

Breast Screening

Information and advice for patients

Bengali



Where
EVERYONE
Matters





Information about Breast Screening

আপনার স্তনের কোন পরিবর্তন হয়েছে কিনা তা পরীক্ষার সব চেয়ে ভাল পন্থা হচ্ছে ব্রেস্ট স্ক্রীনিং করা।

Breast Screening is the best way to check if you have any changes in your breasts.

আপনি বা আপনার ডাক্তার বুঝে উঠা বা অনুভব করার পূর্বেই স্ক্রীনিংয়ের মাধ্যমে এই পরিবর্তন ধরা পড়ে।

These changes can be picked up at screening before you or your doctor can see or feel them.

এই স্ক্রীনিংয়ের মাধ্যমে একটি মেমোগ্রাম (স্তনের এক্স-রে) করা হয়। অতঃপর তা বিশেষজ্ঞ ফিল্ম পাঠকগণ পাঠ করেন।

স্ক্রীনিং এর ফলাফল আপনার বাড়িতে এবং আপনার জিপি (জেনারেল প্র্যাক্টিশনার) কাছে পাঠানো হয়ে থাকে।

Screening involves having a mammogram (breast x-ray) which is then read by specialist film readers.

The result will be sent to you at home and to your GP.

স্তন ক্যান্সার সম্পর্কে কতিপয় সত্য তথ্য

Facts about Breast Cancer

- প্রতি ৯ জনের মধ্যে ১ জন মহিলা তাদের জীবনের কোন এক সময়ে স্তন ক্যান্সারের মুখোমুখি হন।

I in 9 women will develop breast cancer at some time in their life.

- সারা পৃথিবীর সকল নারীদের মধ্যে 25% মারাত্মক ঝুঁকির মধ্যে রয়েছেন Worldwide: 25% of all female cancer.



➤ আপনার বয়সী নারীদের মধ্যে খুব সচরাচরই স্তন ক্যান্সার দেখা দেয় কারণ স্তন ক্যান্সারে আক্রান্ত ৮০% মহিলাই 50 বা তদুর্ধ্ব বয়সী।
Breast Cancer is more common in women in your age group as 80% of breast cancers occur in women who are over 50 years.

➤ স্ক্রীনিং এর মাধ্যমে যে ক্যান্সারগুলো ধরা পড়ে সেগুলোর বেশিরভাগই ক্যান্সারের খুব প্রাথমিক পর্যায়ের, এ অবস্থায় তা থেকে সুস্থতা লাভ করার একটা বড় সম্ভবনা থাকে এবং তা আপনার বেঁচে থাকার সম্ভবনাকে ব্যপকভাবে প্রভাবিত করে।

Most breast cancers found at screening are at an early stage when there is a good chance of a successful recovery and this greatly influences your survival chances.

এসকল কারনে স্ক্রীনিং করার বিষয়টি অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। এটি আপনার স্তনকে নিরোগ রাখার নিশ্চয়তা প্রদান করে এবং কেবলমাত্র কয়েক মিনিট সময় নেয়।

That is why it is important to be screened and it helps keep your breasts healthy and it only takes a few minutes.

কিভাবে আমি আমন্ত্রিত হতে পারি?

How will I be invited?

50 থেকে 70 বছর বয়সের যে কোন মহিলাই (যারা জি.পি. এর কাছে রেজিস্ট্রার প্রাপ্ত) প্রতি 3 বছরে একবার স্বভাবিক ভাবে স্তন স্ক্রীনিং-এর জন্য আমন্ত্রিত হন।

আপনার বয়স 70 এর বেশি হলে আপনাকে স্বাভাবিক ভাবে আমন্ত্রন জানানো হবে না। 70 বছরের বেশি বয়সের মহিলাগণ যুব মহিলাদের চেয়ে আরো বেশি পরিমাণে এই ঝুঁকির মধ্যে থাকেন, কারণ বয়সের সাথে সাথে ঝুঁকি ও বেড়ে যায়।

All women aged between 50 and 70 (who are registered with a GP) are automatically invited for breast screening every 3 years.

If you are over 70 years, you will not automatically be invited. Women over 70 years are more at risk than younger women because the risk increases with age.

Screening is still available and free; you just need to call the breast screening office to arrange it.

