

# Կրծքագեղձի քաղցկեղ

ՎԱՂ ՇՐՋԱՆՈՒՄ ՀԱՅՏՆԱԲԵՐՈՒՄԸ ԿՅԱՆՔԵՐ Է ՓՐԿՈՒՄ



## Ի՞նչ է կրծքագեղձի քաղցկեղը

Կրծքագեղձի քաղցկեղն առաջանում է, երբ կրծքի հյուսվածքներում ձևավորվում են ոչ նորմալ բջիջներ, որոնք հետո կարող են տարածվել, եթե չնկատվեն և չբուժվեն:

## Վիճակագրություն

Լոս Անջելեսի Շրջանում 2019 թ.-ին կրծքագեղձի քաղցկեղը եղել է կանանց շրջանում վաղաժամ մահվան 2-րդ հիմնական պատճառը:

Կրծքագեղձի քաղցկեղների 85%-ը լինում է այն կանանց մոտ, որոնց ընտանիքներում չեն եղել նման դեպքեր:

Միացյալ Նահանգներում 8 կնոջից 1-ը իր կյանքի ընթացքում ունենում է կրծքագեղձի քաղցկեղ:

## Կրծքագեղձի քաղցկեղը և առողջության մեջ հավասարությունը

- Սևամորթ կանայք 40%-ով ավելի հավանական է, որ կմահանան կրծքագեղձի քաղցկեղից, քան սպիտակամորթ կանայք:
- Աշկենազ հրեա կանայք ունեն կրծքագեղձի քաղցկեղի ավելի բարձր ռիսկ, քանի որ BRCA-ի մուտացիայի (փոփոխման) ցուցանիշն ավելի բարձր է:
- Լատինամերիկացի կանայք ավելի հավանական է, որ կախտորոշվեն ավելի ուշ փուլում, քան սպիտակամորթ կանայք:
- Սևամորթ կանայք 2 անգամ ավելի հավանական է, որ կախտորոշվեն կրծքագեղձի քաղցկեղի այնպիսի տեսակով, որի բուժումն ավելի դժվար է:
- Կալիֆորնիայում Հավայիի և Խաղաղ օվկիանոսի այլ կղզիների բնիկ (NHP) կանանց կրծքագեղձի քաղցկեղից մահացության ցուցանիշը 33%-ով ավելի բարձր է, քան ոչ իսպանախոս սպիտակամորթ կանանցը:

## Շրջակա միջավայրի գործոններ

Հրապարակված ուսումնասիրությունները ցույց են տալիս կապ կրծքագեղձի քաղցկեղի և շրջակա միջավայրում թունավոր նյութերի միջև, օրինակ՝ դրանց, որոնք ընդգրկված են **պլաստմասայի, դիմահարդարման և միջատասպան նյութերի** արտադրության մեջ:

Շրջակա միջավայրի թունավոր նյութերի ազդեցությունը տատանվում է՝ կախված մարդկանց բնակության վայրից, նրանց աշխատանքից և այն ապրանքներից, որոնք նրանք օգտագործում կամ ուտում/խմում են: Սննդարար ուտելիքի և ֆիզիկապես ակտիվ լինելու համար տարածքի հասանելի լինելը նույնպես կարևոր են կրծքագեղձի քաղցկեղի վտանգը նվազեցնելու համար: Շրջակա միջավայրով պայմանավորված վտանգի գործոնների վրա ազդում է համակարգային ռասիզմը:



## Հետազոտվելու խորհուրդներ

Հետազոտող մամոգրաֆիան կարող է օգնել նվազեցնել կրծքագեղձի քաղցկեղից մահացությունը 40-74 տարեկան կանանց շրջանում: Ցածր արժեքով կամ անվճար մամոգրաֆիայի ծառայությունները հասանելի են չապահովագրված, թերի ապահովագրված և ցածր եկամուտ ունեցող այն կանանց, որոնց չափորոշիչները բավարարում են Լոս Անջելեսի Շրջանում՝ անկախ ներգաղթի կարգավիճակից: Ձեր մոտակայքում գտնվող համայնքային կլինիկայի համար այցելեք [bit.ly/BreastCancerScreeningClinics](http://bit.ly/BreastCancerScreeningClinics):

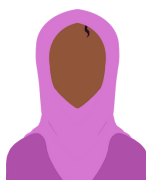
Որոշ տրանսգենդեր տղամարդիկ և կանայք, ինտերսեքս, ոչ բինար, կամ քվիր գենդեր ունեցող մարդիկ նույնպես կարիք ունեն կրծքագեղձի քաղցկեղի հետազոտության: Նրանց մամոգրաֆիայի անհրաժեշտությունը տարբեր է՝ կախված իրենց տարիքից, ծննդյան պահին սեռից, հորմոնների օգտագործումից, նախկինում կրծքի վիրահատությունից և ընտանիքում հիվանդությունների պատմությունից:

### 40-49 տարեկաններ



Նոր ուղեցույցները խորհուրդ են տալիս բոլոր կանանց հետազոտումը սկսել 40 տարեկանում և շարունակել այն 2 տարին մեկ: Մամոգրաֆիան 40 տարեկանում անելը կարող է կյանքեր փրկել:

### 50-74 տարեկաններ



Խորհուրդ է տրվում մամոգրաֆիա անել յուրաքանչյուր 2 տարին մեկ:

### 75 + տարեկաններ



Կարող են շարունակել մամոգրաֆիա անել յուրաքանչյուր 2 տարին մեկ:

\* Առաջարկությունները ԱՄՆ-ի «Կանխարգելիչ ծառայությունների աշխատանքային» խմբի (USPSTF) կողմից են:

## Ի՞նչ կարող եմ անել վտանգը նվազեցնելու համար



Խուսափեք ալկոհոլ օգտագործելուց կամ սահմանափակեք այն:



Կերեք սննդարար ուտելիք և պահպանեք առողջ քաշ:



Կանոնավոր կերպով ֆիզիկական ակտիվություն ունեցեք:



Կրծքով կերակրեք, եթե կիրառելի է:

## Աղբյուրները Լոս Անջելեսի Շրջանում

Լոս Անջելեսի Շրջանի բոլոր բնակիչներին, անկախ ներգաղթի կարգավիճակից, **Առողջապահական Ծառայությունների Վարչության** միջոցով հասանելի է ինչպես **կրծքագեղձի քաղցկեղի, այնպես էլ արգանդի վզիկի քաղցկեղի հետազոտում՝ հաճախ անվճար կամ ցածր գնով**: Այցելեք [bit.ly/BreastCancerScreeningClinics](http://bit.ly/BreastCancerScreeningClinics):

**Every Woman Counts-ը** («Յուրաքանչյուր կին կարևոր է») առաջարկում է **կրծքագեղձի և արգանդի վզիկի քաղցկեղի հետազոտման և ախտորոշման անվճար ծառայություններ** Կալիֆորնիայի անապահով բնակչությանը: Այցելեք [bit.ly/EveryWomanCounts](http://bit.ly/EveryWomanCounts):

**Անվճար բուժումը** հասանելի է Կալիֆորնիայի բոլոր բնակիչներին, որոնք իրավասու են «Կրծքագեղձի և արգանդի վզիկի քաղցկեղի բուժման» ծրագրի միջոցով: Այցելեք [bit.ly/BreastandCervicalCancerTreatmentProgram](http://bit.ly/BreastandCervicalCancerTreatmentProgram):

**Կրծքագեղձի և արգանդի վզիկի քաղցկեղի հետազոտման և բուժման միջոցների համար** այցելեք [211LA.org](http://211LA.org):