

เบรสต์สกรีน อาโอเทอาโรอา

การตรวจเต้านมด้วยแมมโมแกรมทุก ๆ สองปี จะช่วยให้สตรีมีโอกาสรอดจากมะเร็งเต้านม

การตรวจพบในระยะเริ่มต้นเป็นการป้องกันที่ดีที่สุดของท่าน

เบรสต์สกรีน อาโอเทอาโรอา (BreastScreen Aotearoa) คือโครงการตรวจเต้านมฟรีทั่วประเทศเพื่อหามะเร็งเต้านมระยะเริ่มแรกในสตรี โครงการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อลดปริมาณสตรีที่เสียชีวิตอันเนื่องมาจากมะเร็งเต้านม

ดูรายละเอียดเกี่ยวกับสิทธิ์ในการรับบริการได้ที่ www.moh.govt.nz/eligibility

ผู้ใดบ้างที่มีสิทธิ์รับบริการตรวจเต้านมฟรีด้วยแมมโมแกรม?

ท่านสามารถรับบริการตรวจเต้านมฟรีด้วยแมมโมแกรมทุก ๆ สองปีจากโครงการเบรสต์สกรีน อาโอเทอาโรอา หากท่านมีคุณสมบัติดังต่อไปนี้

- มีอายุระหว่าง 45-69 ปี
- ไม่มีอาการของมะเร็งเต้านม
- ไม่เคยตรวจเต้านมด้วยแมมโมแกรมภายในระยะเวลา 12 เดือนที่ผ่านมา
- ไม่อยู่ในระหว่างการตั้งครรภ์
- มีสิทธิ์รับบริการด้านสาธารณสุขในนิวซีแลนด์*

หากท่านมีคุณสมบัติดังกล่าว และเคยเป็นมะเร็งเต้านมมาก่อน ท่านสามารถกลับมาเข้าโครงการเบรสต์สกรีน อาโอเทอาโรอา ใหม่ได้อีกในระหว่างห้าปีนับจากปีที่ได้ตรวจพบว่าเป็นมะเร็ง

- * ข้อกำหนดคุณสมบัติใน เอลิจิบลิตี ไดเรคชั่น (Eligibility Direction) ระบุถึงกลุ่มบุคคลที่มีสิทธิ์รับบริการด้านสุขภาพและผู้ทุพพลภาพที่รัฐจัดให้ (ฟรีทั้งหมดหรือรับเงินอุดหนุนจากรัฐบางส่วน) ในนิวซีแลนด์

โอกาสที่จะเป็นมะเร็งเต้านมและเสียชีวิตมีมากน้อยเพียงใด?

- ความเสี่ยงของการเป็นมะเร็งเต้านมจะเพิ่มขึ้นเมื่อท่านมีอายุมากขึ้น โดยที่สามในสี่ส่วนของสตรีที่เป็นมะเร็งเต้านม มีอายุ 50 ปีขึ้นไป
- สตรีที่เป็นมะเร็งเต้านมส่วนใหญ่ไม่มีญาติใกล้ชิดที่เป็น แม้ในบรรดาสตรีที่มีประวัติครอบครัวเป็นมะเร็งเต้านม พบว่ามีเพียงจำนวนน้อยมากที่มีความเสี่ยงสูงที่จะเป็นมะเร็งเต้านม

โอกาสที่สตรีชาวนิวซีแลนด์จะเป็นมะเร็งเต้านมและเสียชีวิตในแต่ละปีแสดงไว้ในตารางข้างล่างนี้ เนื่องจากมีวิธีการรักษาที่มีประสิทธิภาพจึงทำให้สตรีที่เป็นมะเร็งเต้านมส่วนใหญ่ไม่เสียชีวิตจากโรคนี

การไปตรวจหามะเร็งเต้านมตามระยะเวลาให้ประโยชน์อะไรบ้าง?

