

유방암 검사를 하셨습니까?

메모그램

- 메모그램이란 유방을 엑스레이로 찍는 검사를 말합니다. 의사들은 여성이 50 세부터 2 년마다 메모그램을 하는 것을 권장합니다
- 만약 비정상 증상이 있거나 또는 유방암의 가족력이 있다면, 50 세가 되기 전에 검사를 받으십시오.
- 이 검사는 유방암을 일찍 찾는데 도움을 주며, 어떤 경우엔 덩어리가 만져지기 3 년전에 찾는 경우도 있습니다. 이것은 치료를 위한 최고의 기회를 줍니다.
- 메모그램은 나이가 많은 여성들에 비해 50 세미만의 여성들에게서 유방 종양을 발견할 가능성이 낮습니다. 이것은 젊은 여성들의 조밀한 유방 조직이 메모그램에 하얗게 보이기 때문일 수 있습니다. 조밀한 유방 조직인 경우 종양이 메모그램에 하얗게 보이기 때문에 찾기가 어렵습니다.
- U.S Preventive Services Task Force(미국 예방 서비스 태스크 포스)는 40-49 세사이 여성들이 의사에게 언제 및 얼마나 자주 유방암 검사를 하는 것이 좋은지 조언을 구하는 것을 권장합니다.
- 40-74 세사이 여성들 중 메모그램을 한 여성들은 검사를 하지 않은 여성들에 비해 유방암으로 인해 사망할 확률이 낮습니다.

메모그램은 어떻게 이루어 집니까?

- 메모그램시, 방에는 엑스레이를 찍는 사람과 귀하만이 있습니다 .
- 귀하의 유방은 두개의 엑스레이 판 사이에 조직을 눌리고 펴게 됩니다. 이것은 몇초 걸리며 명확한 사진을 찍는데 제일 좋은 방법입니다 .
- 검사는 20 분정도 걸립니다.
- 유방 임플란트가 있는 여성같은 다소 사람들은 최대한 많은 유방 조직을 찍기위해 더 많은 사진을 찍을 수도 있습니다 .



다음은 메모그램을 잘 찍기 위한 팁 목록입니다:

- 월경 일주일전이나 월경이 있는주간에는 메모그램을 피하십시오. 귀하의 유방이 아프거나 부어있을 수 있습니다.
- 로션, 파우더, 향수 또는 탈취제를 사용하지 마십시오. 엑스레이에 하얀 점으로 나타날 수 있습니다.
- 치마나 바지를 입어 검진시 옷만 벗을 수 있게 하는 것이 좋습니다.
- 검진을 시작하기전 몇분동안 문의나 우려사항이 있으면 말씀하십시오.

- 검진동안 다른것에 집중하십시오. 멋있는 그림을 떠올린다거나, 좋아하는 노래 같은 기분이 좋아지는것을 생각하십시오.
- 언제든지 검사를 하는동안 직원에게 귀하의 기분을 말씀하십시오 .

메모그램 결과가 두려워 메모그램을 하지않은 적이 있다면, 혼자가 아닙니다.

- 검사와 그 결과에 대해 생각하는 것은 두려울수 있습니다 .
- 1,000 개의 메모그램 중 2 개에서 4 개가 암이란 진단을 받습니다 .
- 유방암이 초기에 발견되어 오래, 건강한 삶을 사시는 여성들이 많습니다.

알고 계십니까...

- CalOptima 는 메모그램 비용을 제공해 드립니다.
- 귀하께서는 이상을 느끼지 않고, 통증이 없으며 암의 증상이 없더라도 메모그램이 필요합니다.
- 가족중 유방암에 걸린 사람이 없더라도 메모그램이 필요합니다.
- 유방암이 있는 여성중 5% 에서 10% 정도만이 유방암 가족 병력이 있습니다.
- 요즘 사용되는 메모그램 장비는 매우 안전합니다.
- 검사시 받으시는 방사선 양은 매우 적고, 이정도 수준은 해롭지 않다고 조사 결과가 말하고 있습니다.
- 유방암 위험률은 나이가 들수록 높아집니다.
- 이 시대에 태어나는 8 명의 여성중 1 명은 일생에 유방암 진단을 받을 것입니다 .

어머니, 자매, 딸 또는 친구같이 귀하께서 사랑하는 여성들에게 메모그램을 받을 것을 권했습니까?

- 여성들은 매우 바쁜 삶을 살며 많은 시간을 다른사람을 돌보는데 사용합니다.
- 자기 자신에게 유익한 일을 하는 것은 매우 중요하다는것을 기억하십시오.
- 만약 귀하께서 50 세이거나, 유방암 가족력이 있거나 또는 유방이 다르게 느껴진다면, 귀하의 의사와 메모그램을 하는 것을 상담하기 위해 예약하십시오. 귀하의 생명을 구할수도 있습니다.