

For “Should You Start Breast Cancer Screenings at Age 40 or 45?” in English, see can-ah-78062.

Koj Puas Yuav Tau Mus Kuaj Mob Kheesxaws Mis Thaum Muaj Hnub nyoog 40 los yog 45 xyoos?

Nkag Siab Txog Kev Muaj Mob Kheesxaws Mis thiab Kev Xoo Fais Fab Mis

Mob kheesxaws mis yog tus kab mob uas cov cell hauv lub mis loj tuaj tswj tsis tau. Mob kheesxaws mis yog tus mob kheesxaws thib ob ntawm cov poj niam.

Kev kuaj mob kheesxaws mis (xoo fais fab mis) kuaj xyuas seb puas mob kheesxaws mis. Txoj kev ntsuas xoo fais fab mi tau hloov los ntawm 2D mus rau 3D. 3-dimensional (3D) kev xoo fais fab mis (lwm lo lus hu ua mis tomosynthesis) thaj tau cov duab zoo dua txawm yog siv cov duab xoo hluav taws xob tsawg.

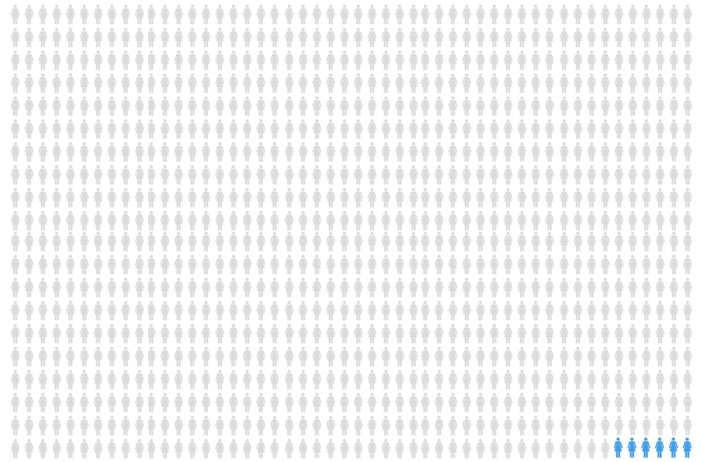
3D kev xoo fais fab mis:

- muaj feem ntau dua ntawm kev tshawb pom mob kheesxaws
- yuav txo koj txoj kev kom rov qab mus kuaj ntxiv, txhais tau tias yuav tsawg dua:
 - kuaj tau-yog qhov cuav” tshawb pom (Qhov no txhais tau hais tias muaj qhov tsis zoo tab sis nws tsis yog mob kheesxaws.)
 - yuav tau kuaj txog hauv lub cev, ib yam li nre ib qho nqaij mus kuaj los yog yuav tau phais
- daim duab yuav qhia tau ntau yam txog koj lub mis yog koj lub mis cov nqaij tawv los yog koj cog mis cuav.

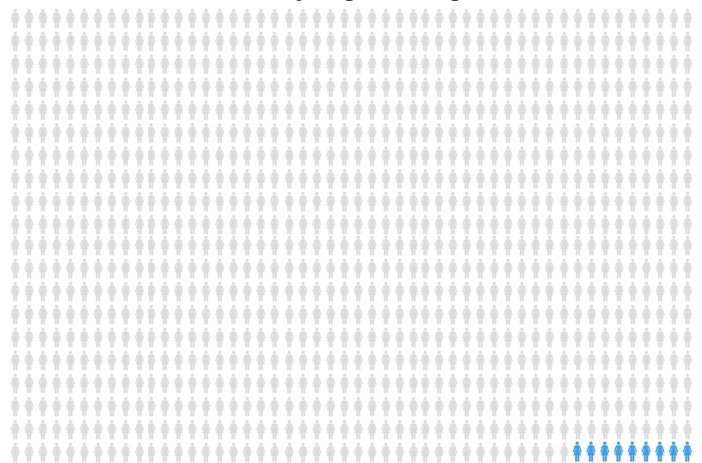
Nyob rau lub sijhawm xoo fais fab mis, yuav muab ob daim txiag los nias koj lub mis rau nruab nrab ntev li ob peb feeb thaum xoo fais fab thiaj li pom tseeb cov nqaij ntawm koj lub mis. Yuav thaj tsawg kawg yog ob daim duab ntawm ib lub mis. Lub sijhawm teem tseg yuav ntev li 20 feeb.