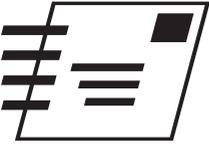
স্ক্রীনিং এখনও পাওয়া যায় এবং বিনামূল্যে, এটা আয়োজনের জন্য আপনাকে শুধু ব্রেস্ট স্ক্রীনিং অফিসে ফোন করতে হবে।

কি হয়?

What happens?

আপনি যদি জি.পি. কর্তৃক রেজিস্ট্রিকৃত হয়ে থাকেন তাহলে আপনাকে স্ক্রীনিং এর জন্য একটি চিঠি পাঠানো হবে।

You will be sent a letter inviting you to come for screening as long as you are registered with a GP.





আপনি যদি নির্দিষ্ট দিনে উপস্থিত হতে না পারেন, আপনি খুব সহজেই স্তন স্ক্রীনিং অফিসে ফোনের মাধ্যমে আপনার সাক্ষাৎকারের সময় পরিবর্তন করে নিতে পারেন।

If you cannot attend on that date, you can easily change your appointment by telephoning the breast screening office.

0121 507 4967/4927

এটি কোথায় সংঘটিত হবে?

Where will this happen?



এটি কোন ড্রাম্যামান ইউনিটে, সিটি হসপিটালের ব্রেস্ট ইউনিটে অথবা ওয়ালসল মেনর হসপিটালে হতে পারে।

This could be either on a mobile unit or at The Breast Unit at City Hospital, or at The Manor Hospital Walsall.



ড্রাম্যামান ইউনিটগুলোতে কেবল মাত্র মহিলারাই কাজ করেন। পুরুষদের অনুরোধ করা হয় বাইরে অপেক্ষা করার জন্য যেন কাজের গোপনীয়তা বজায় থাকে।

Only women work on the mobile unit.

Men are asked to wait outside the unit so it is private.

যখন আমি স্ক্রীনিং এর জন্য আসবো আমার কি কিছু করতে হবে বা সাথে করে আনতে হবে?

Is there anything I need to do or bring with me when I come for screening?



দয়া করে আপনার আমন্ত্রন পত্র সাথে করে নিয়ে আসুন।

এছাড়া আপনার পাসপোর্ট অথবা মেডিকেল কার্ডটি সঙ্গে আনুন, যাতে স্ক্রীনিং করার পূর্বে আমরা আপনার নাম, জন্ম তারিখ এবং ঠিকানার বিষয়ে নিশ্চিত হতে পারি।

Please bring your invitation letter with you. Also your passport or medical card as we need to confirm your Name, Date of Birth and Address before we can screen you.



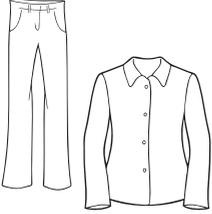
অভ্যর্থনা-ডেস্কে চলে যান।

আপনাকে গ্রহন এবং সহযোগীতা করবার জন্য সেখানে কেউ থাকবেন।

Go to the reception desk and someone will be there to book you in and help you.

আপনার স্ক্রীনিং এর পালা এলে একটি পোশাক পরিবর্তনের কক্ষে আপনাকে প্রস্তুত হবার জন্য বলা হবে।

When it is your turn to be screened you will be asked to get ready in a changing room.



সতন্ত্র পরিচ্ছদ পরাই সবচেয়ে ভাল। কার্ডিগান অথবা বাউজ সবচেয়ে ভাল হয় কারণ এগুলো সামনের দিক থেকে খোলে।

It is best to wear separates. A cardigan or blouse is best as it opens at the front.

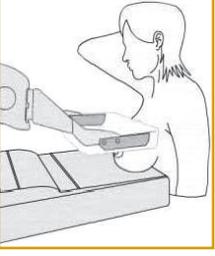
মেনোগ্রাম করানো

Having a mammogram

➤ আমরা কি করতে যাচ্ছি তা আমরা আপনাকে ব্যাখ্যা করবো।

We will explain to you what we are going to do.

সামনের দিক থেকে
একটি



পাশের থেকে একটি



➤ আপনাকে এক্স-রে মেশিন দেখানো হবে।

Show you the x-ray machine.

➤ আপনার প্রতিটি স্তনের দুটি ছবি নেওয়া হবে। একটি সামনের দিক থেকে ও অপরটি পাশ থেকে।

Two views are taken of each breast. One from the front and one from the side.

➤ যে যন্ত্রটি ব্যবহার করা হবে, সেটি তার দুটি প্লেটের মাঝে ধীরে ধীরে প্রায় ৬ সেকেন্ডের জন্য ধারাবাহিক ভাবে একটি চাপ প্রয়োগ করবে, এক্স-রে গ্রহণের সাথে সাথেই এটি স্বয়ংক্রিয় ভাবে উন্মুক্ত হয়ে যাবে। এটি ঠিক আপনার রক্ত চাপ মাপার মতই একটি অনুভূতি তবে অতটা প্রবল নয়।

The machine will slowly apply a gradual pressure between the two plates for about 6 seconds and then it releases automatically as soon as we've taken the x-ray. It is a similar feeling to having your blood pressure taken but not so intense.

এটি বেশি সময় নেবে না।

It will not take long.

একজন রেডিওলজিস্ট (যিনি একজন ডাক্তার এবং এক্স-রে পাঠ করার বিশেষজ্ঞ) এবং বিশেষজ্ঞ ফিল্ম পাঠক মেমোগ্রাফার আপনার এক্স-রে পাঠ করবেন।

A radiologist (who is a doctor who specialises in reading x-rays) and specialised film reading mammographers, will report on your films.





আমি আমার ফলাফল কিভাবে জানতে পারবো?

How do I receive my results?

প্রায় ৩ সপ্তাহের মধ্যে আপনার বাসায় একটি চিঠি পাঠানো হবে।

A letter will be sent to you at home in about 3 weeks.

স্ক্রিনিংগুলোর মধ্যে আমার কি কিছু করা দরকার আছে?

Do I need to do anything between my screenings?

হ্যাঁ, আপনাকে আপনার স্তনের বিষয়ে সচেতন থাকতে হবে, কারণ স্তন স্ক্রিনিং এর মাধ্যমে আপনার স্তনে যদি ক্যান্সার থেকে থাকে কেবলমাত্র তবেই তা আপনাকে জানতে সাহায্য করবে। আপনার স্তনে যে কোন প্রকার পরিবর্তনের বিষয় আপনাকে সতর্ক থাকতে হবে, কারণ যে কোন সময়েই আপনার স্তনে ক্যান্সার হতে পারে।

কোন কোন মহিলা তাদের ৫০ বছরের পূর্বে বা তাদের মেমোগ্রাম করার মধ্যোঝামাঝি সময়ে স্তন ক্যান্সারে আক্রান্ত হতে পারেন।

Yes you need to be breast aware as breast screening only helps to find breast cancer if it is already there.

You should be aware of any changes in your breasts because breast cancer can develop at any time.

Some women may develop breast cancer before they are 50 years or between their screening mammograms.

কিভাবে স্তন সচেতন হওয়া সম্ভব?

How to be breast aware

দেখার মাধ্যমে এবং অনুভব করার মাধ্যমে - যে যে পরিবর্তনগুলো আপনাকে খুজতে হবে:-

By looking and feeling - changes to look for:-

আকৃতির পরিবর্তন - যদি একটি স্তন অপরটি অপেক্ষা খুব বেশি বড় হয়ে যায়।

A change in size - one breast becoming much larger than the other.



একটি স্তনের বোঁটা যদি উল্টো দিকে চলে যায় (ভেতরের দিকে ঢুকে যায়) অথবা এর অবস্থান বা আকৃতি পরিবর্তন করে।

A nipple has become inverted (pulled in) or has changed its position or shape.

স্তনের বোঁটার চারপাশে কোন প্রকার ফুসকুড়ি

A rash around the nipple.

বোঁটা থেকে কোন প্রকার তরল প্রদাৰ্থ বের হওয়া (রস বা অন্য কিছু)

A discharge from the nipple.



চমড়া কুঁচকে যাওয়া বা টোল পড়া

Puckering or dimpling of the skin.

আপনার বগলের নীচে অথবা কলারবোন ঘিরে ফুলে থাকা

A swelling under your armpit or around your collarbone.

