2. Ի՞նչ է մամոգրաման
- Մամոգրաման կրծքի ռենտգեն է:
- Կրծքի քաղցկեղը հայտնաբերելու լավագույն միջոցը կանոնավոր մամոգրամաներն են:

3. Որքա՞ն հաճախ պիտի մամոգրամա անցնեմ
- Սովորաբար խորհուրդ է տրվում՝
  - 40-49 տարեկան՝ խորհրդակցել Ձեր բժշկի հետ
  - 50-74 տարեկան՝ երկու տարին մեկ
  - 75 և բարձր՝ խորհրդակցել Ձեր բժշկի հետ:
- Եթե ուզում եք իմանալ, երբ սկսեք կամ ինչ հաճախականությամբ պիտի մամոգրամա ստանաք՝ հարցրեք Ձեր բժշկին:

4. Կրծքի մասին տեղեկություն
- Տեղյակ եղեք, թե ինչպիսին է Ձեր կուրծքը նորմալ վիճակում, որպեսզի զգաք փոփոխությունները:
- Եթե կոշտուկ կամ ուռուցք եք հայտնաբերել կրծքի վրա կամ թևի տակ, անհապաղ դիմեք բժշկի:

Որտե՞ղ կարող եմ ավելին իմանալ
- Լոս Անջելըս Շրջանի Հանրային Առողջապահության Կենտրոն **Կանանց առողջապահության գրասենյակ** http://publichealth.lacounty.gov/owh/index.htm
- Քաղցկեղի ազգային ինստիտուտ http://www.cancer.gov/

Հիմնված է Ռոզալինդ Ս. Նելսոնի հիշատակին

Որտե՞ղ կարող եմ Պապ քսուկ կամ մամոգրամա անցնել
Եթե բժշկական ապահովագրություն, Medi-Cal կամ Medicare ունեք, զանգահարեք Ձեր բժշկին:

Եթե ապահովագրություն չունեք, զանգահարեք Լոս Անջելըս Շրջանի Հանրային Առողջապահության Կենտրոն, **Կանանց առողջապահության գրասենյակ** Ձեր մոտակայքում անվճար կամ էժան այց կազմակերպելու համար՝

1-800-793-8090

Օպերատորները խոսում են հայերեն, կանտոներեն, անգլերեն, կորեերեն, մանդարին, իսպաներեն և վիետնամերեն

Ինչպե՞ս առողջ մնամ
Դուք կարող եք նվազեցնել արգանդի վզիկի և կրծքի քաղցկեղի վտանգը՝ **մնալով ակտիվ, ճիշտ սնվելով, չծխելով և ժամանակին ստուգվելով**

Հոգ տարեք Ձեր առողջության մասին

Պայքարեք

արգանդի վզիկի և կրծքի քաղցկեղի դեմ

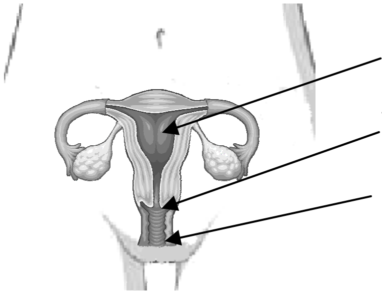
Պապ քսուկներ, ՄՊՎ պատվաստումներ և մամոգրամաներ

Հոգ տարեք Ձեր առողջության մասին

Արգանդի վզիկի քաղցկեղ եվ Պապ քսուկներ

1. Ի՞նչ է արգանդի վզիկի քաղցկեղը

- Արգանդի վզիկի քաղցկեղը արգանդի վզիկի չարորակ ուռուցք է: Վզիկը արգանդի ստորին մասն է, հեշտոցի վերևում:
- Արգանդի վզիկի քաղցկեղը կարող է լուրջ և մահացու լինել, եթե ժամանակին չախտորոշվի ու չբուժվի:



2. Ինչպե՞ս եմ ստուգվելու արգանդի վզիկի քացկեղի համար

- Բժիշկը կստուգի Ձեր մոտ արգանդի վզիկի քաղցկեղի կամ դրա առաջին նշանների առկայությունը պարզագույն Պապ քսուկի միջոցով:

3. Արդյո՞ք արգանդի վզիկի քաղցկեղը կանխարգելի է

- Այո՛:
  Կանոնավոր կերպով Պապ քսուկներ հանձնող կանայք անհավանական է, որ արգանդի վզիկի քաղցկեղ ձեռք բերեն:

4. Որքա՞ն հաճախ պիտի Պապ քսուկներ հանձնել

- Միշտ հարցրեք Ձեր բժշկին: Պապ քսուկը՝ սովորաբար խորհուրդ է տրվում հանձնել՝
  - 21-65 տարեկան կանանց՝ երեք տարին մեկ
  - 65-ից բարձր կանայք, որոնք ստուգվում չեն անցել, պետք է Պապ քսուկ հանձնեն
  - Մինչեվ 20 տարեկան կանայք և աղջիկները կարիք չունեն Պապ քսուկ հանձնեն:

5. Ի՞նչն է արգանդի վզիկի քաղցկեղ հարուցում

- Արգանդի վզիկի քաղցկեղի հարուցիչ է Մարդու Պապիլոմավիրուսը (ՄՊՎ): ՄՊՎ-ն սեռական միջոցով փոխանցվող ինֆեկցիա է: ՄՊՎ-ն կարող է նաև սեռական օրգանների գորտնուկ կամ այլ տիպի քաղցկեղներ առաջացնել:

6. Որքա՞ն տարածված է ՄՊՎ ինֆեկցիան

- Այն շատ տարածված է: Մեծահասակների մոտավորապես կեսը կյանքի այս կամ այն շրջանում ՄՊՎ է ունենում:

7. Ինչպե՞ս կարելի է կանխարգելել ՄՊՎ-ն

- ՄՊՎ պատվաստումները ՄՊՎ և արգանդի վզիկի քաղցկեղի վտանգը նվազեցնելու կարևոր միջոց են:

8. Ե՞րբ է ամենից լավ ՄՊՎ պատվաստում ստանալ

- Պատվաստումն ամենից լավ աշխատում է, երբ տրվում է առաջին անգամ սեռական հարաբերությունների մեջ մտնելուց առաջ:
- Տղաներն ու աղջիկները պիտի պատվաստվեն 9-18 տարեկան հասակում:
- Կանայք ու տղամարդիկ կարող են պատվաստվել նաև մինչև 26 տարեկան:
- Հարցրեք Ձեր բժշկին պատվաստումների մասին:

Կրծքի քաղցկեղ և մամոգրամա

1. Տեղեկություններ կրծքի քաղցկեղի մասին

- Կրծքի քաղցկեղը կանանց մեջ ամենից տարածված քաղցկեղն է:
- Բոլոր կանայք, անկախ ընտանեկան պատմությունից, կրծքի քաղցկեղի վտանգի տակ են:
- Տարիքի հետ կրծքի քաղցկեղի վտանգն աճում է:
- Վաղ ախտորոշման ու բուժման դեպքում կրծքի քաղցկեղի բուժումն ավելի հավանական է: