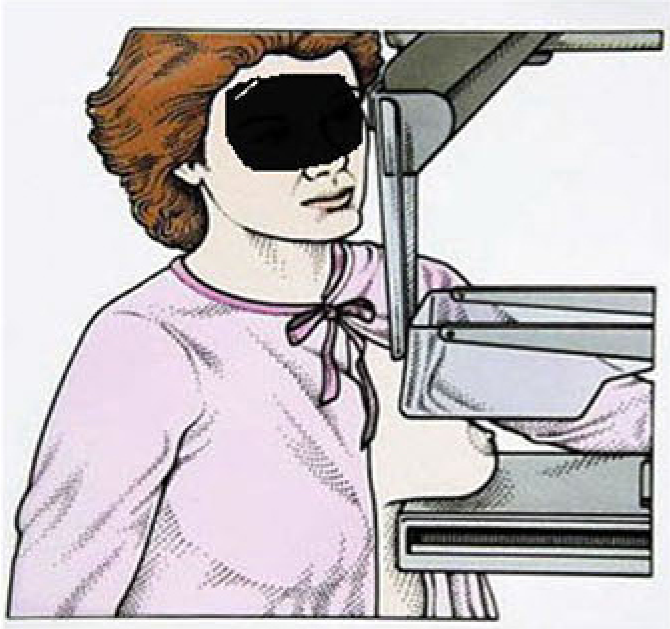
Dr. Ritesh Prajapati
m: 9825891800

માર્ગદર્શિકા
સ્તન કેન્સર અને મેમોગ્રાફી

મેમોગ્રાફી એટલે શું ?
ક્ષ-કિરણની મદદથી સ્તનનાં દર્દોનું નિદાન કરાય તેને મેમોગ્રાફી કહેવાય છે.

મેમોગ્રાફી કેવી રીતે થાય છે ?



ઉપર દર્શાવેલ તસ્વીર પ્રમાણે સ્તનને ખાસ તૈયાર કરવામાં આવેલ હોલ્ડરમાં મૂકી થોડું દબાણ આપી એક્સ-રે પાડવામાં આવે છે.

મેમોગ્રાફી શા માટે ?
સ્તન કેન્સરનું નિદાન જલ્દીમાં જલ્દી કરવાનું મેમોગ્રાફીથી શકય બને છે. ગાંઠ જેવું લાગે તેની પણ બે વર્ષ પહેલા.

X-RAY HOUSE, ANAND

જો સ્તન કેન્સર આ રીતે જલ્દી પકડાય તો ૯૦ ટકા કિસ્સાઓમાં એનો સફળતાપૂર્વક ઈલાજ શકય બને છે. શરૂઆતના તબક્કે પકડાય તો સ્તન દૂર કરવાની પણ જરૂર પડતી નથી.

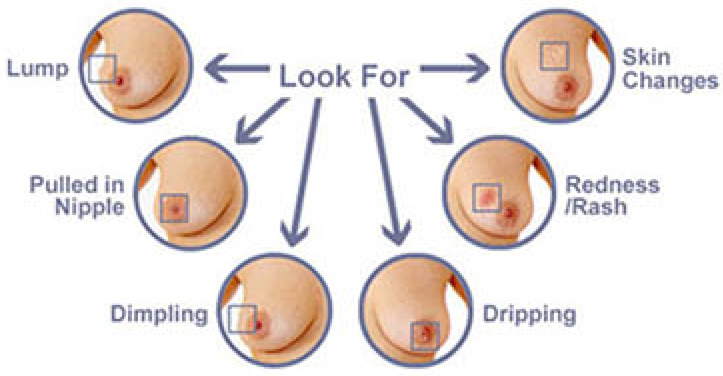
મેમોગ્રાફી એ સ્તનનું કેન્સર પારખવાની એકદમ સાદી, સરળ રીત છે. રોગ પહેલા પકડાય તો જિંદગી બચાવી શકાય છે. આથી મેમોગ્રાફી અને દાકતરી પરિક્ષણનો સંયુકત ઉપયોગ આપના જીવન અને સ્વાસ્થય માટે આશીર્વાદરૂપ બની શકે છે.

જોખમી પરિબળો :
નીચે જણાવેલ કારણો સ્ત્રીઓમાં સ્તન કેન્સર થવા માટે વધારે જવાબદાર છે. (એનો અર્થ એ નથી થતો કે નીચેના પરિબળોથી જ સ્તન કેન્સર થાય છે.)

- વધતી ઉંમર.
- માતા કે બહેનને સ્તન કેન્સર હોય તો પારિવારીક સંબંધથી કેન્સર થવાની શકયતા રહેલી છે.
- ત્રીસ વર્ષ બાદની પ્રથમ પ્રસૂતિ (મોટી ઉંમરે પ્રસૂતિ).
- બાળક ના હોવું.
- સ્ત્રી કે જેણે બાળકને કદાપિ સ્તનપાન કરાવ્યું જ ન હોય.
- મોટી ઉંમરે રજોનિવૃત્તિ થવી (૫૫ વર્ષ બાદ)
- ખાણી-પીણીની ટેવ જેવી કે દારૂ-શરાબ,ચરબીયુકત પ્રાણીજન્ય પદાર્થો તથા જાડાપણું.
- આંતઃસ્ત્રાવીક સારવાર.