การตรวจหามะเร็งเต้านมได้ช่วยการเป็นมะเร็งเต้านม แต่เป็นการลดโอกาสการเสียชีวิตลง

หากท่านอายุน้อยกว่า 50 ปี การตรวจหาจะช่วยลดโอกาสเสียชีวิตจากมะเร็งเต้านมถึงประมาณร้อยละ 20 ถ้าท่านอายุระหว่าง 50 ถึง 65 ปี การตรวจหาจะช่วยลดโอกาสเสียชีวิตจากมะเร็งเต้านมถึงประมาณร้อยละ 30 และสำหรับสตรีที่มี

อายุระหว่าง 65 – 69 ปี จะลดการเสียชีวิตได้ถึงประมาณร้อยละ 45

ดัชนีควรจะทำอะไรบางอย่างเกี่ยวกับการตรวจเต้านมด้วยแมมโมแกรม?

แมมโมแกรม (mammograms) เป็นการตรวจเต้านมด้วยเอกซเรย์ เมื่อท่านไปรับการตรวจเต้านมด้วยแมมโมแกรม เจ้าหน้าที่ผู้ฉายรังสีจะจัดวางเต้านมที่ละข้างให้อยู่ระหว่างแป้นสองแผ่นที่ติดอยู่กับเครื่องฉายรังสี แป้นทั้งสองจะประกบเต้านมไว้แน่นราวสองสามวินาทีขณะที่เครื่องทำการถ่ายภาพ สตรีหลายคนอาจรู้สึกอึดอัด บางคนรู้สึกเจ็บปวด แต่จะไม่ใช่อันตรายต่อเต้านม

การตรวจเต้านมด้วยแมมโมแกรมนี้มีความแม่นยำเพียงใด?

เช่นเดียวกับการตรวจหาความผิดปกติอย่างอื่น แมมโมแกรมก็ไม่สมบูรณ์แบบเช่นกัน บางครั้งผลของแมมโมแกรมอาจแสดงให้เห็นว่ามีสิ่งผิดปกติต่างๆ ที่ทุกอย่างเป็นปกติดี หรือที่เรียกผลการตรวจเช่นนี้ว่า ผลลวงที่บ่งชี้ว่าผิดปกติ

ท่านอาจสังเกตเห็นว่ามีอาการของมะเร็งเต้านมเกิดขึ้นในระหว่างการตรวจระยะสองปีที่ผ่านมาจากการตรวจ เรียกว่า มะเร็งที่เกิดขึ้นในช่วงเว้นการตรวจ (interval cancer) และอาจเกิดขึ้นได้ เพราะ :

- มะเร็งบางอย่างไม่แสดงให้เห็นในแมมโมแกรม มักเกิดกับสตรีวัยก่อนหมดประจำเดือนซึ่งมักมีเนื้อเยื่อของเต้านมหนา ความหนาของเนื้อเยื่อนี้มักลดลงเมื่อสตรีมีอายุมากขึ้นและหมดประจำเดือน
- เมื่อรังสีแพทย์ (แพทย์ผู้ทำหน้าที่ฉายรังสี) อ่านผลการตรวจแมมโมแกรม อาจมองไม่เห็นมะเร็งก็ได้ ซึ่งเกิดขึ้นได้บางครั้ง แม้ว่าเจ้าหน้าที่นั้นๆ จะมีประสบการณ์มากเพียงใดก็ตาม
- บางครั้งอาจเป็นมะเร็งชนิดที่ลุกลามเร็ว

แม้จะมีข้อเสีย แมมโมแกรมก็ยังเป็นวิธีการตรวจหามะเร็งเต้านมในระยะเริ่มแรกที่ได้รับการยอมรับเพียงวิธีเดียวที่สามารถตรวจหามะเร็งก่อนเพื่อลดความเสี่ยงจากการเสียชีวิตจากมะเร็งเต้านม

