 hanggang 69, o kwalipikado para sa pinalawak na saklaw ng edad (age range) na hanggang 74 taong gulang
- walang sintomas ng kanser sa suso
- hindi nagpa-mammogram sa loob ng nakaraang 12 buwan
- hindi buntis
- may karapatan sa mga serbisyong pampublikong pangkalusugan sa New Zealand¹
- walang kanser sa suso nang hindi bababa sa 5 taon.

Kung hindi ka kwalipikado, kumonsulta sa iyong doktor o hauora healthcare provider tungkol sa iyong panganib na magkaroon ng kanser sa suso. Gayundin, bantayan ang anumang palatandaan ng kanser sa suso at makipag-usap sa iyong healthcare provider sa lalong madaling panahon kung may mapansin kang pagbabago sa iyong mga suso.

Kung ikaw ay nagpapasuso, ipaalam ito sa iyong screening provider kapag nagpa-appointment ka.

¹ Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa kung sino ang maaaring makatanggap ng mga serbisyong personal na pangkalusugan at mga serbisyong pangkapansanan na pinopondohan ng pamahalaan sa New Zealand, bisitahin ang [tewhatauora.govt.nz/corporate-information/our-health-system/eligibility-for-publicly-funded-health-services](https://www.tewhatauora.govt.nz/corporate-information/our-health-system/eligibility-for-publicly-funded-health-services)

Pagpapalawak ng sakop na edad para sa breast screening

Itataas na ng BreastScreen Aotearoa ang saklaw ng kwalipikadong edad sa programa para sa libreng pagsusuri sa suso na magsisimula sa mga kababaihang may edad na 70 at 74.

Tuwing Oktubre, ang saklaw ng edad ay palalawakin ng tig-iisang taon hanggang ang lahat ng karapat-dapat na kababaihan na may edad na 70 hanggang 74 ay maisama. Ito ay ganap nang maipapatupad pagsapit ng Oktubre 2029.

Buong New Zealand

(maliban sa Nelson at Marlborough)

Mula Oktubre 2025, ikaw ay karapat-dapat para sa:

- libreng mammogram tuwing 2 taon hanggang sa ikaw ay mag-75 taong gulang, kung ikaw ay magiging 70 taong gulang sa o pagkatapos ng 1 Oktubre 2025
- isang huling screening sa edad na 74, kung ikaw ay nasa 70 hanggang 74 bago ang 1 Oktubre 2025.

Nelson at Marlborough

Mula Oktubre 2024, kung ikaw ay nakatira sa Nelson at Marlborough, ikaw ay karapat-dapat para sa:

- libreng mammogram tuwing 2 taon hanggang sa ikaw ay mag-75 taong gulang, kung ikaw ay naging 70 taong gulang noon o pagkatapos ng 1 Oktubre 2024
- isang huling screening sa edad na 74, kung ikaw ay nasa 70 hanggang 74 bago ang 1 Oktubre 2024.

Bisitahin ang **TimeToBreastScreen.nz** o mag-freephone sa **0800 270 200** tupang malaman ang higit pa tungkol sa mga pagbabagong ito.

Nasa iyo kung ano ang pipiliin mo

Maaari mong piliing lumahok sa BreastScreen Aotearoa. Maaari kang mag-opt out sa programa anumang oras. Maaari ka ring muling sumali anumang oras, basta't karapat-dapat ka pa rin.

Kung magpasya kang hindi sumali sa programa, ikaw o ang iyong healthcare provider ay maaari pa ring mag-ayos ng iyong mammogram, ngunit maaaring hindi ito libre at ang mga resulta ay hindi itatala sa BreastScreen Aotearoa.

Upang matulungan kang makapagpasya, may karagdagang impormasyong nakapaloob sa polyetong ito at online sa **TimeToBreastScreen.nz**. Maaari ka ring makipag-usap sa iyong doktor, nars, o hauora provider o mag-freephone sa **0800 270 200**.

Kung kailangan mo ng suporta sa pag-aayos o pagdalo sa mga appointment, may makukuhang tulong, at may mga Māori o Pacific provider na available sa ilang lugar. Alamin ang tungkol sa **Screening Support Services** sa **info.health.nz/keeping-healthy/cancer-screening/screening-support-services-in-aotearoa-new-zealand**

Ano ang kailangan mong malaman

Ang screening ay nagliligtas ng mga buhay

Ang mammogram ay nakakatulong na matukoy ang kanser habang maaga sa pamamagitan ng pagpapakita ng mga pagbabago sa loob ng suso bago pa ito maramdaman. Mas mataas ang tsansang makaligtas sa breast cancer, at maaaring mas madali ang gamutan, kapag ang kanser ay matutuklasan nang maaga at maliit pa.

Sa New Zealand, ang mga kababaihang natuklasang may kanser sa suso sa pamamagitan ng screening ay mas malamang na hindi mamatay mula rito kumpara sa mga natuklasan ang kanser sa suso ngunit hindi kasama sa screening programme.

