

Time to screen BreastScreen Aotearoa

فارسی (Farsi)

غربال‌گری سرطان پستان

پیوستن به برنامهٔ غربال‌گری سرطان پستان آئوتئاروا (BreastScreen Aotearoa)

TimeToBreastScreen.nz

آنچه باید بدانید

غربال‌گری، نجات‌بخش جان‌هاست

ماموگرافی با نشان دادن تغییرات داخل پستان پیش از آنکه چیزی قابل لمس باشد، به تشخیص زودهنگام سرطان کمک می‌کند. اگر سرطان پستان زودهنگام و زمانی که هنوز کوچک است تشخیص داده شود، احتمال زنده ماندن شما بیشتر است و درمان آن نیز ممکن است آسان‌تر باشد.

در نیوزیلند، احتمال مرگ ناشی از سرطان پستان در بانوانی که سرطان پستان آن‌ها از طریق غربال‌گری تشخیص داده می‌شود، کمتر از بانوانی است که سرطان پستان آن‌ها خارج از برنامه غربال‌گری تشخیص داده می‌شود. غربال گری سرطان، مرگ ومیر ناشی از سرطان پستان را تا یک سوم کاهش داده است[2].

بیشتر افرادی که به سرطان پستان مبتلا می‌شوند، هیچ سابقه خانوادگی از این بیماری ندارند. به همین دلیل، مهم است که نسبت به هرگونه تغییر در پستان‌های خود آگاه باشید و صرف‌نظر از سابقه خانوادگی، به‌طور منظم ماموگرافی انجام دهید. اگر سابقه خانوادگی سرطان پستان دارید، ممکن است خطر ابتلا به این بیماری در شما اندکی بیشتر باشد.

احتمال ابتلا به سرطان پستان با افزایش سن نیز بیشتر می‌شود.

درمان‌های کمتر

تشخیص زودهنگام سرطان پستان می‌تواند به معنای درمان آسان‌تر و استفاده از گزینه‌هایی باشد که افراد بهتر می‌توانند آن‌ها را تحمل کنند. این موضوع به‌ویژه برای بانوان سالمند اهمیت دارد زیرا ممکن است هم‌زمان، با بیماری‌های جدی دیگری نیز درگیر باشند که نیاز به مدیریت دارند.

روشی اثبات‌شده برای تشخیص سرطان

در میان بانوانی که در برنامهٔ غربال‌گری شرکت می‌کنند، ماموگرافی ۸ یا ۹ مورد از هر ۱۰ مورد سرطان را پیدا می‌کند.

همچنان مهم است که در فاصلهٔ بین ماموگرافی‌ها به هرگونه تغییر در پستان‌های خود توجه کنید و در صورت مشاهدهٔ هر تغییر جدید، فوراً با ارائه‌دهندهٔ خدمات سلامت خود مشورت کنید.

برخی سرطان‌ها ممکن است به شما آسیبی نرسانند

ماموگرافی می‌تواند سرطان‌های کوچک پستان را که در صورت انجام ندادن غربال‌گری شناسایی نمی‌شدند، تشخیص دهد. برخی از این سرطان‌ها ممکن است هرگز به اندازه‌ای رشد نکنند که تهدیدکننده زندگی شوند. در تعداد اندکی از زنان سالمند که به بیماری‌های جدی دیگری نیز مبتلا هستند، برخی از سرطان‌های پستان که از طریق غربال‌گری تشخیص داده می‌شوند، در طول باقی‌ماندهٔ عمرشان هرگز به حالت خطرناک تبدیل نخواهند شد.

از آن‌جا که نمی‌توان گفت کدام سرطان‌ها در آینده خطرناک خواهند شد، برای همهٔ سرطان‌های شناسایی‌شده درمان ارائه می‌شود. گزینه‌های درمانی را می‌توانید با پزشک متخصص خود مطرح و دربارهٔ آن‌ها گفت‌وگو کنید.

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

ماموگرافی قادر به تشخیص همهٔ سرطان‌ها نیست

ماموگرافی ممکن است برخی سرطان‌ها را تشخیص ندهد و سرطان می‌تواند در فاصلهٔ بین نوبت‌های غربال‌گری ایجاد شود. ممکن است نتیجهٔ ماموگرافی طبیعی به نظر برسد، حتی اگر سرطانی در قسمتی از پستان وجود داشته باشد. به‌طور کلی، سرطان‌های پستان در زنان مسن‌تر به دلیل تفاوت در بافت پستان راحت‌تر قابل تشخیص هستند.