โอกาสที่จะเป็นหรือเสียชีวิตด้วยมะเร็งเต้านม :	อายุ				
	45-49	50-54	55-59	60-64	65-69
ต่อจำนวนสตรีทุก 10,000 คน					
โอกาสเกิดมะเร็งเต้านม	18	25	29	33	30
โอกาสเสียชีวิตจากมะเร็งเต้านมในแต่ละปี โดยที่ได้มีการตรวจหา มีจำนวน	4	5	7	7	9
โอกาสเสียชีวิตจากมะเร็งเต้านมในแต่ละปี โดยที่ได้มีการตรวจหา มีจำนวน	3	4	5	5	5

ที่มา : NZHIS: ข้อมูลเฉลี่ยระหว่างปี ค.ศ. 1997-2002 (การเกิดมะเร็งเต้านม) และปี 1996-2000 (การตาย)

การตรวจเต้านมด้วยแมมโมแกรม :

- สามารถแสดงให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงในเต้านมก่อนที่จะปรากฏอาการให้เห็นหรือรู้สึกได้ ซึ่งส่วนใหญ่แล้วการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวจะไม่ไ่มะเร็ง
- สามารถตรวจหามะเร็งเต้านมได้ตั้งแต่ในระยะเริ่มแรกซึ่งมีโอกาสรักษาให้หายได้
- มีประสิทธิภาพมากโดยเฉพาะในสตรีอายุ 50 ปีขึ้นไปที่ได้รับการตรวจเต้านมด้วยแมมโมแกรมทุก ๆ สองปี
- สามารถตรวจหามะเร็งที่มีได้คาดคิดไว้ก่อนในสตรีที่มีอายุน้อยกว่า 50 ปี ได้ถึงร้อยละ 75 และในสตรีอายุมากกว่า 50 ปีขึ้นไปถึงร้อยละ 85
- ไม่สามารถป้องกันมิให้ท่านเป็นมะเร็งเต้านมและไม่สามารถป้องกันการเสียชีวิตจากมะเร็งเต้านมได้เสมอไป
- มีความปลอดภัยเพราะใช้รังสีในปริมาณน้อยมากในการตรวจหาทุก ๆ สองปี

สตรีที่มีอายุระหว่าง 45-49 ปีควรทราบอะไรบ้างเกี่ยวกับแมมโมแกรม?

การตรวจเต้านมด้วยแมมโมแกรมตามระยะเวลาช่วยลดโอกาสในการเสียชีวิตจากมะเร็งเต้านมในสตรีอายุระหว่าง 45-69 ปี อย่างไรก็ตามมีประโยชน์มากที่สุดกับสตรีที่มีอายุระหว่าง 50-69 ปี ด้วยเหตุผลสองประการ คือ

1. สตรีที่มีอายุน้อยกว่า 50 ปีมีเนื้อเยื่อเต้านมที่มีความหนาแน่นกว่า ซึ่งทำให้มองเห็นมะเร็งได้ยากกว่า ประมาณหนึ่งในสี่ของมะเร็งที่เกิดกับสตรีที่มีอายุน้อยกว่า 50 ปี ไม่สามารถตรวจพบ
2. ผลของการตรวจที่แสดงผลลงว่าเป็นมะเร็ง มักเกิดขึ้นในสตรีที่มีอายุน้อยกว่า 50 ปี ซึ่งอาจทำให้ไปรับการตรวจเพิ่มและก่อให้เกิดความวิตกกังวลโดยไม่จำเป็น

โครงการเบรสต์สกรีน อาโอเทอาโรอาให้อะไรบ้าง?

