

Breast Cancer

ရင်သားကင်ဆာ



ကင်ဆာရောဂါအကြောင်း သိကောင်းစရာ (၂)

အမှန်ကတော့ ကျွန်တော်ရင်သားကင်ဆာအကြောင်းရေးဖို့ စိတ်ကူးမရှိသေးပါဘူး။ Suewann က တင်ပေးဖို့ ပြောလို့ ပါ။ ရင်သားကင်ဆာက သိထားသင့်တဲ့အကြောင်းတစ်ခုပါ။ အမျိုးသမီးတွေကို အဓိကခြိမ်းခြောက်နေ တဲ့ ရောဂါတစ်ခုဆိုလဲ မမှားပါဘူး။ ဒါပေမယ့် စောစောစီးစီး သိရှိရင် ထိထိရောက်ရောက် ကုသနိုင်တဲ့အတွက်

ဘယ်လိုသူတွေမှာ ရင်သားကင်ဆာဖြစ်ပွားဖို့ အခွင့်အလမ်းပိုများသလဲ?

ဘယ်လိုရောဂါလက္ခဏာတွေနဲ့ လာမှာလဲ?

စောစောစီးစီးသိအောင်ဘာတွေလုပ်နိုင်မလဲ?

ဘယ်လိုနည်းလမ်းတွေနဲ့ ကုသနိုင်သလဲ? ဆိုတာတွေ သိထားဖို့ လိုပါတယ်။

(၁) ဘယ်လိုသူတွေမှာ ရင်သားကင်ဆာဖြစ်ပွားဖို့ အခွင့်အလမ်းပိုများသလဲ?

- အပျိုဖော်ဝင်စောခြင်း (ရာသီဦးစောခြင်း) (Early menarche)
- သွေးဆုံးနောက်ကျခြင်း (ရာသီကုန် နောက်ကျခြင်း) (Late menopause)
- သားသမီးမထွန်းကားခြင်း
- သားဦးကို အသက် (၃၀) ကျော်မှ မွေးဖွားခြင်း

- ရာသီကုန်ပြီးနောက်ဟော်မုန်းအစားထိုးသုံးစွဲခြင်း
- ဓါတ်ရောင်ခြည်ထိတွေ့ ခွဲဖူးခြင်း
- မိသားစုဝင်ထဲ၊ ဒါမှမဟုတ်ဆွေမျိုးထဲတွင် ရင်သားကင်ဆာ၊ သားဥအိမ်ကင်ဆာများဖြစ်ဖူးခြင်း

စတာတွေဟာ ရင်သားကင်ဆာဖြစ်နိုင်ခြေ ပိုများစေတဲ့ အချက်တွေပါ။ အဲဒီအချက်တွေ မိမိမှာရှိတယ်ဆိုရင် မိမိရင်သားကို အစဉ်ဂရုပြု စစ်ဆေးနေဖို့ လိုပါလိမ့်မယ်။

(၂) ဘယ်လိုရောဂါလက္ခဏာတွေနဲ့ လာမှာလဲ?

- ရင်သားအကျိတ်။ ဂျိုင်းပြန်ရည်ကျိတ်ကြီးခြင်း။
- ရင်သားအရေပြား ချိုင့်ဝင်ခြင်း၊ ထူထဲပြီး လိမ္မော်ခွံကဲ့သို့ ဖြစ်နေခြင်း၊
- နို့ သီးခေါင်းချိုင့်ဝင်နေခြင်း၊ နို့ သီးတဝိုက်မို့ စွဲသကဲ့သို့ ဖြစ်ခြင်း၊ နို့ သီးမှသွေးထွက်ခြင်း စတာတွေအပြင် ကင်ဆာဆဲလ်များအမြစ်ပွားခြင်း (Metastasis) ကြောင့်ဖြစ်တဲ့ လက္ခဏာတွေနဲ့ လဲလာနိုင်ပါတယ်။

(၃) စောစောစီးစီးသိအောင်ဘာတွေလုပ်နိုင်မလဲ?