بافت متراکم پستان می‌تواند تشخیص سرطان پستان را دشوارتر کند. سازمان Health New Zealand | Te Whatu Ora در حال بررسی استفاده از هوش مصنوعی برای اندازه‌گیری تراکم پستان در آینده است.

مهم است که برای شناخت ظاهر و قوام عادی (نرمال) پستان‌های خود وقت بگذارید.

برخی علائم سرطان پستان می‌توانند شامل موارد زیر باشند:

- پیدا شدن یک توده جدید در پستان یا زیر بغل
- تغییرات در شکل یا اندازه پستان
- تغییرات در پوست پستان، مانند ایجاد فرورفتگی، چروکیدگی یا ضخیم شدن پوست
- تغییرات در نوک پستان، مانند برگشتن نوک پستان به داخل، ایجاد زخم یا بروز خارش جدید
- ترشح یا خون‌ریزی از نوک پستان
- قرمزی مداوم
- دردی در پستان که از بین نمی رود.

اگر هر یک از این علائم را مشاهده کردید، منتظر ماموگرافی بعدی نمانید و در اسرع وقت به ارائه‌دهندهٔ خدمات سلامت خود مراجعه کنید.

پرتودرمانی (رادیوتراپی)

مانند همهٔ اشعه‌های ایکس، ماموگرافی شما را در معرض مقدار بسیار کمی تابش قرار می‌دهد، اما این میزان به‌احتمال زیاد باعث آسیب نمی‌شود.

درد و نگرانی

غربال‌گری سرطان پستان می‌تواند برای برخی زنان ناراحت‌کننده یا دردناک باشد و همچنین باعث نگرانی شود. اگر مایل باشید، می‌توانید یک فرد حامی یا یکی از اعضای خانواده را همراه خود بیاورید تا قبل و بعد از ماموگرافی در کنار شما باشد.

دربارهٔ غربال‌گری سرطان پستان با پزشک، پرستار یا ارائه‌دهندهٔ خدمات سلامت هااورای خود صحبت کنید و اطلاعات بیشتر را در **TimeToBreastScreen.nz** بیابید.

Health New Zealand
Te Whatu Ora

Te Kāwanatanga o Aotearoa
New Zealand Government

Time to screen BreastScreen Aotearoa

This resource is available from **healthed.govt.nz** or your local Authorised Provider. Revised September 2026. **HE10113-FAS**

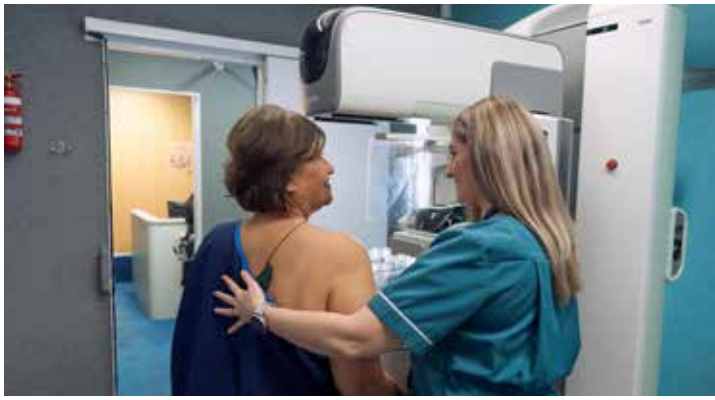
غربال‌گری و سرطان پستان

غربال‌گری سرطان پستان یعنی هر دو سال یک‌بار برای انجام ماموگرافی مراجعه کنید تا از نظر وجود نشانه‌های سرطان پستان بررسی شوید. سرطان پستان شایع‌ترین نوع سرطان در بانوان در نیوزیلند است.

غربال‌گری با تشخیص سرطان پستان پیش از آن که حتی علائمی ایجاد شود، جان افراد را نجات می‌دهد. بیشتر سرطان‌های پستان، اگر زودهنگام و پیش از آنکه بتوانند رشد کنند یا پخش شوند، تشخیص داده و درمان شوند، قابل درمان هستند.