Txoj Kev Pheej Hmoo Uas Tsam Mob Kheesxaws Mis

Hnub nyoog 40 Txog 44



Hnub nyoog 45 Txog 49



Khvv yees li ntawm 6 leej hauv 1,000 tus pojniam muaj hnub nyoog 40 txog 44 yuav muaj mob mis kheesxaws.

Khvv yees li ntawm 9 leej hauv 1,000 tus pojniam muaj hnub nyoog 45 txog 49 yuav muaj mob mis kheesxaws.

Qhov no txhais tau tias koj qhov kev pheej hmoo ntawm kev muaj mob kheesxaws mis yuav qis dua thaum koj hnub nyoog 40 txog 44 thiab kev pheej hmoo yuav siab dua thaum koj muaj hnub nyoog 45 txog 49.

Koj Lub Sijhawm Teem Tseg Mus Kuaj Mis

Thaum twg mam pib mus xoo fais fab kuaj tsam mob kheesxaws mis yog kev txiav txim siab ntawm tus kheej. Kev txiav txim siab muaj raws li dam qab no:

- qhov zoo thiab kev pheej hmoo ntawm kev xoo fais fab mis
- koj kev pheej hmoo tsam pib mob kheesxaws mis
- yam muaj nuj nqis rau koj thiab koj nyiam li cas.

Koom tes uake, koj thiab koj tus kws khomob mam txiav txim siab seb lub sijhawm twg thiaj yuav yog rau koj.

Lub Sijhawm Kev Soj Ntsuam Kheesxaws Mis Rau Cov Poj Niam Nyob Ntawm Nruab Dab Muaj Feem Mob Kheesxaws Mis

Allina Health's cov kev xoo fais fab mis ua raws li kev taw qhia los ntawm 2015 American Cancer Society cov kev pom zoo:

- **Hnub nyoog 25** : Muaj kev kuaj rau feem mob kheesxaws mis nrog koj tus kws khomob.
- **Hnub nyoog 40 txog 44**: Yuav tsum mus xoo fais fab mis txhua xyoo nrog koj kev txiav txim siab los ntawm kev sib koom nrog koj tus kws khomob. Nyob rau lub sijhawm no, nws yuav piav qhia txog qhov zoo thiab qhov phom sij ntawm kev ntsuam xyuas.
- **Hnub nyoog 45 txog 54**: Yuav tsum mus zoo fais fab mis txhua xyoo.
- **Hnub nyoog 55 thiab tshaj saud**: Mus xoo fais fab mis txhua txhua xyoo los yog hloob mus xoo ib zaug nyob rau 2 xyoos. Kaj tsij mus xoo fais fab mis yog koj tseem noj qab nyob zoo.

Koj tus kws khomob yuav qhia txawv sijhawm yog tias koj **muaj feem yuav mob kheesxaws mis ntau dua** qhov nyob nruab dab mob.

Qhov Zoo thiab Kev Pheej Hmoo Ntawm Xoo Fais Fab Mis

Qhov Zoo

- Kev mus xoo fais fab mis yuav pab rau cov poj niam tshawb fawb nrhiav pom tus kab mob kheesxaws mis thaum tseem ntxov. Qhov no yuav:
 - muaj ntau txoj hauv kev rau koj xaiv los kho
 - yuav muaj txoj hmoo ua neeg nyob ntau dua. Txoj kev mus xoo fais fab mis yog tib txoj hauv kev kuaj uas pom tau tias yuav muaj feem ntau muaj txoj sia nyob los ntawm mob kheesxaws mis.

Tseem Ceeb

Qhia koj tus kws khomob yog koj muaj kev txawv txav ntawm koj lub mis. Xws li:

- ib lub qog los yog ib qhov tawv nyob hauv koj lub mis los yog hauv koj lub qhov tsos
- ib qhov qawj nyob ntawm koj qhov nqaij ntawm koj lub mis los yog lub txiv mis cia li nkaum rov qab hauv koj lub mis
- sab mis loj sab mis me los yog zoo tau txawv lawm
- si kua ntawm txiv mis (muaj kua) tsis yog si kua mis los ntawm pub niam mis.