โครงการนี้ให้บริการตรวจเต้านมฟรีด้วยแมมโมแกรมแก่สตรีที่มีอายุระหว่าง 45-69 ปีที่ไม่มีอาการของมะเร็งเต้านมมาก่อน และการบริการตรวจเพื่อติดตามผลก็ฟรีด้วยเช่นเดียวกัน

ให้การตรวจหามะเร็งเต้านมทุกสองปี

สถานที่และอุปกรณ์เครื่องมือเครื่องใช้ทั้งหมดของโครงการเบรสต์สกรีน อาโอเทอาโรอา จะต้องเป็นไปตามนโยบายแห่งชาติและมาตรฐานคุณภาพของเบรสต์สกรีน อาโอเทอาโรอา ซึ่งจะมีหน่วยงานอิสระมาทำการตรวจสอบ

บุคคลทั่วไปสามารถดูรายงานการติดตามผลการดำเนินงานได้ทางเว็บไซต์ที่ www.nsu.govt.nz/Health-professionals/1048.asp

หลังจากที่ท่านได้รับการตรวจเต้านมแล้ว รังสีแพทย์อย่างน้อยสองคนจะเป็นผู้อ่านผลแมมโมแกรมของท่านเพื่อดูว่ามีมะเร็งเต้านมหรือไม่

หากท่านเคยรับการตรวจแมมโมแกรมจากที่อื่นมาก่อน ทางโครงการเบรสต์สกรีน อาโอเทอาโรอา ต้องการดูผลการตรวจนั้นๆ ด้วย เพื่อนำมาเปรียบเทียบกับผลจากแมมโมแกรมของท่านครั้งนี้

ดิฉันจะทราบผลการตรวจได้อย่างไร?

ทางโครงการจะส่งผลการตรวจไปให้ท่านภายในสองสัปดาห์หลังจากที่ได้รับการตรวจแมมโมแกรม

- สำหรับสตรีส่วนใหญ่ ผลการตรวจจะเป็นปกติและท่านจะได้รับแจ้งให้กลับมารับการตรวจแมมโมแกรมครั้งต่อไปในอีกสองปี
- สตรีจำนวนไม่มากนักที่จะได้รับโทรศัพท์แจ้งให้มาตรวจเพิ่มเติม ซึ่งเป็นบริการฟรีเช่นกัน การตรวจเพิ่มเติมนี้อาจเป็นการตรวจเต้านมด้วยแมมโมแกรมอีก หรือตรวจอัลตราซาวด์หรืออาจทำการเก็บตัวอย่างเนื้อเยื่อจากเต้านมจำนวนเล็กน้อยเพื่อ

การตรวจด้วยกล้องจุลทรรศน์ สตรีส่วนใหญ่ที่ถูกเรียกให้กลับมาตรวจเพิ่มเติม ไม่พบว่า เป็นมะเร็งเต้านม

- สตรีจำนวนไม่กี่คนที่ เป็นมะเร็งเต้านม จะได้รับการรักษาจากแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ สตรีที่เป็นมะเร็งเต้านมส่วนใหญ่ จะได้รับการแนะนำให้ทำการผ่าตัดเพื่อเอามะเร็งออก สตรีบางท่าน อาจจะต้องได้รับการรักษาเพิ่ม เช่น การบำบัดด้วยรังสี การบำบัดด้วยฮอร์โมน เคมีบำบัด หรือการบำบัดด้วยหลายวิธีดังกล่าวร่วมกัน

ดิฉันจะเข้าร่วมโครงการ เบรสต์สกรีน อาโอเทอาโรอา ได้อย่างไร?

หากท่านมีอายุระหว่าง 50 ถึง 69 ปี และเคยได้รับการตรวจหา กับโครงการเบรสต์สกรีน อาโอเทอาโรอา มาแล้ว ท่านจะได้รับจดหมายเชิญให้มารับการตรวจแมมโมแกรมกับโครงการอีกครั้งหนึ่ง นอกจากนี้ท่านยังสามารถ ทำการนัดหมายได้เองโดยโทรศัพท์ไปที่หมายเลข 0800 270 200 หรือท่านสามารถใช้หมายเลขโทรศัพท์เดียวกันนี้เพื่อแจ้งเปลี่ยนที่อยู่หากเปลี่ยนแปลงไปจากที่ได้แจ้งไว้เมื่อมาตรวจแมมโมแกรมครั้งที่ครั้งสุดท้าย

