တွေးတောအုပ်တိုက်
ကျန်းမာရေးစာစဉ်(၂၅)

Zora K. Brown
Karl K. Boatman, MD

100 Questions & Answers

About

Breast Cancer

ကိုယ်တိုင် ရင်သားကင်ဆာရောဂါရှိမှန်း အခုမှ သိသူအတွက်ဖြစ်စေ၊ ရင်သားကင်ဆာရောဂါနဲ့ စစ်ခင်းရင်း အသက်ရှင်နေဆဲသူအတွက်ဖြစ်စေ၊ လူနာရဲ့မိတ်ဆွေသူငယ်ချင်းအတွက်ဖြစ်စေ ဒီစာအုပ်က အကူအညီပေးမှာပါ။ ဒီစာအုပ်ထဲမှာ လူနာဘက်က အမြင်ရော၊ ဆရာဝန်ဘက်က အမြင်ပါ နှစ်ဖက်မြင် ရေးသားထားပါတယ်။ ရင်သားကင်ဆာနဲ့ပတ်သက်ပြီး လက်တွေ့ကျကျ အမေးအဖြေတွေ ထည့်သွင်းဖော်ပြရာမှာ ရင်သားကင်ဆာအန္တရာယ်တွေ၊ ရင်သားကင်ဆာကာကွယ်ရေး၊ ရောဂါရှာဖွေရေး၊ ရောဂါကုသရေး၊ ကုသပြီးနောက်ပိုင်း ကျန်းမာရေး၊ အကူအညီရယူရေးစသဖြင့် ရင်သားကင်ဆာလူနာအတွက် ဖို-မ ဆက်ဆံရေးကိစ္စ၊ မျိုးပွားမှုဆိုင်ရာကိစ္စတွေကိုပါ ထည့်သွင်းထားပါတယ်။ ကြောက်ရွံ့ထိတ်လန့်စေနိုင်တဲ့ရောဂါဆိုးကြီးကို ကျော်လွှားဖို့အတွက် ဒီစာအုပ်က အားဆေးတစ်ခွက်ပါလို့ဆိုချင်ပါတယ်။

ကျွန်မမှာ ရင်သားကင်ဆာရောဂါရှိတယ်လို့ သိသိချင်းမှာ ဒီစာအုပ်ကို ချစ်ရတော့တာပါပဲ။ အရင်ကတော့ ဒီလိုမေးခွန်းတွေ၊ သိချင်တာတွေက ကိုယ်တစ်ယောက်တည်းမှာပဲ ရှိနေတာလို့ ထင်မိတာ၊ အစပိုင်းကတော့ ကံတရားကိုပဲ အားကိုးနေရပါတယ်။ မိသားစုဝင်တွေ၊ သူငယ်ချင်းမိတ်ဆွေတွေကိုလည်း မှီခိုရတော့တာပါပဲ။ ဘုရားကျောင်းက၊ မိသားစုဝင်တွေဆီက၊ သူငယ်ချင်းမိတ်ဆွေတွေဆီက မယုံနိုင်လောက်အောင်ကို အကူအညီတွေရပါတယ်။ ဒါပေမဲ့လည်း ကျွန်မမှာ အဖြေမရှိတဲ့၊ သိချင်နေတဲ့ မေးခွန်းတွေ အများအပြား ရှိနေတာမို့ ဖြေပေးမယ့်သူရှာဖွေလိုက်တာ ဒီစာအုပ်ကို ဖတ်ရတော့မှပဲ သိချင်တာတွေရော အရင်က မသိထားတာတွေပါ သိရတော့တာမို့ ဝမ်းသာမိပါတယ်။

Cherry Jackson
Breast Cancer Survivor

ရင်သားကင်ဆာ

မေး-ဖြေ ၁၀၀

ဒေါက်တာမာမာဆွေ

မာတိကာ

ထုတ်ဝေသူအမှာ
မူရင်းစာရေးသူ၏အမှာ

အခန်း (၁)
ရင်သားကင်ဆာရောဂါဆိုင်ရာ အခြေခံသိကောင်းစရာများ ၁
- ရင်သားကင်ဆာရောဂါကြောင့် သေဆုံးနိုင်ပါသလား။
- ကင်ဆာရောဂါတွေထဲမှာ ရင်သားကင်ဆာကြောင့် သေဆုံးခြင်းဟာ ရှေ့ဆုံးမှာရှိတယ်ဆိုတာ တကယ်ပဲလား။
- ရင်သားကင်ဆာ ဘာကြောင့်ဖြစ်ရတာလဲ။
- ရင်သားကင်ဆာ အန္တရာယ်ရှိနေပြီဆိုတာ၊ ဘယ်လိုကြိုတင်သိနိုင်ပါသလဲ။
- ရင်သားကင်ဆာ အမျိုးအစားများစွာ ရှိပါသလား။
- အမြစ်တွယ်အဆင့် ရင်သားကင်ဆာနဲ့ အမြစ်မတွယ်သေးတဲ့ ရင်သားကင်ဆာရဲ့ ခြားနားချက်က ဘာတွေလဲ။