Daim Ntawv Pov Fwm Kho Mob Nkeeg

Feem ntau ntawm cov tuam txhab kev pov fwm kho mob nkeeg yuav them tus nqi xoo fais fab mis.

Koj tus kws khomob cov lus pom zoo kom koj txais txoj kev pab, tsis yog kev cog lus tias koj lub tuam txhab kev pov fwm kho mob nkeeg yuav them tus nqi.

Hu rau koj lub tuam txhab kev pov fwm kho mob nkeeg sev puas them tus nqi xoo fais fab mis nyob hauv feem koj yuav thiab koj yuav tau them npaum li cas ntawm koj tus kheej. Saib tus xov tooj ntawm koj daim npav tswv cuab.

Muaj kev kuaj pub dawb thiab tus nqi pheej yig rau kev xoo fais fab mis uas muaj kev pov fwm kho mob nkeeg tsawg tsawg los yog tsis muaj kev pov fwm kho mob nkeeg. Hu rau American Cancer Society ntawm 1-800-227-2345 kom paub ntau dua no.

Kev Pheej Hmoo

- Thaum lub sijhawm thiab tom qab xoo fais fab mis, koj yuav hnov txog koj ib nyuag ntus, xws li hnov mob ib ce los yog hnov mob mis.
- Tej zaum qhov kev xoo fais fab mis yuav tshawb nrhiav pom tej yam zoo li kheesxaws tab sis ho tsis yog kheesxaws. Ib tus ntawm 12 tus poj niam yeej tau rov mus xoo fais fab mis los yog mus kuaj ntxiv kom paub tseeb tias nws tsis mob kheesxaws. Qhov no hu ua kuaj tau yog qhov cuav.

Hu rau koj lub chaw pov hwm kev mob nkeeg kom paub txog tus nqi yuav raug them thaum rov mus kuaj ntxiv.

- Kev xoo fais fab mis yuav tshawb pom muaj mob kheesxaws mis uas yuav tsis ua teeb meem rau kev noj qab nyob zoo. Tej zaum koj tseem yuav tau txais kev pab kho uas yam tsis tsim hnyog kho. Tej yam li no muab hu ua kho tshaj qhov mob.

Tsis muaj ib txoj hauv kev kuaj mob twg uas yuav paub tseeb tias tus mob kheesxaws mis yuav ua los yog yuav tsis ua ib qhov mob rau koj kev noj qab nyob zoo. Raws li qhov tsawb tau, tsis tau paub tias muaj ntau npaum li cas txog qhov tau txais kev pab yam tsis tsim hnyog. Kev tshawb fawb pom tau tias tsis muaj ntau zaus.

Cov Kev Pheej Hmoo Tsam Mob Kheesxaws Mis

Muaj qee yam kev pheej hmoo yuav ua rau koj muaj feem ntau ntawm kev mob kheesxaws mis. Muaj qee yam kev pheej hmoo uas koj pab tswj hwm tau thiab qee yam koj tswj hwm tsis tau. Kos ib kab rau ntawm qhov chaw kos (nyob sab xis) rau txhua qhov kev pheej hmoo uas raug rau koj.

Tham nrog koj tus kws khomob txog koj cov kev pheej hmoo seb heev npaum cas.

	Cov Kev Pheej Hmoo Uas Tsam Mob Kheesxaws Mis	Lus Khaws Xav
<input type="checkbox"/>	poj niam	Nov yog ob txoj kev pheej hmoo loj tshaj plaws rau kev muaj mob kheesxaws mis. Feem ntau ntawm tag nrho cov mob kheesxaws mis tshwm sim rau cov poj niam uas tsis muaj kev pheej hmoo mob.
<input type="checkbox"/>	Hnub nyoog 40 los yog laus dua	Koj cov kev pheej hmoo yuav mob kheesxaws mis ntau dua vim koj muaj hnub nyoog laus zus.
<input type="checkbox"/>	keeb kwm kev mob kheesxaws mis hauv koj tsev neeg (koj niam, koj pog, koj phauj, koj cov vivncaus)	Qhov no yuav ua rau koj cov kev pheej hmoo uas muaj feem mob kheesxaws mis ntau dua.
<input type="checkbox"/>	cov neeg nyob hauv koj tsev neeg uas muaj tus mob kheesxaws mis ua ntej hnub nyoog 40 xyoo	Qhia rau koj tus kws khomob paub tias tus neeg nyob hauv koj tsev neeg nrhiav pom tias nws muaj mob kheesxaws mis thaum muaj pes tsawg xyoo.
<input type="checkbox"/>	Mis tawv	Paub tias koj lub mis muaj qhov tawv yog los ntawm qhov kev xoo fais fab kev pom cov nqaij ntawm koj lub mis tsaus npaum cas los yog tsis tsaus npaum cas. Yog koj lub mis muaj qhov tawv, koj cov kev pheej hmoo yuav muaj feem mob kheesxaws mis ntau dua.
<input type="checkbox"/>	tau kho mob siv hluav taws xob tua ntawm thaj tsam hauv siab yav tag los	Qhov no yuav ua rau koj cov kev pheej hmoo yuav muaj mob kheesxaws mis ntau dua.
<input type="checkbox"/>	Rog dhau	Kev ntsuas lub cev qho hnyav (BMI) nyob li ntawm 30 los yog siab dua yuav muaj kev pheej hmoo mob kheesxaws mis ntau dua. Mus saib ntawm cdc.gov/healthyweight/assessing/bmi txhawm kom paub koj li BMI.