สตรีที่มีอายุระหว่าง 45-69 ปีท่านอื่นที่ไม่มีอาการเกี่ยวกับเต้านม ปัจจุบันสามารถลงทะเบียนเข้าร่วมโครงการโดยการโทรศัพท์ไปที่หมายเลข 0800 270 200

เมื่อมาตรวจแมมโมแกรม

- ห้ามทาแป้ง ครีม หรือยาระงับกลิ่นตัว ในวันที่ท่านไปรับการตรวจแมมโมแกรม เนื่องจากสิ่งเหล่านี้ทำให้หามะเร็งในแมมโมแกรมยากขึ้น
- เนื่องจากท่านจะต้องถอดเสื้อที่อยู่เหนือเอวขึ้นไป ควรสวมใส่เสื้อผ้าที่ถอดออกได้สะดวก เช่น เสื้อครึ่งท่อน หรือเสื้อเวดเจอร์ เป็นต้น
- ทางโครงการมีผ้าคลุมหรือเสื้อคลุมไว้ให้ท่านใช้ในระหว่างการตรวจเต้านมด้วยแมมโมแกรม

- ทางโครงการจะรักษาความลับส่วนบุคคลในการตรวจแมมโมแกรมของท่านทุกด้าน
- เจ้าหน้าที่ขายรังสีต้องการให้ท่านทำตัวให้สบายมากที่สุดเท่าที่จะทำได้ หากมีข้อสงสัยใดๆ ขอให้ปรึกษากับเจ้าหน้าที่นั้นๆ
- นำผลการตรวจแมมโมแกรมครั้งก่อนๆ ที่ท่านมี มาด้วย
- นำแผ่นตามาดูด้วยถ้าท่านจำเป็นต้องใช้ในการอ่าน เพราะท่านจะต้องกรอกแบบฟอร์ม
- ท่านอาจพาบุคคลหรือสมาชิกของครอบครัวของท่าน มาให้กำลังใจได้

การไปตรวจเต้านมด้วยแมมโมแกรมใช้เวลาทั้งหมดนานประมาณสามสิบนาที

ผลของการตรวจเต้านมด้วยแมมโมแกรมจะส่งไปให้ท่านโดยตรง และยังคงส่งไปให้แพทย์ผู้รักษาท่านได้หากท่านต้องการ

ศูนย์ เบรสต์สกรีน อาโอเทอาโรอา ตั้งอยู่ที่ใดบ้าง?

ศูนย์ฯ ตั้งอยู่ทั่วประเทศนิวซีแลนด์ ศูนย์เหล่านี้สามารถนำเก้าอี้ล้อเข็นเข้าไปได้

หน่วยตรวจหาเคลื่อนที่ซึ่งทำการเดินทางไปตามที่ตั้งต่างๆ ทั่วประเทศด้วย ขอรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่โทรศัพท์หมายเลข 0800 270 200 หรือเยี่ยมชมเว็บไซต์ได้ที่

www.breastscreen.govt.nz

หากท่านสังเกตว่ามีอาการผิดปกติของเต้านม (มีสิ่งเปลี่ยนแปลงไปจากปกติสำหรับท่าน) ขอให้ไปพบแพทย์โดยทันที

โปรดอย่ารอให้ถึงเวลาการตรวจแมมโมแกรมเพื่อตรวจอาการผิดปกติเหล่านี้

อาการที่แสดงว่าเป็นมะเร็งเต้านม มีดังต่อไปนี้ :

- มีก้อนเนื้อหรือเนื้อเยื่อหนาเกิดขึ้นมาใหม่
- รูปร่างหรือขนาดเต้านมเปลี่ยนแปลง

- ปวดในเต้านมอย่างผิดปกติ
- ผิวเหี่ยวย่นหรือมีรอยบุ๋ม
- หัวนมข้างใดข้างหนึ่งมีการเปลี่ยนแปลง เช่น
 - หัวนมบุ๋ม
 - ของเหลวซึมออกจากหัวนมทั้งที่ไม่ได้บีบ
- ผิวหนังบริเวณเต้านมเป็นผื่นหรือแดง