નીચે દર્શાવેલ ચિહ્નો જો જણાતાં હોય તો તાત્કાલિક રીતે કેન્સરની ચકાસણી કરાવવી જરૂરી છે.

જોખમી ચિન્હો :



- સ્તનના આકાર અને કદમાં અપ્રમાણસરનો ફેરફાર થવો બદલાઈ જવો.
- કોઈપણ એક નીપલની જગ્યામાં ફેરફાર થવો.
- કોઈપણ એક નીપલનું અંદરની બાજું ખેંચાઈ જવું.
- સ્તન ઉપર સોજો લાગવો.
- નીપલ કે સ્તન ઉપર ખરજવું થવું. સ્તનની ચામડી જાડી કે ખરબચડી થઈ જવી.
- કોઈપણ એક સ્તનની ઉપર લોહીની નસો વધુ પડતી બહાર દેખાવી.
- નીપલમાંથી લોહી-પ્રવાહીનો અસામાન્ય સ્ત્રાવ થવો.
- નાની દુ:ખાવા વગરની ગાંઠ

જો સ્તનનું કેન્સર બને તેટલું વહેલું નિદાન થાય તો સંપૂર્ણપણે નાબૂદ કરી શકાય છે.

સ્તન કેન્સરના વહેલા નિદાન માટેની ત્રણ પધ્ધતિઓ :

ઉંમરવર્ષ	૧.જાત તપાસ	૨.તબીબી તપાસ	૩. મેમોગ્રાફી
૨૦ થી ૪૦	દર મહિને	દર ત્રણ વર્ષે	૩૫ થી ૪૦ વયની વચ્ચે એક વખત
૪૦ થી ૫૦	દર મહિને	દર વર્ષે	૧ કે ૨ વર્ષે
૫૦ વર્ષથી વધુ	દર મહિને	દર વર્ષે	દર વર્ષે

Normal mammogram — Benign cyst (not cancer) — Cancer

મેમોગ્રાફીમાં દુ:ખાવો થાય ?
હાથ દબાવતાં જેવું દબાણ આવે તેટલું થોડીકવાર માટે દબાણ થાય.

મેમોગ્રાફી કોન કરશે ?
મહિલા ડોક્ટર અને મહિલા ટેકનીશિયન તમારૂં મેમોગ્રાફી કરશે.

મેમોગ્રાફીસરળ છે ?
મેમોગ્રાફીમાં ફકત આટલું જ કરવાનું હોય છે.

સ્તનને પ્લાસ્ટીમની બે પ્લેટ વચ્ચે રાખીને થોડું દબાણ આપવું પડતું હોય છે જેથી તેની છાપ એકદમ સ્પષ્ટ આવે. એમાં કોઈ ઈન્જેકશન આપવાનું હોતું નથી. આમાં થોડી મિનીટોથી વધારે સમય લાગતો નથી.

મેમોગ્રાફી કરાવતાં પહેલાના જરૂરી સુચનો ?

- મેમોગ્રાફી કરાવાવની દિવસે આપના શરીર ઉપર અત્તર કે ડીઓડરન્ટ ના છાંટશો. તેમાં વપરાતા અમુક રસાયણોથી આપના મેમોગ્રાફીના રિઝલ્ટ (નિદાન)માં ખોટાં અર્થઘટન સર્જાય છે.
- બને ત્યાં સુધી ૨ ભાગમાં વહેંચી શકાય તેવા કપડાં પહેરશો (પંજાબી, પેન્ટ તથા ટી-શર્ટ-ટોપ વગેરે). આપને કમરથી ઉપરનો ભાગ મેમોગ્રાફી સમયે ખુલ્લો કરવામાં સરળતા રહેશે.
- આપના માસિક સમાપ્ત થયા પછીના ટૂંક સમયમાં મેમોગ્રાફી કરાવવાનું આયોજન કરશો.

સત્ય હકીકતો

- સ્ત્રીઓમાં સ્તન કેન્સરનું પ્રમાણ મોખરે છે.
- મેમોગ્રાફી દ્વારા જ તેનું નિદાન થઈ શકે, ચિહ્નો હોય કે ન હોય.
- ૪૦ વર્ષ પછી દરેક સ્ત્રીએ મેમોગ્રાફી કરાવવી જરૂરી છે.
- કુટુંબમાં મા-બહેન, નાની વગેરેને જો સ્તન કેન્સર થયું હોય તો મેમોગ્રાફી કરાવવી અત્યંત જરૂરી છે.

વધુ માહિતી માટે સંપર્ક કરો:
X-RAY House
Basic to the best of Imaging...
એક્સ-રે હાઉસ,નવા બસસ્ટેશન પાસે,યોગી પેટ્રોલ પંપ સામે,કલ્પના સિનેમા રોડ,આણંદ.
ફોન નં: 257001, 266969 (02692)
Mo: 9978900738, 9913600136