

Loke bo mester sa.

Na prome luga, bo mester sa cu tur hende muhe por haya cancer di pecho. Awendia cancer di pecho ta causa mas morto entre hende muhenan cu cualkier otro tipo di cancer, cu ecepshon di cancer di pulmon.

Tambe bo mester sa cu hopi caso di cancer di pecho por a wordo trata cu bon resultado. Sinembargo, e probabilidadnan di bon resultado di e tratamento, ta masha halto ora cu e cancer wordo descubri tempran.

Corda.

Cancer di pecho por sosode na cualkier edad, pero e ta mas probabel cu lo e sosode despues di 40 aña y segun cu bo edad avansa.

Debi na cierto factornan, algun hende muhe lo por tin mas chens di haya cancer di pecho, en comparashon cu otro hende muhenan. Algun di e factornan aki ta:

Antecedentenan personal di cancer di pecho.

Antecedentenan familiar di cancer di pecho (mama, ruman muhe, of yui muhe hoben, of varios familiar cercano cu cancer di pecho of di ovario.

Bo miho defensa.

Ora cancer di pecho ta den su fase inicial, e probabilidad cu e tratamiento lo tin bon resultado, ta mas grandi.



Desaroya un plan di accion.

Wak pa bo tin un plan di accion cu ta inclui:

Mamograma annual for di momento cu bo hasi 40 aña y mientras cu bo ta den bon condishon di salud.

Un saminashon clinico di bo pechonan tur aña, hasi door di bo dokter si bo tin 40 aña of mas; cada 3 aña si bo ta entre 20 y 39 aña di edad.

Conoce bo pechonan pa bo por nota cualkier cambio y notifica bo dokter mesora. Hasiendo e saminashon di bo pechonan bo mes, ta un opcion pa bo por nota cualkier cambio.

CONSTATA CANCER DI PECHO NA TEMPO TA SIGNIFICA CU LO POR TRATE CU BON RERESULTADO.

Bo probabilidadnan ta exelente.

Cuminsa cu bo plan di accion awor. Aunque cu nos no sa con pa preveni cancer di pecho, nos sa si con pa detecte tempran, ora cu e probabilidad di un bon tratamiento cu bon resultado, ta mas grandi. Pone bo plan den accion awor mes pa asina bo por sigui biba bo bida y disfrutando di bo salud.

a mas informacion por acudi na e centro di informacion:

Koningin Wilhelmina Fonds

Spinozastraat # 9

Oranjestad, Aruba.

Tel: (297)-582-0412

Fax: (297)-583-2055

Cuenta di banco: C.M.B.

112039705

Juni 2017

Koningin Wilhelmina Fonds

Fundacion pa preveni y combati cancer



Fundacion pa preveni y combati cancer na Aruba

E ABC di e salud di pecho

Un plan di accion den tres (3) parti

Parti A: Mamogram

E parti mas importante di bo plan di accion ta hasi bo mamogramanan regularmente. E radiografianan simpel aki ta lihe, facil y sigur. E ta un hecho cu e mamogramanan ta usa menos radiashon cu e X-ray nan cu bo ta hasi den un oficina di un dentista.

Ademas, un mamograma por sirbi como base pa un tratamiento. Ta possible cu ni abo ni bo dokter no lo sinti un konopi of un bulto te ora cu e ta di un tamaño di un pipita di boonchi. Sinembargo, un mamograma por detecta e cancer ora cu e ta hopi chiquito, hopi biaha varios aña prome cu bo por sinti un bulto of un cambio.

E Sociedad Americano di Cancer ta consehabo pa bo hasi bo mamogramanan tur aña cuminsando na 40 aña di edad.

Segun cu bo ta bira mas grandi, bo probabilidadnan di haya cancer di pecho ta aumenta. Casi mita di e casonan di cancer di pecho ta sosode cu muhenan di 65 aña of mas; mientras cu mas cu tres kwart di e canceran aki ta pasa entre muhenan di 50 aña of mas.



Parti B: E test clinico di e pechonan

Bo tin cu bishita bo dokter pa e hasi control di bo pechonan clinicamente. Tur hende muhe cu ta entre 20 te cu 39 aña di edad mester hasi e chequeo aki por lo menos cada tres (3) aña, como parti di nan chequeo general di nan salud cu nan ta hasi regularmente. Na momento cu bo cumpli 40 aña bo mester cuminsa samina bo pechonan tur aña.

Kiko un bon saminashon clinico di pecho ta inclui?

Cada saminashon hasi door di bo dokter, mester inclui:

Un historia personal di bo salud pa por reconoce cualkier cambio of problema den bo pechonan. Lo ta bon pa bo prepara un historial familiar pasobra nan lo bai puntrabo si algun famia di bo a yega di wordo diagnostica cu cancer di pecho.

Observashon di bo pechonan mientras cu abo ta para dilanti un spil y cu manan abao, preta contra di bo heupnan

Un saminashon di henter e area



di bo pechonan te yega na bo nek, bao di brazanan, meimei di bo pecho y te na e parti abao di bo borstkas.

Un saminashon di bo pechonan usando un patronchi vertical (di ariba bai abao) pa ta sigur cu no a salta ningun parti di e pecho.

Uso di diferente nivel di preshon pa samina bo pechonan (lihe, un tiki mas profundo y intenso).

Un combersashon cu bo pa discuti e plan di salud di bo pechonan y mustرابو e forma corecto pa bo mes por hasi bo saminashon.

Un saminashon clinico profundo di bo pechonan por tuma te cu 10 minuut. Papia cu bo dokter si bo ta haya cu e saminashon no tawata completo of cu ela ser hasi con cu ta.

Parti C: Conoce bo pechonan

Bo mester familiarisa bo mes cu bo pechonan pa asina bo por informa bo dokter inmediatamente di cualkier cambio cu sosode.

Bo por scohe pa familiarisa bo mes cu bo pechonan door di hasi e saminashon bo mes (nota si bo ta sinti algun parti duru, un konopi of bulto of cualkier otro cambio).

Pidi bo dokter pa nan mustرابو con pa hasi un saminashon corectamente. Corda cu si bo mes ta hasi e saminashon, bo mester samina ful e area di cada pecho, incluyendo bao di brasa. Usa e punta di bo dedenan y movenan den un patronchi di circulo chiquito, usando diferente nivel di preshon (lihe, un tiki mas profundo y intenso), pa sinti e pecho den su totalidad. Mira bo pechonan den spil pa wak si bo ta nota algun cambio den bo pechonan of formashon di un buraco (na hulandes: deuk) chiquito den bo cuero.

Planea pa bo samina bo pechonan tur luna ariba e mesun dia. Esaki no ta bai tumabo hopi tempo. Abo lo sa cu bo a hasi bo parti te ora cu yega e momento pa bo saminashon serca bo dokter of e momento pa bo hasi bo mamograma. Of un cambio den bo pechonan, informa bo dokter. E mayoria di e konopinan of bultonan no ta cancer, pero esaki bo por confirma solamente door di consulta cu bo dokter.