

Time to screen

BreastScreen Aotearoa

فارسی (Farsi)

غربال‌گری سرطان پستان (Breast screening)

اطلاعات برای بانوان ۷۰ سال به بالا

TimeToBreastScreen.nz

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

غربال‌گری سرطان پستان برای برخی بانوان می‌تواند با احساس ناراحتی، درد یا نگرانی همراه باشد. اگر مایلید پیش و پس از ماموگرافی کسی همراه شما باشد، می‌توانید یک نفر را به عنوان پشتیبان همراه خود بیاورید.

برای کسب اطلاعات بیشتر، به وب‌سایت **TimeToBreastScreen.nz** مراجعه کنید، با شماره تلفن رایگان **0800 270 200** تماس بگیرید، با ارائه‌دهنده مراقبت‌های سلامت خود مشورت کنید، یا به وب‌سایت healthed.govt.nz مراجعه کرده و مطالب «**غربال‌گری سرطان پستان: پیوستن به برنامه BreastScreen Aotearoa**» و «**انجام ماموگرافی**» را مطالعه کنید.

ماموگرافی برای بانوانی که واجد شرایط شرکت در برنامه BreastScreen Aotearoa نیستند

ماموگرافی بخش مهمی از بررسی علائم پستان (مانند توده جدید یا هرگونه تغییر در پستان) در بانوان در هر سنی است. اگر واجد شرایط شرکت در برنامه غربال‌گری نیستید، در صورتی که در معرض خطر بیشتری قرار داشته باشید یا علائمی داشته باشید، می‌توانید با ارجاع ارائه‌دهنده مراقبت‌های سلامت، در یک بیمارستان دولتی به‌طور رایگان ماموگرافی انجام دهید.

افرادی که خطر ابتلا به سرطان پستان در آن‌ها بیش از حد متوسط است، حتی اگر هیچ علائمی نداشته باشند می‌توانند با ارجاع ارائه‌دهنده مراقبت‌های سلامت به‌طور رایگان ماموگرافی انجام دهند. این موضوع برای مثال اگر یک (یا چند مورد) از شرایط زیر را داشته باشید صدق می‌کند:

- سرطان پستان قبلی
- سابقه نمونه‌برداری (بیوپسی) که وجود سلول‌های غیرطبیعی در پستان را نشان داده باشد
- یکی از بستگان نزدیک شما (مانند مادر، خواهر، دختر، خاله، عمه یا مادربزرگ) به سرطان پستان (به‌ویژه در هر دو پستان) یا سرطان تخمدان مبتلا شده باشد.

برای زنان ۷۵ سال به بالا

با ارائه‌دهنده مراقبت‌های سلامت خود درباره اینکه آیا ادامه انجام ماموگرافی برای شما بر اساس عوامل خطر فردی، وضعیت کلی سلامت و ترجیحات فردی شما مناسب است یا خیر، مشورت کنید.

شما در هر سنی که باشید، اگر هرگونه تغییر جدیدی در پستان‌های خود مشاهده کردید باید در اسرع وقت به ارائه‌دهنده مراقبت‌های سلامت خود مراجعه کنید.

رزرو نوبت انجام ماموگرافی در BreastScreen Aotearoa

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 امنی** 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.

انتخاب با شماست

شما می‌توانید انتخاب کنید که در برنامهٔ 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.

آنچه باید بدانید

ماموگرافی با نشان دادن تغییرات داخل پستان پیش از آنکه چیزی قابل لمس باشد، به تشخیص زودهنگام سرطان کمک می‌کند. تشخیص زودهنگام، درمان سرطان را آسان‌تر می‌کند. این یعنی درمان ممکن است ساده‌تر، کم‌تهاجمی‌تر و قابل‌تحمل‌تر باشد، به‌ویژه برای زنان سالمند که احتمال بیشتری دارد به سایر بیماری‌ها نیز مبتلا باشند.

سرطان‌های پستان در ماموگرافی زنان مسن‌تر نسبت به زنان جوان تر به دلیل تفاوت‌های بافت پستان راحت‌تر یافت می‌شوند. 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.

در تعداد اندکی از زنان سالمند که به بیماری‌های جدی دیگری نیز مبتلا هستند، برخی سرطان‌های پستان که از طریق غربال‌گری تشخیص داده می‌شوند، در طول باقی‌ماندهٔ عمرشان هرگز به بیماریِ آسیب‌رسان تبدیل نخواهند شد.