ماموگرافی (Mammogram) چیست؟

ماموگرافی نوعی تصویربرداری با اشعهٔ ایکس است. این تصویر دیجیتال، داخل پستان را نشان می‌دهد تا هرگونه علائم سرطان پستان بررسی شود.



در طول انجام ماموگرافی، هر پستان تا حدود یک دقیقه به‌طور محکم بین دو صفحه فشرده می‌شود تا تصاویر واضحی از آن گرفته شود. از شما خواسته می‌شود لباس‌های خود را از کمر به بالا درآورید و یک روپوش کوتاه یا گان برای پوشیدن به شما داده می‌شود.

خدمات ماموگرافی در کلینیک‌ها و واحدهای سیار در سراسر نیوزیلند انجام می‌شود. از همه افراد واجد شرایط به‌طور خودکار برای ثبت‌نام دعوت می‌شود و شرکت در این برنامه رایگان است.

تشخیص زودهنگام، بهترین روش حفظ سلامت شماست.

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.

تماس با شماره تلفن رایگان

0800 270 200

برنامهٔ غربال‌گری سرطان پستان آئوتئاروا (BreastScreen Aotearoa) چیست؟

برنامهٔ غربال‌گری سرطان پستان آئوتئاروا (BreastScreen Aotearoa) یک برنامهٔ ملی و رایگان غربال‌گری سرطان پستان است که برای بررسی وجود نشانه‌های سرطان پستان انجام می‌شود.

این برنامهٔ ملی هم‌اکنون برای بانوان واجد شرایط که هیچ‌گونه علائم سرطان پستان ندارند، هر دو سال یک‌بار ماموگرافی رایگان ارائه می‌دهد.

ثبت‌نام در برنامهٔ غربال‌گری سرطان پستان آئوتئاروا (BreastScreen Aotearoa) و رزرو نوبت‌های انجام ماموگرافی شما

اگر واجد شرایط باشید و زمان انجام ماموگرافی شما در BreastScreen Aotearoa فرا رسیده باشد، دعوت‌نامه‌ای از طریق ایمیل، پیامک یا نامه برای شما ارسال خواهد شد. شما می‌توانید ثبت‌نام کرده و نوبت انجام ماموگرافی خود را به روش‌های زیر رزرو کنید:

- به‌صورت آنلاین، از طریق **پیوند (لینک) شخصی و امن** که در دعوت‌نامه شما درج شده است، یا
- از طریق تماس رایگان با شماره تلفن **0800 270 200**.

اگر فکر می‌کنید واجد شرایط هستید اما دعوت‌نامه‌ای دریافت نکرده‌اید، لطفاً با تماس با شماره تلفن رایگان به ما اطلاع دهید یا فرم ثبت‌نام موجود در وب‌سایت **TimeToBreastScreen.nz** را تکمیل کنید.

آیا من واجد شرایط هستم؟

شما در صورت داشتن شرایط زیر، واجد شرایط شرکت در برنامهٔ BreastScreen Aotearoa هستید:

- اگر شما یک بانوی ۴۵ تا ۶۹ ساله هستید یا واجد شرایط محدودهٔ سنی وسیع‌تر گسترش‌یافته تا ۷۴ سالگی باشید
- هیچ‌گونه علامتی از سرطان پستان نداشته باشید
- در ۱۲ ماه گذشته ماموگرافی انجام نداده باشید
- باردار نباشید
- واجد شرایط دریافت خدمات سلامت عمومی/همگانی در نیوزیلند باشید[1]
- حداقل به مدت پنج سال عاری از سرطان بوده باشید.

اگر واجد شرایط نیستید، دربارهٔ خطر ابتلای خود به سرطان پستان، با پزشک یا ارائه‌دهنده خدمات سلامت هااورای (Hauora provider) خود مشورت کنید. همچنین مراقب هرگونه نشانهٔ سرطان پستان باشید و اگر متوجه هرگونه تغییری در پستان‌های خود شدید، در اسرع وقت با ارائه‌دهنده خدمات سلامت خود مشورت کنید.

اگر در دوران شیردهی هستید لطفاً هنگام تعیین وقت، این موضوع را به مرکز یا ارائه‌دهندهٔ خدمات غربال‌گری خود اطلاع دهید.