- မိမိရင်သားကိုရေချိုးစဉ်မှာဖြစ်ဖြစ် တစ်ပါတ်တစ်ခါလောက် စမ်းကြည့်သင့်ပါတယ်။ (အထူးသဖြင့် ကိုယ်ဝန်ဆောင်စဉ်နဲ့ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ပြီးစအချိန်များ)စမ်းတဲ့အခါမှာလည်း နို့ သီးအောက်မှအစ၊ ရင်သား တစ်ခုလုံး၊ ဂျိုင်းအထိ စမ်းသင့်ပါတယ်။
- အထက်မှာပြောထားတဲ့ ရောဂါဖြစ်နိုင်ခြေရှိတဲ့သူမျိုးဆိုရင်တော့ လိုအပ်သလို ရင်သားခါတ်မှန် (Mammogram) ကို ၁-၂နှစ်တစ်ကြိမ်ထိ ရိုက်ပြီး စစ်ဆေးသင့်ပါတယ်။(လိုအပ်သလိုဆိုတဲ့နေရာမှာ သက်ဆိုင်ရာပါရကူက မည်သည့်အသက်အရွယ်ကစရိုက်ရမယ် ဆိုတာကို risk factor တွေအပေါ် မူတည်ပြီး confirm လုပ်သင့်တာတွေကို လုပ်ပြီး ဆုံးဖြတ်ပေးပါလိမ့်မယ်။ ဖွံ့ဖြိုးပြီးနိုင်ငံတွေမှာတော့ screening program တွေနဲ့ လုပ်နေပါတယ်။ National Cancer Institute (U.S) guideline အရ အသက် ၄၀-၇၀ ကြားကို ၁-၂နှစ်တစ်ကြိမ် screening လုပ်ဖို့ recommend လုပ်ပါတယ်။ NHS Breast Screening Programme (UK) ကတော့ ၅၀-၇၀နှစ်ကြားကိုလုပ်ပါတယ်။)
- တစ်ကယ်လို့ မသင်္ကာဖွယ်ရာအကျိတ် (သို့) ရင်သားခါတ်မှန်ရလဒ်မျိုးတွေ့ ရင်တော့ ရင်သားအသားစယူစစ်ဆေးခြင်း (FNA, Core biopsy, Excisional biopsy)၊ ပြန်ရည်ကျိတ်စစ်ဆေးမှုများ

အပြင် အဆုတ်၊အသည်း၊အရိုးအစရှိသောအစိတ်အပိုင်းများသို့ ကင်ဆာပွားခြင်းရှိမရှိစမ်းသပ်မှုတွေကို ဆက်လုပ်မှာဖြစ်ပါတယ်။

(၄) ဘယ်လိုနည်းလမ်းတွေနဲ့ ကုသနိုင်သလဲ?

- ခွဲစိတ်မှုကတော့မဖြစ်မနေလုပ်ရမှာပါ (အသားစအဖြေကကင်ဆာဖြစ်နေရင်)။ ရောဂါက အစောပိုင်းအဆင့်မှာရှိသေးရင်တော့ ရင်သားထိန်းသိမ်းခွဲစိတ်ခြင်း (Breast Conservative Treatment) လုပ်နိုင်တဲ့အတွက်ရင်သားကိုထိန်းသိမ်းနိုင်မှာပါ။ ရောဂါအဆင့်မြင့်နေရင်တော့ ရင်သားသာမကပြန်ရည်ကျိတ် များပါထုတ်ပစ်ရမှာပါ။

- ကင်ဆာတိုက်ဖျက်ဆေးများနှင့်ကုသခြင်း(Chemotherapy)ကလည်းခွဲစိတ်မှု မတိုင်မီနဲ့ ခွဲစိတ်ပြီး၊ (သို့)ခွဲစိတ်ပြီးမှာ လူနာရဲ့ အသက်၊ရာသီအနေအထား၊အကြိတ်အရွယ်အစား၊ပြန်ရည်ကျိတ်ပါဝင်မှု၊ ဟော်မုန်းလက်ခံပရိုတင်း(ER/PR) စတာတွေအပေါ်မှာမူတည်ပြီး ပေးလေ့ရှိပါတယ်။

- ဓါတ်ရောင်ခြည်ဖြင့်ကုသခြင်း(Radiation Therapy)တို့ အပြင်

- ဟော်မုန်းကုထုံး(Hormonal Therapy)၊ ဇီဝကုထုံး(Biotherapy)စတဲ့ ထိရောက်သောခေတ်မီ ကုထုံးတွေနဲ့ ပူးတွဲကုသနိုင်ပါတယ်။ ကုသမှု တွေအပြီးမှာလည်း သုံးလတစ်ကြိမ်၊ ခြောက်လတစ်ကြိမ်၊ တစ်နှစ်တစ်ကြိမ် အစရှိသဖြင့် ပြန်လည်ခေါ်ယူစမ်းသပ်မှုတို့ ပုံမှန်သွားရောက်ဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ ဒါဟာ ရောဂါပြန်လည်ထကြွမှု၊ အခြားအစိတ်အပိုင်းများသို့ ကင်ဆာပျံ့နှံ့မှု မှုတွေရှိမရှိ သိရှိဖို့ ဖြစ်လို့ အလွန် အရေးကြီးပါတယ်။ ဒါကြောင့်

- ရောဂါမဖြစ်ခင်စဉ်ကတည်းက ရှောင်ကြဉ်၍ ရသည်ကို ရှောင်ကြဉ်ခြင်း (ဥပမာ-ဟော်မုန်းများ)

- ရောဂါကို စောစီးစွာ သိရှိအောင် သတိ(awareness)ထား၍ မိမိကိုယ်ကိုစမ်းသပ်ခြင်း (Self examination)

- ထိရောက်သောကုသမှုခံယူခြင်းဖြင့် ရောဂါအဆင့်မတိုးအောင် ကာကွယ်ခြင်း

- ကုသမှုခံယူပြီးနောက် ဆရာဝန်ညွှန်ကြားသည့်အတိုင်း ပြန်လည်ပြသခြင်းစတာတွေနဲ့ ရင်သားကင်ဆာ ရောဂါကို ရင်ဆိုင်ကျော်လွှားနိုင်ကြမှာပါ။