အခန်း (၂)
အန္တရာယ်ဖြစ်စေသော အကြောင်းအရာများနှင့် ကာကွယ်ရန် နည်းလမ်းများ ၁၇
- ရင်သားကင်ဆာ ဖြစ်စေနိုင်သော အန္တရာယ် အပြုအမူအဖြစ် ဘာတွေရှိသလဲ။
- ရင်သား အမြတမ်း တောင့်တင်းနာကျင်နေရင် ရင်သားကင်ဆာ ဖြစ်တာလား။ သို့မဟုတ် ကင်ဆာ ဖြစ်လာနိုင်ပါသလား။
- ရင်သားကင်ဆာနဲ့ ဟိုမုန်းရဲ့ ဆက်နွယ်မှုက ဘယ်လိုရှိပါသလဲ။

အခန်း (၃)
ရောဂါသတ်မှတ်ခြင်း ၄၁
- ရင်သားမှာ အကျိတ်စမ်းမိရင် ဘာလုပ်သင့်ပါသလဲ။
- ရင်သားအထူးဓာတ်မှန်ရိုက်ဖို့အတွက် ငွေကြေးအခက်အခဲကို ဘယ်လိုဖြေရှင်းရမလဲ။
- ရင်သားအထူးဓာတ်မှန်ရိုက်ရင် နာကျင်ပါသလား။

အခန်း (၄)
ရင်သားကင်ဆာ ရောဂါကုသရေး ၅၁
- ကင်ဆာရောဂါ ရင်ဆိုင်လာရပြီဆိုရင် ဘာလုပ်သင့်ပါသလဲ။
- ရင်သားကင်ဆာ ကုသနည်း အမျိုးအစား ဘယ်နှမျိုး ရှိသလဲ။
- ကုသဖို့နည်းလမ်းမှာ အခြားနည်းလမ်း (ဒုတိယနည်းလမ်း) ရှိပါသေးသလား။

အခန်း (၅)
ဆေးကုသမှု ခံယူရေးနှင့် ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများ ၁၃၁
- ဆေးကုသမှုနဲ့ တွဲပါလာတဲ့ နာကျင်မှုဝေဒနာကို သက်သာအောင် ဘယ်လိုလုပ်မလဲ။
- ဆံပင်ကျွတ်တဲ့ပြဿနာကို ဘယ်လိုဖြေရှင်းသင့်ပါသလဲ။

အခန်း (၆)
ကင်ဆာဖြစ်ပြီး နောက်ပိုင်း အပြောင်းအလဲများ ၁၄၅
- ရောဂါမဖြစ်ခင်က အနေအထားမျိုးရောက်အောင် ဘယ်လိုလုပ်ရမလဲ။
- ရောဂါအပေါ် ခံစားချက် ပုံမှန်အနေအထားရှိပါရဲ့လား။
- မိတ်ဆွေများ၊ ချစ်သူခင်သူများကို ကင်ဆာရောဂါဖြစ်နေပြီလို့ ဖွင့်ပြောဖို့ ဘာကြောင့် ခက်ခဲနေရတာပါလဲ။

အခန်း (၇)
ဖို-မ ဆက်ဆံရေး၊ သားသမီး မွေးဖွားရေးတို့အပေါ် ရင်သား ကင်ဆာ၏ အကျိုးသက်ရောက်မှုများ ၁၆၁
- ခွဲစိတ်ပြီးတဲ့နောက် ဖို-မ ဆက်ဆံရေးကိစ္စ

အခန်း (၈)
ပတ်ဝန်းကျင်နဲ့ဆက်ဆံရေး ၁၇၇
- တစ်ယောက်တည်းနေရင်း ရန်ဖြစ်နေတာ ဘာကြောင့်လဲ။
- ပတ်ဝန်းကျင်နဲ့ အလိုက်အထိုက်နေဖို့ မိတ်ဆွေတွေ နားလည်အောင် ဘယ်လိုလုပ်ရမလဲ။
- မိတ်ဆွေများ၊ မိသားစုဝင်များအကြား နေထိုင်ပါဝင်နိုင်ဖို့ ပြင်ဆင်ရေး။