Nakapagpababa ang screening sa bilang ng mga namamatay dahil sa kanser sa suso nang sangkatlo (one-third o humigit-kumulang 33%)².

Karamihan ng mga taong nagkaroon ng kanser sa suso ay walang kasaysayan nito sa pamilya. Kaya mahalagang maging maalam sa anumang pagbabago sa iyong mga suso at regular na magpa-mammogram kahit ano pa man ang kasaysayan sa inyong pamilya. Kung mayroong kasaysayan sa pamilya mo, maaaring bahagyang mas mataas ang iyong panganib.

Ang posibilidad ng kanser sa suso ay tumataas din habang tumatanda.

Mas kaunting paggamot

Ang maagang pagkatuklas ng kanser sa suso ay maaaring mangahulugan na mas madali itong gamutin, gamit ang mga opsyon kung saan hindi gaanong masalimuot o mabigat ang kinakailangang gamutan. Ito ay lalong mahalaga para sa mga nakatatandang kababaihan, na maaaring may iba pang malulubhang kondisyon sa kalusugan na kailangan ding alagaan.

Isang napatunayang paraan ng pagtuklas ng kanser

Sa mga kababaihang sumasailalim sa screening, natutukoy ng mammogram ang 8 o 9 sa bawat 10 kaso ng kanser.

Mahalaga pa ring bantayan ang anumang pagbabago sa iyong mga suso sa pagitan ng mga mammogram at agad na makipag-usap sa iyong healthcare provider tungkol sa anumang bagong pagbabago.

May ilang uri ng kanser na maaaring hindi magdulot ng pinsala sa iyo

Maaaring matukoy ng mammogram ang maliliit na kanser sa suso na hindi matutuklasan kung hindi ka sasailalim sa screening. Ang ilan sa mga kanser na ito ay maaaring hindi na lumaki nang sapat upang maging banta sa buhay. Para sa maliit na bilang ng mas matatandang kababaihan na may iba pang malubhang kondisyon sa kalusugan, ang ilang kanser sa suso na natutukoy sa pamamagitan ng screening ay hindi magiging nakakapinsala sa natitirang bahagi ng kanilang buhay.

Dahil hindi posibleng matukoy kung aling mga kanser ang magiging mapanganib, binibigyan ng paggamot ang lahat ng matutuklasang kanser. Maaaring talakayin ang mga opsyon sa paggamot kasama ang iyong espesyalista.

² tewhaturora.govt.nz/publications/cohort-and-case-control-analyses-of-breast-cancer-mortality-breastscreen-aotearoa-1999-2011/

Hindi natutukoy ng mammogram ang lahat ng kanser

Maaaring may ilang kanser na hindi makita sa mammogram, at maaari ring magkaroon ng kanser sa pagitan ng mga nakatakandang screening appointment. Maaaring magmukhang normal ang mammogram kahit may kanser sa isang bahagi ng suso. Sa pangkalahatan, mas madaling matukoy ang breast cancer sa mga nakatatandang babae dahil sa pagkakaiba ng tisyu ng suso.

Ang siksik na tisyu ng suso ay maaaring magpahirap sa pagtuklas ng kanser sa suso. Ang Health New Zealand | Te Whatu Ora ay pinag-aaralan ang paggamit ng artificial intelligence upang sukatin ang densidad ng suso sa hinaharap.

Mahalagang maglaan ng oras upang matutunan ang normal na hitsura at pakiramdam ng iyong mga suso.

Ilan sa mga palatandaan ng breast cancer ay maaaring kabilang ang:

- isang bagong bukol sa suso o kili-kili
- mga pagbabago sa hugis o laki ng suso
- mga pagbabago sa balat ng suso tulad ng paglubog (dimpling), pagkunot (puckering), o pagkapal (thickening)
- mga pagbabago sa utong, tulad ng paglubog o pagbaligtad papasok ng utong (inverted/retracted nipple), mga sugat (ulcers), o bagong pangangati
- pagtagas mula sa utong o pagdurugo
- patuloy na pamumula
- pananakit ng suso na hindi nawawala.

Kung mapapansin mo ang alinman sa mga ito, huwag nang hintayin ang iyong susunod na mammogram, magpatingin agad sa iyong healthcare provider sa lalong madaling panahon.

Radiation

Tulad ng lahat ng x-ray, ang mammogram ay naglalantad sa iyo sa napakaliit na radyasyon, ngunit malamang na hindi ito magdudulot ng pinsala.

Pananakit at pag-aalala

Maaaring hindi komportable o masakit ang breast screening para sa ilang kababaihan, at maaari rin itong magdulot ng pag-aalala. Maaari kang magdala ng tagasuporta o kapamilya kung nais mong may kasama ka bago at pagkatapos ng iyong mammogram.

Makipag-usap sa iyong doktor, nars, o hauora provider tungkol sa breast screening, at alamin ang higit pang impormasyon sa

TimeToBreastScreen.nz



BreastScreen
Aotearoa

Health New Zealand
Te Whatu Ora

Te Kāwanatanga o Aotearoa
New Zealand Government