আপনার স্তনের কোন অংশে কোন পিঁ্ড বা কোন অংশের গাড়ত্ব বৃদ্ধি পাওয়া (মোটা হওয়া) যা স্তনের অন্যান্য অংশ থেকে আলাদা

A lump or thickening in your breast that feels different from the rest of the breast.

আপনার স্তনের কোন অংশে বা আপনার বগলে নিয়মিত ব্যথা হওয়া

Constant pain in one part of your breast or in your armpit.

স্তন স্ক্রীনিং এর সারাংশ

A summary of Breast Screening

- বেশিরভাগ স্তন ক্যান্সারই যা আপনি দেখতে পাওয়া বা অনুভব করবার পূর্বেই যদি প্রাথমিক অবস্থায় ধরা পড়ে, তাহলে সে অবস্থা থেকে স্বাধিক ভাবে সুস্থতা লাভ করার একটি ব্যাপক সম্ভবনা রয়েছে।

Most breast cancers are found at an early stage before you can see or feel them, when there is a good chance of a successful recovery.

- স্ক্রীনিং এর মাধ্যমে যে সকল ক্যান্সার ধরা পড়ে সেগুলোর মধ্যে অর্ধেকই খুব ছোট অবস্থায় ধরা পড়ে যখন তা অপসারণ করা যায় (সম্পূর্ণ স্তন অপসারণ করার প্রয়োজন হয় না)।

Around half the cancers found at screening are still small enough to be removed from the breast (the whole breast does not have to be removed).

- প্রতি বছর স্তন স্ক্রীনিং এর মাধ্যমে প্রায় ১,৪০০ লোকের জীবন রক্ষা পায় এ দেশে।

Breast screening saves an estimated 1,400 lives every year in this country.





- স্তন স্ক্রিনিং এর মাধ্যমে স্তন ক্যান্সার থেকে মারা যাবার মত মহিলাদের ঝুঁকি হ্রাস করে।

Breast screening reduces the risk of the women who attend dying from breast cancer.

- আমরা যদি মেমোগ্রাম সম্পর্কে নিশ্চিত না হই তাহলে আমরা কিছু কিছু মহিলাকে আরো বিশেষ কিছু পর্যবেক্ষনের জন্য ডেকে পাঠাই। আরো বিভিন্ন পরীক্ষা নিরীক্ষার পর, আমরা খুঁজে পাই এদের মধ্যে অনেকেরই স্তন ক্যান্সার নেই।

We will call some women back for more investigations if we are unsure about their mammogram. After more tests, we will find many of these women will not have cancer.

- স্ক্রিনিংয়ের মাধ্যমে কোন কোন ক্যান্সার বাদ পড়ে যেতে পারে।

Screening may miss some cancers.

- স্ক্রিনিংয়ের মাধ্যমে যে সকল স্তন ক্যান্সার পাওয়া যায় সেগুলোর সবগুলো আরোগ্য করা সম্ভব হয় না।

Not all breast cancers that are found at screening can be cured.

- অনেক মহিলার কাছেই মেমোগ্রাম অস্বস্তিকর বা মাঝে মাঝে কিছুটা ব্যথাপূর্ণ তবে তা কেবলমাত্র অল্প কিছু মূহূর্তের জন্য।

Many women find having a mammogram uncomfortable or occasionally painful, but only for a brief period of time.



আপনার যদি স্তন স্ক্রীনিং বা আপনার স্তন সম্পর্কে কোন উদ্বেগ বা আরো কোন প্রশ্ন থেকে থাকে

আপনি কথা বলতে পারেন আপনার:

If you have any more concerns or questions about breast screening or about your breasts, you can speak to your:

- জি.পি.-র সাথে
GP
- প্রাকটিস্ নার্সের সাথে
Practice Nurse
- স্থানীয় স্তন স্ক্রীনিং সার্ভিসের সাথে
Local Breast Screening Service

City, Sandwell and Walsall Breast Screening Services

0121 507 4967/4927

Open Monday to Friday 9.00am - 4.00pm

Acknowledgements

Dudley Group of Hospitals

Dudley PCT Speech & Language Department

Leeds University

Nottingham PCT



Where
EVERYONE
Matters



A Teaching Trust of The University of Birmingham
Incorporating City, Sandwell and Rowley Regis Hospitals

© Sandwell and West Birmingham Hospitals NHS Trust

ML3202

Issue Date: January 2011

Review Date: January 2013