

PEMERIKSAAN UNTUK KANSER PAYUDARA



1. **Pemeriksaan Sendiri Payudara:** Teknik mudah untuk membantu mengesan perubahan pada payudara
2. **Mamogram:** Sejenis pemeriksaan X-Ray yang khusus untuk mengesan benjolan atau ketumbuhan pada payudara
3. **Ultrasound:** Kaedah imbasan untuk melihat dan mencari ketumbuhan pada payudara
4. **Biopsi:** Pengambilan contoh tisu untuk pemeriksaan di bawah mikroskop

Program Pemeriksaan Kesihatan Kebangsaan (PPKK) untuk Kanser Payudara terbuka kepada Warganegara & Penduduk Tetap (wanita) Negara Brunei Darussalam yang :

- Berumur 40-69 tahun; dan
- Tidak pernah menghidap Kanser Payudara; dan
- Tidak mempunyai sebarang gejala penyakit payudara; dan
- Tidak menjalani pemeriksaan mammogram dalam tempoh 3 tahun kebelakangan.

Cara-cara mendaftar

Mengakses 'Saringan Kanser Payudara' melalui ciri 'Penilaian Risiko' di aplikasi BruHealth; atau Mendaftar di Klinik Kesihatan Wanita yang berdekatan

RAWATAN BAGI KANSER PAYUDARA

Terdapat beberapa jenis rawatan di Negara Brunei Darussalam seperti:



- **Pembedahan** untuk membuang tisu kanser pada payudara atau keseluruhan payudara
- **Kemoterapi** untuk memusnahkan sel-sel kanser dengan ubat anti-kanser melalui saluran darah
- **Radioterapi** untuk menghapuskan sel-sel tisu kanser melalui pancaran cahaya radioaktif
- **Terapi hormon** untuk mengurangkan tahap hormon "estrogen" dan menghalang sel-sel kanser daripada berkembang

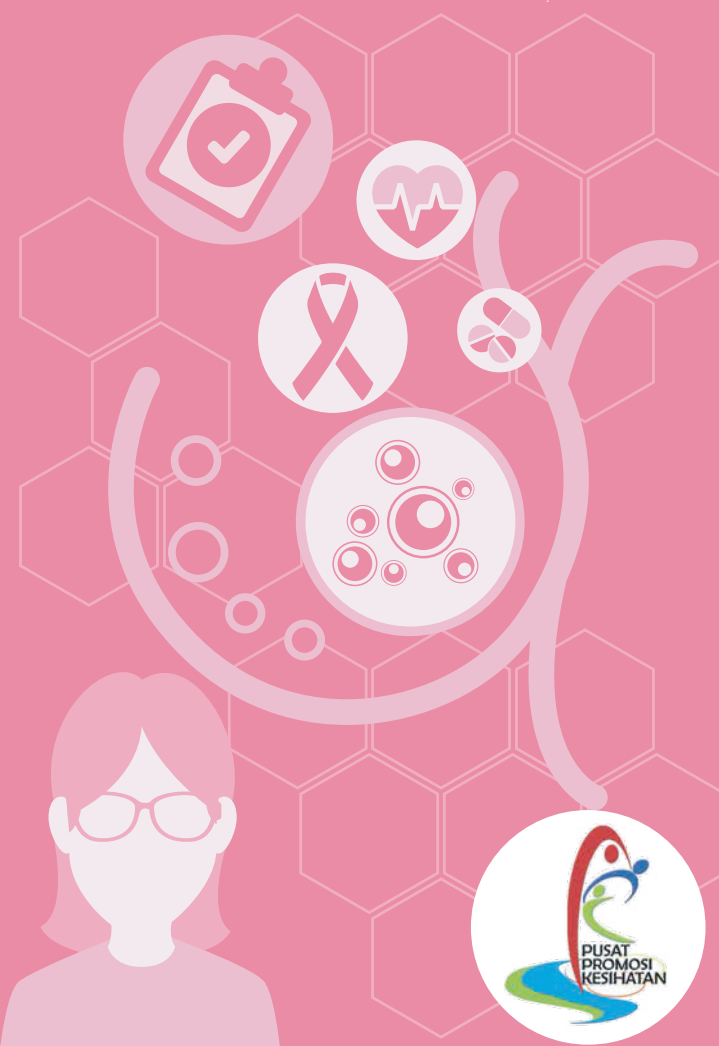
**Rawatan tertakluk kepada beberapa faktor seperti status kesihatan pesakit, umur, tahap kanser dan kesesuaian rawatan yang akan diberikan*

Untuk maklumat lebih lanjut,
sila hubungi:
Talian Darussalam 123

health.screening@moh.gov.bn



KANSER PAYUDARA

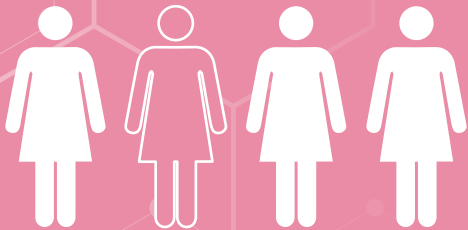


KANSER PAYUDARA



Kanser Payudara berpunca dari ketumbuhan sel-sel yang tidak terkawal di bahagian payudara. Ianya boleh merebak ke organ atau bahagian yang lain.

Di Negara Brunei Darussalam, Kanser Payudara adalah kanser No. 1 di kalangan wanita*.



1 dari setiap 4 kanser wanita adalah Kanser Payudara*.

*Sumber: Brunei Darussalam Cancer Registry, 2022

FAKTOR-FAKTOR RISIKO KANSER PAYUDARA



- Wanita



- Peningkatan umur



- Pernah menghidap Kanser Payudara atau mempunyai ahli keluarga yang menghidap Kanser Payudara
- Mempunyai mutasi gen seperti BRCA1 atau BRCA2



- Berat badan yang berlebihan



- Pendedahan kepada radiasi (seperti X-ray) dalam jangka masa yang lama



- Pengambilan minuman alkohol berlebihan



- Kurang pengambilan sayur-sayuran dan buah-buahan
- Pengambilan makanan tidak sihat yang berlebihan (seperti makanan yang berpanggang dan berlemak)



- Penggunaan produk tembakau



- Penggunaan Terapi Hormon Gantikan dan Pil Kontraseptif Oral (pil pencegah hamil) bagi jangka masa yang lama

TANDA-TANDA KANSER PAYUDARA



- Ketumbuhan atau benjolan pada payudara termasuk bahagian ketiak
- Lelehan yang tidak normal atau bercampur dengan darah dari puting payudara
- Perubahan pada puting payudara
- Perubahan pada tekstur kulit payudara
- Perubahan saiz atau bentuk payudara
- Kemerahan, sakit atau bengkak pada payudara

Jika awda mengalami tanda-tanda tersebut sila berjumpa dengan doktor untuk pemeriksaan yang lanjut.

LANGKAH-LANGKAH PENCEGAHAN KANSER PAYUDARA



- Menjauhkan diri dari produk tembakau dan pendedahan kepada asap tembakau



- Perbanyakkan pengambilan buah-buahan dan sayur-sayuran



- Meningkatkan fizikal aktiviti



- Pengesanan awal untuk kanser payudara



- Penyusuan susu ibu



- Elakkan minuman beralkohol