1 برای اطلاعات بیشتر درباره شرایط واجد شرایط بودن برای دریافت خدمات سلامت شخصی و خدمات مرتبط با معلولیت که هزینه آن‌ها از محل بودجه همگانی در نیوزیلند تأمین می‌شود، به این نشانی مراجعه کنید: tewhatuora.govt.nz/corporate-information/our-health-system/eligibility-for-publicly-funded-health-services

وسیع‌تر شدن محدوده سنی غربال‌گری سرطان پستان

برنامهٔ غربال‌گری سرطان پستان آئوتئاروا در حال وسیع‌تر کردن و گسترش محدودهٔ سنی غربال‌گری رایگان سرطان پستان است و این گسترش محدودهٔ سنی با بانوان ۷۰ و ۷۴ ساله آغاز می‌شود.

از ماه اکتبر هر سال، محدودهٔ سنی واجدان شرایط یک سال افزایش می‌یابد تا در نهایت همهٔ بانوان واجد شرایط ۷۰ تا ۷۴ ساله تحت پوشش این برنامه قرار گیرند. این طرح تا اکتبر ۲۰۲۹ به‌طور کامل اجرا خواهد شد.

سراسر نیوزیلند
(به‌جز نلسون و مارلبورو)

شما از اکتبر ۲۰۲۵، واجد شرایط دریافت خدمات زیر خواهید بود:

- اگر در ۱ اکتبر ۲۰۲۵ یا پس از آن ۷۰ ساله می‌شوید، تا ۷۵ سالگی هر دو سال یک‌بار واجد شرایط یک ماموگرافی رایگان خواهید بود
- اگر پیش از ۱ اکتبر ۲۰۲۵ بین ۷۰ تا ۷۴ سال سن داشته باشید، در ۷۴سالگی یک غربال‌گری رایگان نهایی برای شما انجام خواهد شد.

نلسون و مارلبورو

اگر در نلسون یا مارلبورو زندگی می‌کنید، از اکتبر ۲۰۲۴ واجد شرایط دریافت خدمات زیر خواهید بود:

- اگر از ۱ اکتبر ۲۰۲۴ به بعد ۷۰ ساله شده‌اید، تا آغاز ۷۵ سالگی می‌توانید هر دو سال یک‌بار یک ماموگرافی رایگان انجام دهید
- اگر پیش از ۱ اکتبر ۲۰۲۴ بین ۷۰ تا ۷۴ سال سن داشته باشید، در ۷۴ سالگی یک غربال‌گری رایگان نهایی دریافت خواهید کرد.

برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد این تغییرات، به **TimeToBreastScreen.nz** مراجعه کنید یا با شماره تلفن رایگان **0800 270 200** تماس بگیرید.

انتخاب با شماست

شما می‌توانید انتخاب کنید که آیا در برنامه غربال‌گری سرطان پستان BreastScreen Aotearoa شرکت کنید یا خیر. شما می‌توانید هر زمان که خواستید از این برنامه انصراف دهید. همچنین تا زمانی که همچنان واجد شرایط باشید، می‌توانید در هر زمان دوباره به این برنامه بپیوندید.

اگر تصمیم به شرکت نکردن در این برنامه گرفتید، شما یا ارائه‌دهندهٔ خدمات سلامتتان همچنان می‌توانید برای انجام ماموگرافی شما نوبت بگیرید، اما ممکن است رایگان نباشند و نتایج در BreastScreen Aotearoa ثبت نخواهند شد.

برای کمک به تصمیم‌گیری شما، اطلاعات بیشتری در این بروشور و همچنین به‌صورت آنلاین در **TimeToBreastScreen.nz** ارائه شده است. همچنین می‌توانید با پزشک، پرستار یا ارائه‌دهندهٔ خدمات hauora خود صحبت کنید یا با شماره تلفن رایگان **0800 270 200** تماس بگیرید.

اگر برای هماهنگی یا حضور در نوبت‌های ویزیت به حمایت نیاز دارید، کمک در دسترس است و در برخی مناطق گزینه‌هایی از ارائه‌دهندگان خدمات مائوری یا پاسیفیک نیز وجود دارد. برای آگاهی از **خدمات پشتیبانی غربال‌گری**، در وب‌سایت زیر اطلاعات بیشتری کسب کنید: **info.health.nz/keeping-healthy/cancer-screening/screening-support-services-in-aotearoa-new-zealand**