DANISH HEALTH AUTHORITY

Macluumaad ku saabsan barnaamijka Danishka ee baaritaanka kansarka naasaha

Health for all ♥ + ●

Baaritaanka kansarka naasaha

Sannad kasta, qiyaastii 4,800 oo haween Danish ah ayaa ku dhaca kansarka naasaha. Intooda badan waxa ay ka weyn yihiin da'da 50 sanno. Haddii aad da'ahaan u dhexeysid 50 iyo 69 sanno, waa lagaa baari karaa kansarka naasaha.

Buug-yarahaan, waxaad ka aqrisan kartaa wax badan oo ku saabsan habka baaritaanka. Buug-yarahaan ayaa kaa caawin kara inaad go'aansato haddii aad doonaysid baaritaanka kansarka naasaha iyo in kale.

Maamulka Caafimaadka Danishka wuxuu ku talinayaa baaritaanka ku saleysan qiimeynta guud ee faa'idooyinka iyo khasaaraha. Laakiin waa muhiim inaad adiga laftaada go'aanka gaartid.

Haddii aad horaan ugu jirtay daaweyn ama xakameynta cudurka naasaha, waa inaad kala hadashaa dhaqtarkaaga markii baaritaanka kansarka naasaha ay adiga kugu haboon tahay.

Haddii AADAN rabin inaad aqbasho deeqda baaritaaanka kansarka naasaha, waad iska diidi kartaa deeqdaas. Ka Fiiri, warqada casuumaada ee Gobolkaaga, sidaad u samayn lahayd diidmada deeqda.

Haddii aad badeshid go'aankaaga, mar walba waad iska diiwaangelin kartaa markale. Haddii aad dooratid inaadan ka qeyb qaadan barnaamijka baaritaanka kansarka naasaha, arrintaasi saameyn ma ku yeelanayso fursadahaaga baaritaanka ama daawaynta kansarka naasaha ama cudurada kale.

Waa maxay baaritaanka kansarka naasaha?

Baaritaanka kansarka naasaha waa baaritaanka dumarka ee aan laheyn calaamadaha kansarka naasaha. Ujeedada baaritaanka ayaa ah in goor hore la ogaado cudurka, si loo helo fursadaha daaweynta wanaagsan iyo sida dad tiro yar ugu dhintaan kansarka naasaha. Baaritaankan lama mid aha baaritaanka buuxa ee kansarka naasaha. Xittaa haddii lagu baaro, waxaad weli yeelan kartaa ama kugu dhici karaa kansarka naasaha. **Sidaas darteed, waa inaad had iyo jeer la xiriirta dhaqtarkaaga haddii aad isku aragtid calaamado.**

Sida baaritaanka loo sameeyo

Baaritaanka raajada ee naasahaaga

Baaritaanka waxaa loo sameeyaa ayado raajo la saarayo labada naas. (baaritaanka raajada naasaha)[1]. Haddii baaritaanka uusan sheegin shakiga kansarka naasaha, waxaa lagu siinayaa markale balan baaritaan laba sanno ka dib.

Haddii, dhanka kale, baaritaanka muujiyo inaad qabtid kansarka naasaha, waxaa lagu siinayaa baaritaano dheeraad ah (baaritaan dheerad ah ee naashaha).

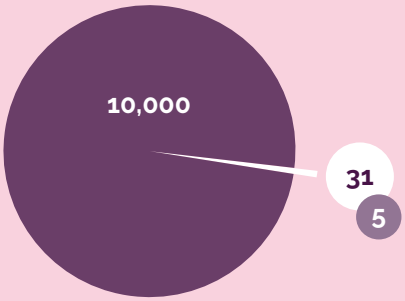
[1]Haddii aad qabtid waxyaabaha naasaha lagu cayiliyo ee la geliyo murgaha naasaha gadaashood, inta badan dhibaato ma keenayso in aad ka qaybgasho baaritaanka. Haddii waxyaabaha naasaha lagu cayiliyo ay ku yaalaan muruga hoortiisa ama, haddii ay jiraan qaabka kaabsolka ee ku wareegsan ku beerista, waxaa jiri kara xaalado gaar ah. Ka aqri wax badan oo ku saabsan arrintaan **sst.dk/screening**.