ماموگرافی می‌تواند برخی سرطان‌ها را تشخیص ندهد و سرطان نیز می‌تواند در فاصله بین دو نوبت ماموگرافی ایجاد شود.

BreastScreen Aotearoa یک برنامهٔ ملی و رایگان غربال‌گری سرطان پستان است که وجود علائم سرطان پستان را بررسی می‌کند. این برنامه هر دو سال یک‌بار ماموگرافی رایگان (رادیوگرافی پستان) را برای زنان ۴۵ تا ۶۹ ساله‌ای که هیچ‌گونه علائم سرطان پستان ندارند، ارائه می‌دهد. دامنه واجد شرایط بودن برای این برنامه در حال حاضر در حال گسترش است.

گسترش محدودهٔ سنی غربال‌گری سرطان پستان تا سن ۷۴ سالگی

BreastScreen Aotearoa در حال 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 بهره‌مندی از خدمات زیر هستید:

- اگر در تاریخ ۱ اکتبر ۲۰۲۵ یا پس از آن ۷۰ ساله شوید، تا زمانی که به ۷۵ سالگی برسید هر دو سال یک‌بار از یک ماموگرافی رایگان بهره‌مند خواهید شد.
- یک غربال‌گری نهایی در سن ۷۴ سالگی، اگر شما پیش از ۱ اکتبر ۲۰۲۵، ۷۰ تا ۷۴ ساله باشید.

نلسون و مارلبورو

از اکتبر ۲۰۲۴، اگر در نلسون یا مارلبورو زندگی می‌کنید، 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 نوبت نهایی غربال‌گری برای شما انجام خواهد شد.

برای کسب اطلاعات بیشتر درباره واجد شرایط بودن و تصمیم‌گیری درباره اینکه آیا غربال‌گری برای شما مناسب است یا خیر، به وب‌سایت **TimeToBreastScreen.nz** مراجعه کنید یا با شماره تلفن **0800 270 200** تماس رایگان بگیرید.

خطر ابتلا به سرطان پستان

خطر ابتلا به سرطان پستان با بالا رفتن سن افزایش می‌یابد. اگر از نظر سلامت عمومی وضعیت خوبی دارید، با ارائه‌دهنده مراقبت‌های سلامت خود درباره این موضوع مشورت کنید که آیا انجام ماموگرافی همچنان برای شما سودمند است یا خیر.

داشتن سابقه خانوادگی سرطان پستان ممکن است خطر ابتلا را افزایش دهد، اما حتی در میان بانوانی که سابقه خانوادگی دارند نیز بیشترِ آن‌ها به سرطان پستان مبتلا نمی‌شوند.

سرطان پستان در بانوانی که سابقه خانوادگی این بیماری را دارند، معمولاً پیش از ۷۰ سالگی بروز می‌کند. برای بانوان بالای ۷۰ سال که سابقه خانوادگی این بیماری را دارند، این خطر تنها کمی بیشتر از بانوان هم سن اما فاقد سابقه خانوادگی است.

با ارائه‌دهنده مراقبت‌های سلامت خود درباره خطر ابتلا، هزینه‌های احتمالی و نحوه ارجاع برای انجام ماموگرافی گفت‌وگو کنید.

چگونه می‌توانم از نظر سرطان پستان بررسی شوم؟

همه بانوان چه ماموگرافی انجام دهند و چه ندهند، لازم است با حالت نرمال پستان‌های خود آشنا باشند.

اگر هر یک از تغییرات زیر را مشاهده کردید (حتی اگر ماموگرافی انجام داده‌اید) در اسرع وقت به ارائه‌دهنده مراقبت‌های سلامت خود مراجعه کنید:

- 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.

زنان در هر سنی که علائم سرطان پستان داشته باشند، با ارجاع یک ارائه‌دهنده مراقبت‌های سلامت، می‌توانند ماموگرافی‌های رایگان انجام دهند.

برای کسب اطلاعات بیشتر درباره غربال‌گری سرطان پستان، بروشور «**انجام ماموگرافی**» را مطالعه کنید. این اطلاعات از مرکز محلی BreastScreen Aotearoa شما از طریق تماس رایگان با شماره تلفن **0800 270 200**، از وب‌سایت **healthed.govt.nz** و همچنین از ارائه‌دهنده مجاز محلی شما قابل دریافت است.

یادتان باشد

بانوان در هر سنی، اگر در هر زمان هرگونه مورد غیرعادی در پستان‌های خود احساس یا مشاهده کنند، باید به ارائه‌دهنده مراقبت‌های سلامت خود مراجعه کنند.

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

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. **HE10120-FAS**