

## ماموگرافی چیست؟

ماموگرافی، یک تست اشعه ایکس از پستان و یک ابزار غربالگری و عنصر کلیدی در تشخیص زود هنگام سرطان سینه است.

شناسایی زودرس سرطان پستان خطر مرگ را به میزان ۲۵ تا ۳۰ درصد یا بیشتر کاهش می دهد. ماموگرافی یک روش سریع (حدود ۲۰ دقیقه ای) است و ناراحتی اش برای اغلب زنان بسیار کم است. روشی ایمن است که درانجام آن میزان بسیار کمی از اشعه تابش میشود.

اگر سینه های متمرکز و سفت و یا زیر ۵۰ سال سن دارید، ترجیحاً ماموگرافی دیجیتالی انجام دهید. ماموگرافی دیجیتالی بر روی کامپیوتر ثبت می شود تا پزشکان بتوانند بخش های خاصی را بزرگ کنند و دقیق تر به آن ها نگاه کنند

## انجام ماموگرافی به چه کسانی پیشنهاد میشود؟

ماموگرافی به تمامی زنانی که نشانه ای ندارند و مردانی که سابقه مثبت سرطان سینه در خانواده دارند و نیز زنان با نشانه های زیر توصیه

میشود:

داشتن یک غده در پستان و یا یک برآمدگی در زیر بغل  
داشتن قسمت متورم و ضخیم از سینه  
مشاهده ظاهر پوست پرتغالی در سینه  
تغییر در اندازه یا شکل سینه  
احساس سنگینی در یک سینه  
تورفتن نوک سینه  
ترشحات نوک سینه  
درد پستان  
قرمزی، جوش یا خارش پستان یا نوک سینه

## در روز انجام ماموگرافی نکات زیر را رعایت کنید:

قبل از ماموگرافی حمام کرده باشید و زیر بغل را شیو نمایید

ضد عرق، پودر بدن، و یا عطر و هرگونه پماد یا کرم روی سینه یا زیر بغل نزنید.

در دوران بارداری یا شیردهی انجام ماموگرافی توصیه نمیشود.

لباس جلو باز بپوشید و گردن بند تزیینات خود را از قبل

خارج کنید.

هیچ محدودیتی برای خوردن یا نوشیدن پیش از ماموگرافی وجود ندارد

## چین ماموگرافی چه رخ میدهد؟

ممکن است در طی ماموگرافی بایستید و یا بنشینید

هر سینه بر روی صفحه پرتو ایکس مسطح قرار می گیرد. سپس کمپرسور پستان را به پایین فشار می دهد تا بافت را صاف کند. این عکس یک تصویر واضح تر از پستان را فراهم می کند

ممکن است مجبور باشید برای هر عکس نفس خود را نگه دارید.

ممکن است مقدار کمی فشار یا ناراحتی احساس کنید، اما معمولاً کوتاه است

همانند هر نوع تست اشعه ایکسی، شما در معرض میزان بسیار کمی از تشعشع در طی ماموگرافی قرار می گیرید با این حال، ریسک این نوردهی بسیار پایین است

اقدامات برای برنامه پی گیری ممکن است شامل تصاویر اضافی، چکاپ منظم، ثبت یک قرار ملاقات برای پی گیری شش ماهه، یا انجام نمونه برداری



درباره ماموگرافی چه میدانید؟

(آموزش به جامعه)

کد شناسه: wd-pf-۴۲



مشاور علمی: دکترسام میر فندرسکی متخصص

سونوگرافی و رادیولوژی

واحد آموزش سلامت همگانی و بیماران

بیمارستان شهید بهشتی اصفهان

بازبینی زمستان ۱۳۹۹

تنظیم زمان انجام ماموگرافی ده روز پس از شروع قاعدگی  
بهترین زمان ۲ تا ۳ روز بعد از پایان قاعدگی است

استفاده از داروهای ضد التهاب مانند  
ایبوپروفن و ناپروکسن یک ساعت قبل از  
انجام ماموگرافی

از یک هفته قبل از مصرف چای، قهوه و  
کاکائو خودداری کنید.

مصرف ژل موضعی لیدوکائین ۳۰ دقیقه قبل  
از انجام تست

اگر احساس ناراحتی می کنید، از کرست جدید  
ورزشی و یا زیر پوش تاپی، به جای یک کرست  
سفت و سخت استفاده کنید و ممکن است کمی  
تسکین پیدا کنید

همچنین می توانید از یک تشک گرمایی استفاده  
کنید و یا در وان حمام داغ، خود را خیس کنید

راه ارتباطی با ما جهت راهنمایی و مشاوره:

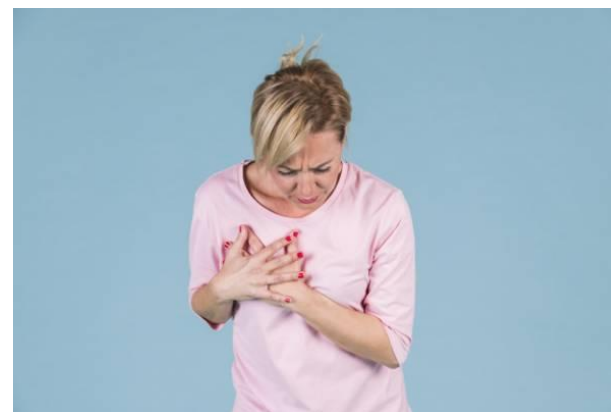
۰۳۱-۳۲۳۶۷۰۰۱ داخلی

۲۳۵۴

باشد. پزشک شما نتایج را بررسی کرده و مراحل بعدی  
را توضیح میدهد.

**چگونه درد ناشی از انجام ماموگرافی را کنترل  
کنیم؟**

ناراحتی ناشی از فشار سینه اغلب زمانی بهبود می یابد  
که تست پایان میپذیرد، اما برخی از زنان برای یک یا  
دو روز بعد از آزمایش احساس درد می کنند.



برخی از زنان، به ویژه آن هایی که پستان بزرگی  
دارند، می توانند در ماموگرافی احساس  
ناخوشایندی داشته باشند. با رعایت نکات زیر  
درد کمتری را تجربه خواهید کرد:

