Cad a chuireann faoi riosca ailse thú?

Taispeánann taighde gur féidir na toscaí seo a leanas tú a chur faoi riosca ailse:

- a bheith i do bhean (is féidir le fir ailse brollaigh a fháil ach is annamh é),
- ag éirí níos sine,
- stair ailse chíche a bheith i do chlann, agus
- do stíl mhaireachtála mar shampla ag ól an iomarca alcóil, a bheith róthrom tar éis meanapáis nó gan a dhóthain cleachtadh coirp a dhéanamh.

Fiú nuair atá scagthástáil déanta ort ba chóir duit fanacht cíoch-eolach agus féachaint ar agus aireachtáil do chíocha go rialta le haghaidh aon athruithe.

Bí cíoch-eolach

Is cuma cén aois thú tá sé tábhachtach a bheith cíoch-eolas i gcónaí.

- Bíodh a fhios agat cad atá normálta do do chorp.
- Bíodh a fhios agat cén sórt athruithe ba chóir duit a lorg.

Cén athruithe ba chóir dom féachaint agus aireachtáil dóibh?

- Aon chnapanna nó tiúchan neamhghnách i do chíocha
- Loigíneacht, rocadh nó deirge an chraicinn
- Sine a bhfuil cuma tarraingthe isteach nó leata uirthi
- Gríos nó craiceann gainneach nó sceamhach timpeall na sine
- Athrú i méid nó cruth do chíche
- At i d'ascaill nó timpeall do dhealracháin
- Síorphian i gcuid amháin de do chíoch nó d'ascaill

Tábhachtach: Tá a lán cúiseanna le athruithe i do chíoch. Tá an chuid is mó acu gan dochar ach ba chóir duit aon athrú a sheiceáil. Má tá aon ábhair imní ort nó má thugann tú aon athruithe faoi deara tabhair cuairt ar do DG (dochtúir teaghlaigh) gan mhoill le do thoil fiú má bhí mamagram agat le déanaí.

Is maith an rud labhairt faoi

Má bhíonn aon ábhair imní ort d'fhéadfadh sé a bheith cuiditheach labhairt le do theaghlach agus cairde faoi BreastCheck - go háirithe duine éigin a d'úsáid an tseirbhís cheana. Is féidir leat glao teileafóin a chur orainn freisin ag 1800 45 45 55 má tá aon cheisteanna agat.

Níos mó eolais

Clár maoinithe ag an Rialtas is ea BreastCheck agus cuid den tSeirbhís Náisiúnta Scagthástála.

Le haghaidh níos mó eolais chun cláraithe nó seiceáil an bhfuil tú ar an gclár tabhair cuairt ar www.breastcheck.ie nó Saorghlao 1800 45 45 55.

Cabhair eile ar fáil

Is féidir le hailse chíche a theacht chun cinn ag aon chéim agus mar sin ba chóir duit a bheith cíoch-eolach. Má thugann tú aon athruithe faoi deara i do chíocha nó fiú má tá imní ort faoi aon fhadhb téigh go dtí do DG (Dochtúir Teaghlaigh) gan mhoill. Is féidir leosan do chíocha a sheiceáil agus tú a chur chuig Sainaonad Cíoch le haghaidh mamagraim má tá sé riachtanach duit.

Le haghaidh tuilleadh eolais nó chun labhairt le altraspeisialtóir glao ar Chabhairlíne Náisiúnta Ailse ar Shaorghlao 1800 200 700.

BreastCheck
An Clár Náisiúnta Scagthástála Cíoch
The National Breast Screening Programme

Faoi scagthástáil cíoch

Cad é scagthástáil cíoch?

Ciallaíonn scagthástáil cíoch mamagram a dhéanamh (x-gathú) de do chíocha chun ailse chíche a lorg.

Cad é ailse chíche?

Tarlaíonn ailse chíche nuair a thosaíonn cealla cíche normálta ag roinnt agus ag fás i mbealach mínormálta. Is féidir le scagthástáil cíoch ailsí cíoch a thaispeáint ag céim luath nuair a bhíonn siad ró-bheag le feiceáil nó le haireachtáil agatsa nó ag do dhochtúir.

An ndéanann scagthástáil ailse chíche a chosc?

Cabhraíonn scagthástáil ailsí cíoch a aimsiú ag céim luath. Tá roinnt bheag ailsí ann nach féidir a aimsiú le mamagram ach má théann tú chuig scagthástáil rialta aimseofar aon athruithe chomh luath agus is féidir. Ag an gcéim seo tá sé níos éasca ailse chíche a chóireáil agus tá seans níos fearr agat ar théarnamh maith. Is féidir ailse a tharla ag am ar bith agus idir mhamagraim.

Cad é BreastCheck?

BreastCheck - seirbhís sláinte saor in aisce is ea an Clár Náisiúnta Scagthástála Cíoch maoinithe ag an Rialtas chun mamagram a thairiscint do mhná incháilitheacha gach dhá bhliain. Tá BreastCheck ag leathnú agus in am beidh sé ar fáil do mhná idir 50-69.