Waa maxay halisteyda?

Kansarka naasaha waa kansarka ugu badan ee haweenka Danishka

Sannad kasta, qiyaastii *4,800* oo haween Danish ah ayaa ku dhaca kansarka naasaha. Intooda badan waxay ka weyn yihiin 50 sanno jir. Qiyaastii *1,100* ayaa u dhinta cudurka.

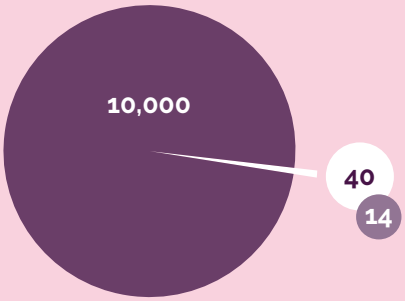
50-59 sanno jir



31 kamid ah 10,000 oo dumar ee da'dooda u dhaxeyso 50 iyo 59 waxay u dhiman doonaan kansarka naasaha 10 sanno gudahood.

5 ka mid ah 31-ka haween ayaa ka badbaadaya inay u dhintaan kansarka naasaha haddii ay ka qeybqaataan barnaamijka baaritaanka.

60-69 sanno jir



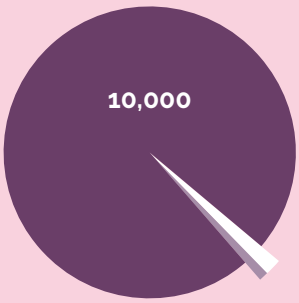
40 ka mid ah 10,000 oo haweenka da'dooda u dhaxeyso 60-69 waxay u dhiman doonaan kansarka naasaha 10 sanno gudahood.

14 ka mid ah 40 haween ayaa ka badbaadaya inay u dhintaan kansarka naasaha haddii ay ka qeybqaataan barnaamijka baaritaanka.

Illo: Taariiqda raajada ee baaristaanka kansarka naasaha (linkiga oo Danish kaliya)

Xaqiiqooyinka ku saabsan baaritaanka

Tirokoobyada barnaamijka baaritaanka Danishka ayaa muujinaya in mar kasta oo 10.000 dumar laga baaro kansarka naasaha



9,760

waxaa loo sheegi doonaa inaan wax kansar ah looga shakin. 24 ka mid ah tiradaas waxaa laga helayaa kansarka naasaha intaan la gaarin baaritaanka dhambe.

240

waxaa la ogeysiinayaa in kansarka laga shakiyay.

– 185

ka mid ah 240ka waxaa la ogeysiinayaa inaysan qabin kansar.

– 55

Ka mid ah 240ka waxaa laga ogaanayaa kansarka naasaha.

Xaaladaha qaarkood, baaritaanka ayaa laga yaabaa in lagu ogaado kansarka naasaha, kaas oo aan saameyn ku yeelaneyn noloshaada. Sidaas darteed, Ka qeybqaadashada baaritaanka, waxaad halis u tahay inaad qaadatid daaweyn aan loo baahnayn – lagana yaabo – inay waxyeelo xun kuu geysato.

Lix dumar ayaa six ad dhaaf ah loo daaweeyaa 10,000 kasta oo dumar ah oo laga baaro kansarka naasaha .

Waxtarka iyo waxyeelada baaritaanka

Sababaha qaadashada baaritaanka?

Khatar yarida u dhimashada kansarka naasaha
Waxaa jira fursado daaweyn wanaagsan haddii kansarka goor hore la ogaado.
Ka qeybqaadashada baaritaanka, waxaad yareyn kartaa halista inaad u dhimato kansarka naasaha.

Ka hortagga daaweynta halista ah
Haddii kansarka goor hore la ogaado, waxaa jirta fursad wanaagsan oo lagugu siin karo qalliin lagu ilaalinayo naasaha oo aad ka hortagtid in qanjirada kilkisha lagaa saaro. Waxaad sidoo kale yareen kartaa khatarta ah inaad u baahato daaweyn caafimaad sida daaweynta kiimikada.