สิทธิของท่าน

เช่นเดียวกับกับการบริการสาธารณสุขอื่นทุกประเภท สิทธิของท่านได้รับการคุ้มครองโดย กฎระเบียบสิทธิของผู้ใช้บริการด้านสุขภาพและทุพพลภาพ (Code of Health and Disability Services Consumers' Rights)

โครงการยังจะต้องปฏิบัติตามกฎหมายภายใต้กฎระเบียบว่าด้วยข้อมูลด้านสุขภาพส่วนบุคคล (Health Information Privacy Code) ดังนั้นประวัติการรักษาและภาพเอ็กซเรย์เต้านมของท่านจะได้รับการรักษาไว้ด้วยความลับและรักษาไว้อย่างปลอดภัย

เพื่อการประเมินผลด้านประสิทธิภาพและคุณภาพของโครงการทางโครงการ เบรสต์สกรีน อาโอเทอาโรอา ใคร่ขอแจ้งให้ท่านทราบว่าเราอาจจะทำกรจัดเก็บรวบรวมข้อมูลด้านต่างๆ ดังต่อไปนี้ :

- รายละเอียดต่างๆ ที่เกี่ยวกับการรักษาเต้านมที่ท่านเคยได้รับมาในอดีตและที่อาจจะต้องทำการรักษาในอนาคต
- รายละเอียดด้านการรักษาพยาบาลที่เกี่ยวข้องต่างๆ ผลของการตรวจเต้านมด้วยแมมโมแกรม และรายงานการรักษาอื่นๆ

รายละเอียดเหล่านี้จะเก็บรวบรวมจากสถานพยาบาลเอกชนและของรัฐ โดยกระทรวงสาธารณสุขหรือผู้แทนของกระทรวงฯ เช่น หน่วยงานอื่นที่ได้รับมอบหมายจากหน่วยตรวจหามะเร็งเต้านมแห่งชาติ (National Screening Unit) หรือ เบรสต์สกรีน อาโอเทอาโรอา (BreastScreen Aotearoa) หรือหน่วยบริการสนเทศสาธารณสุขแห่งประเทศนิวซีแลนด์

(NZ Health Information Service) หรือหน่วยทะเบียนผู้ป่วยด้วยโรคมะเร็ง (Cancer Registry) ด้วยรหัส National Health Index Number (NHI) ของท่าน

เมื่อได้รับรายละเอียดด้านต่างๆ ที่รวบรวมมาได้แล้วจะทำให้สามารถประเมินผลการตรวจแมมโมแกรมของท่านได้ถูกต้องมากยิ่งขึ้น ทางโครงการฯ สามารถที่จะให้การติดตามประเมินผลที่จำเป็นให้แก่ท่านได้ และท่านจะได้รับเชิญให้เข้าร่วมในการตรวจแมมโมแกรมครั้งต่อไป ท่านจะได้รับรายละเอียดต่างๆ เพิ่มเติมเกี่ยวกับสิทธิของท่านเมื่อท่านมายังศูนย์เบรสต์สกรีน อาโอเทอาโรอา

ข้อควรจำ

สตรีทุกระดับอายุที่รู้สึกหรือสังเกตได้ว่าเต้านมมีอาการผิดปกติไม่ว่าเมื่อไรก็ตาม ให้ไปพบแพทย์ทันที

ท่านสามารถติดต่อศูนย์เบรสต์สกรีน อาโอเทอาโรอา ที่อยู่ใกล้บ้านของท่านได้ทางโทรศัพท์ฟรีหมายเลข 0800 270 200 หรือเยี่ยมชมเว็บไซต์ได้ที่ www.breastscreen.govt.nz

กรุณาแจ้งให้เราทราบด้วยหากท่านจะต้องใช้ล่ามแปลในระหว่างการนัดหมายของท่าน เพื่อเราจะได้จัดเตรียมไว้ให้พร้อมก่อน