Cá bhfuair BreastCheck mo chuid sonraí?

Cuireann BreastCheck le chéile clár (liosta) ban incháilithe le haghaidh scagthástála ó mhionsonraí curtha ar fáil ag an Roinn Coimirce Sóisialaí, Seirbhísí Ginearálta Míochaine (GMS), árachóirí sláinte phríobháideach agus daoine á gclárú féin.

Coimeádann BreastCheck do shonraí agus taifid sláinte slán agus faoi rún. Murar mhian leat páirt a ghlacadh i BreastCheck scríobh chugainn le do thoil agus ní dhéanfaimid teagmháil leat arís.

Spreagann BreastCheck mná chun deimhin a dhéanamh de go bhfuil siad ar an gclár trí theagmháil a dhéanamh le BreastCheck ar Shaorghlao 1800 45 45 55 nó trí sheiceáil ar líne ag www.breastcheck.ie

Cad é mamagram?

Nuair a bhíonn mamagram agat úsáidtear meaisín speisialta x-ga chun pictiúr a fháil de do chíocha. Ceann i ndiaidh a chéile brúitear do chíocha idir dhá phláta speisialta chun x-gháthú a thógáil. Ní mór brú a bheith ann chun deimhin a dhéanamh de go bhfuil an mamagram d'ardcháilíocht. Tá an dáileog raidíochta a úsáidtear sa mhamagram an-bheag agus laistigh de na teorainneacha molta agus mar sin tá an riosca an-íseal.

An ngortaíonn mamagram?

Tógann mamagram cúpla nóiméad agus cuirtear brú ar gach cíoch ar feadh cúpla soicind. Níl aon fhianaise go ndéanannan an brú seo dochar do do chíocha. D'fhéadfadh go mbraithfeadh roinnt ban go mbeadh sé seo míchompordach nó pianmhar ach de ghnáth ar feadh an ama bhig amháin a gcuirtear brú ar a gcíocha.

Cá dtéann mé do mo choinne BreastCheck?

Braitheann sé ar a bhfuil cónaí ort. D'fhéadfadh do choinne a bheith in aonad BreastCheck in aice le ospidéal nó aonad taistil scagthástála.

Do choinne BreastCheck

- Tógfaidh do chuairt timpeall 30 nóiméad san iomlán.
- Ní thógfaidh do mhamagram ach cúpla nóiméad.
- B'fhéidir go mbeadh coinne scagthástála níos faide ag teastáil uait má tá ionchlannáin chíche, má tá tú bodhar nó dall nó má tá fadhbanna gluaiseachta nó míchumas intleachta agat. Cuir in iúl dúinn roimh ré dá dtarlódh go mbeadh níos mó ama ag teastáil uait do do choinne.
- Tá aonaid BreastCheck go léir inrochtana do dhaoine faoi mhíchumais agus tá siad oiriúnach don chuid is mó de chathaoireacha rothaí.

Cuirfimid torthaí do mhamagram sa phost laistigh de thrí seachtaine. Cuirfimid cóip de do thorthaí freisin chuig do DG (dochtúir teaghlaigh).

Fíorais faoi ailse chíche

- Ceann de na hailsí is comónta i measc ban in Éirinn is ea ailse chíche.
- Is féidir le mná d'aois ar bith ailse chíche a fháil ach méadaíonn na rioscaí de réir mar a théann tú in aois.
- Taispeánann taighde go bhfuil mná 50 bliain d'aois agus os cionn faoi riosca níos airde ailse chíche a fháil.
- Labhair le do DG (dochtúir teaghlaigh) faoi do riachtanais scagthástála cíoch má tá aon ábhair inmní ort.
- Má fhaightear d'ailse chíche go luath is dóchúla go mbeidh sé níos éasca í a chóireáil.

Fíorais faoi scagthástáil cíoch

- Tá scagthástáil do na mná gan Airíonna.
- Cabhraíonn scagthástáil cíoch ailsí cíoch a aimsiú ag céim luath.
- Ní féidir ailsí cíoch go léir a aimsiú le mamagram.
- Aimseofar roinnt ailsí neamhionracha (ar a dtugtar carcanóma duchta in situ (DCIS)) trí scagthástáil. Ní gach bean le carcanóma duchta in situ (DCIS) a gheobhaidh ailse ionrach fiú mura chóireáiltear iad. Fós féin ní féidir a insint cén carcanóma duchta in situ (DCIS) a fhorbróidh go ailse ionrach agus cén ceann nach bhforbróidh. **Le haghaidh bileog eolais ar charcanóma duchta in situ (DCIS) agus leasa agus teorainneacha scagthástáil cíoch féach ar www.breastcheck.ie nó Saorghlao 1800 45 45 55.**
- Faigheann timpeall 99% de mhná a bhfuil mamagram BreastCheck acu torthaí normálta.