Sababaha lidka ku ah baaritaanka?

Daaweyn xad dhaaf ah
Xaaladaha qaarkood, baaritaanka ayaa laga yaabaa inuu ogaado kansarka naasaha, kaas oo aan saameyn kugu yeelaneyn noloshaada. Ka qeybqaadashada baaritaanka, waxaad halis u gali kartaa inaad hesho daaweyn aan loo baahneyn – oo suurtogal ah – in ay waxyeelo xun kuu gaysato.

Walaac iyo feejignaan been ah
Haddii baaritaanka muujiyo inaad qabtid kansarka naasaha, waxaa lagu siinayaa baaritaano dheeraad ah, laakiin lama hubo inaad qabtid kansarka naasaha. Shakiga wuxuu noqon karaa isbedelada burada ah ama tusaale ahaan unugyada naasaha cufan. Waqtiga lagu qaato sugitaanka baaritaano dheeraad ah wuxuu keeni karaa walaac.

Hubinta beenta ah
Xittaa haddii baaritaanka uusan tilmaameyn kansarka naasaha ee laga shakisan yahay, weli waad qabi kartaa ama uu kugu dhici karaa kansarka naasaha.

Raaxa darada
Haweenka qaar ayaa baaritaanka u arka mid aan raaxo aheyn ama xanuun badan maadaama naasaha la dhuujiyo inta lagu jiro baaritaanka.

Baaritaano dheeraad ah

Haddii baaritaankaaga raajadu uu muujiyo kansar, Gobolkaagu wuxuu ku siinayaa balan baaritaan dheeraad ah (baaritaan dheerad ah ee naashaha). 14 maalmood gudahood. Halkan, waxaa ku baaraya dhaqtar, inta badan, ayaado la isticmaalayo raajada ultrasoundka. Waxaa sidoo kale muhiim noqon karta in la qaado raajo dheeraad ah, iyo in la qaado cad baaris ah, oo loo yaqaano biopsi.

Haddii aadan rabin baaritaan dheerad ah ee naashaha (mammografi) waxaa weli lagu siinayaa baaritaan cusub ee naasaha qiyaastii laba sanno kadib.

Waxaa jira laba natiijo oo suurtagal ah oo baaritaanka dheeraadka ah (baaritaanka kansarka naasaha)

Ma jiraan calaamadaha kansarka
Ma jiraan wax aan caadi aheyn oo laga ogaaday naasahaaga. Sababta shakiga ayaa laga yaabaa inay tahay, tusaale ahaan, isbedelada burada ama unugyada naasaha cufan.
Waxaa lagu siinayaa baaritaanka kale markale ku dhawaad laba sanno gudahood.

Waxaad qabtaa kansar
Haddii lagaa helo kansarka naasaha, waxaa lagu siinayaa qorshaha daaweynta sida gaarka ah loo qaabeeyey.

Calaamadaha laga yaabo inay yihiin calaamadaha kansarka naasaha:

- Buro adag oo aan xanuun lahayn
- Dib u noqoshada maqaarka ama ibta naaska
- Dheecaan cad ama dhiig leh oo ka imaanaya ibta naasaha
- Barar, qanjiro adag ee kilkisha

Halkee laga helaa caawinaad

Gobalkaaga

Haddii aad haysid su'aalo ku saabsan baaritaanka, la xiriir Gobolkaaga. Waxaad ku arki kartaa cida lagala xiriirayo warqadda marti qaadkaaga.

Dhaqtarkaaga

Haddii aad qabtid calaamadaha kansarka naasaha, waa inaad had iyo jeer la xiriirtaa dhaqtarkaaga si uu kuu baaro. Arrintaan ayaa sidoo kale quseyso xittaa haddii aad ka qeybqaadatid barnaamijka baaritaanka.

sst.dk

Waxaad ka aqrisan kartaa wax badan oo ku saabsan kansarka naasaha, baaritaanka iyo tirooyinka buugyarahaan websaydka Maamulka Caafimaadka Danish: **sst.dk/screening**.

Health for all ♥ + ●