Tseem Ceeb: Yog koj kev pheej hmoo muaj siab dua qhov muaj feem yuav mob kheesxaws mis, koj tus kws khomob yuav hais kom koj teem lub sijhawm kuaj txawv dua li qhov teem tseg nyob rau nplooj ntawv daim 1.

Muab Kuv Cov Kev Xaiv Los Sib Piv

Kos ib kab rau ntawm qhov chaw kos uas koj xav tau.

	Ib Feem Tseem Ceeb Ntawm Kuv Kev Txiaiv Txim Siab	Tsis Yog Ib Feem Tseem Ceeb Ntawm Kuv Kev Txiaiv Txim Siab	Qhov Kuv Nyiam
<p>Kuaj tau yog qhov cuav:</p> <ul style="list-style-type: none"> — Yog ib qhov muaj tshwm sim ntau dua rau cov poj niam tseem hluas uas mus kuaj tau yog qhov cuav. — Tem zaum koj yuav tau rov mus xoo fais fab mis ntxiv los yog yuav tau mus kuaj dua kom paub tseeb tias koj tsis muaj mob kheesxaws. 	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> hnuv Nyoog 40 <input type="checkbox"/> hnuv nyoog 45
<p>Kuaj tau tshaj qhov mob:</p> <ul style="list-style-type: none"> — Pib kuaj xoo fais fab mis thaum muaj hnuv nyoog 40 los yog 50 yuav tsis cuam tshuam qhov kuaj kuaj tau tshaj qhov mob. 	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> hnuv Nyoog 40 <input type="checkbox"/> hnuv nyoog 45
<p>Mis Tawv:</p> <ul style="list-style-type: none"> — Cov poj niam tseem hluas cov nqaij mis yuav tawv dua. Qhov no yuav ua rau txoj kev kuaj dhia sev mis puas mob kheesxaws yuav nyuab zog. — Tej zaum koj tseem yuav tau rov qab mis xoo fais fab mis dua yog qhov kev xoo fais fab mis muaj taj chaw txawj txog. 	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> hnuv Nyoog 40 <input type="checkbox"/> hnuv nyoog 45
<p>Raug nyob ze kev tua fais fab:</p> <ul style="list-style-type: none"> — Tsis muaj ib qho pov thawj pom tau tias muaj feem There is no scientific evidence of risk of developing breast cancer from a screening mammogram. 	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> hnuv Nyoog 40 <input type="checkbox"/> hnuv nyoog 45
<p>Nrhiav pom thiab kho thaum tseem ntxov:</p> <ul style="list-style-type: none"> — Nrhiav pom tus mob kheesxaws thaum ntxov, kev muaj txoj sia nyob muaj feem ntau dua. 	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> hnuv Nyoog 40 <input type="checkbox"/> hnuv nyoog 45
<p>Tsev neeg muaj keeb kwm mob kheesxaws mis:</p> <ul style="list-style-type: none"> — Yog koj muaj ib tus niam, tus vivncaus los yog pog los niam tais uas muaj mob kheesxaws mis, koj yuav tsum mus kuaj thaum muaj 40. 	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> hnuv Nyoog 40 <input type="checkbox"/> hnuv nyoog 45