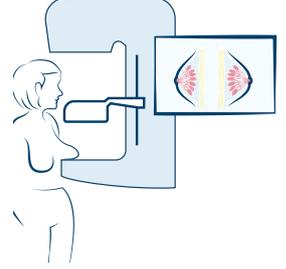


میموگرافی پروگرام کا تعارف

چھاتی کا کینسر ناروے میں خواتین کو متاثر کرنے والی کینسر کی سب سے عام قسم ہے۔ ہر نو خواتین میں سے ایک کو زندگی کے کسی حصے میں چھاتی کے کینسر یا اس کے ابتدائی مراحل کی تشخیص ہوتی ہے۔ میموگرافی چھاتیوں کا ایکس رے سکین ہوتا ہے جو کینسر کی محسوس کی جا سکنے والی گلی ظاہر ہونے سے پہلے چھاتی کے کینسر کا پتہ چلا سکتا ہے۔

میموگرافی کیسے ہوتی ہے؟

اس میں کل 10 سے 20 منٹ کا وقت لگتا ہے۔ پہلے ایک ریڈیوگرافر (ایکس رے ٹیکنالوجسٹ) آپ سے کچھ سوالات پوچھتی ہے اور چھاتیوں میں تبدیلیوں کا پتہ چلانے کے لیے معائنہ کرتی ہے۔ ایکس رے کی تصویروں پر غور کرتے ہوئے ایکس رے ڈاکٹر ان معلومات کو استعمال کرتے ہیں۔



میموگرافی ایکس رے چھاتیوں کے کسی بھی سائز کے باوجود کیا جا سکتا ہے۔ تصویریں لیتے ہوئے چھاتیوں کو چند سیکنڈ کے لیے میموگرافی مشین کے نیچے دبایا جاتا ہے۔ کچھ خواتین کو یہ برا محسوس ہوتا ہے۔ یہ اس لیے کیا جاتا ہے کہ بہترین ممکن معیار کی تصویریں لی جا سکیں۔

اس کے بعد کیا ہوتا ہے؟

دو ایکس رے ڈاکٹر، ایک دوسرے سے الگ، تصویروں پر غور کرتے ہیں۔ نتیجہ کچھ بھی آئے، آپ کو اسکی تحریری اطلاع ملے گی۔ عام طور پر اس میں 2 سے 4 ہفتے لگتے ہیں۔ ایکس رے کروانے والی اکثر خواتین میں ڈاکٹروں کو کوئی مسئلہ نہیں ملتا۔

نئے معائنے کی ضرورت ہو سکتی ہے

کچھ خواتین کو بریسٹ سنٹر میں اضافی معائنے کے لیے بلایا جاتا ہے۔ یہ ان خواتین کے سلسلے میں زیادہ عام ہے جنہوں نے پہلی بار میموگرافی کروائی ہو اور جن خواتین نے مصنوعی چھاتی لگوائی ہو۔ اکثر خواتین کے سلسلے میں اس کا مطلب یہ ہوتا ہے کہ انہیں دوبارہ میموگرافی ایکس رے اور الٹراساؤنڈ کروانا ہوتا ہے۔ کچھ خواتین کے سلسلے میں چھاتی سے ٹشو کا نمونہ لینا (بائیوپسی) بھی ضروری ہوتا ہے۔ اگر آپ کو اس اضافی معائنے کے لیے بلایا جائے تو اس کا مطلب یہ نہیں ہے کہ آپ کو چھاتی کا کینسر ہے۔

کیا آپ کا چھاتی کا آپریشن ہو چکا ہے؟

اگر آپ اب بھی معائنوں کے لیے جاتی ہیں تو ان معائنوں کو جاری رکھیں۔ کچھ معائنے میموگرافی پروگرام کے تحت بھی ہو سکتے ہیں، اگر اس بارے میں آپکے ڈاکٹر کے ساتھ طے کر لیا گیا ہو۔ معائنوں کا عرصہ (جو 10 سال تک ہو سکتا ہے) مکمل ہو جانے پر آپ میموگرافی پروگرام کے عام پلان کے مطابق چل سکتی ہیں۔ اگر آپ معائنوں کے عرصے میں میموگرافی کے بلاوے نہ چاہتی ہوں تو ہمیں بتا دیں۔

کیا آپ کو موروثی چھاتی کا کینسر ہونے کا شبہ ہے؟

آپ کو اپنے ہیلتھ ریجن میں میڈیکل جینیٹکس کے شعبے سے رہنمائی مل سکتی ہے۔ اپنے فیملی ڈاکٹر (fastlegen) سے مشورہ لیں۔

جب 1000 خواتین کی میموگرافی کی جائے تو

30 خواتین کو ایک اضافی معائنے کے لیے بلایا جاتا ہے جس میں دوبارہ میموگرافی ایکس رے اور الٹراساؤنڈ کیا جاتا ہے اور کچھ خواتین کے چھاتی کے ٹشو کا نمونہ بھی ٹیسٹ کیا جاتا ہے (بائیوپسی)۔

970 خواتین کو اطلاع ملتی ہے کہ ان میں چھاتی کے کینسر کے آثار نہیں ہیں۔ ان خواتین کو دو سال بعد دوبارہ میموگرافی کے لیے بلایا ملتا ہے، اگر وہ تب بھی عمر کے متعلقہ گروہ میں ہوں۔

12 خواتین کو چھاتی کے ٹشو کا نمونہ بھی ٹیسٹ (بائیوپسی) کروانا پڑتا ہے۔

دوبارہ میموگرافی اور الٹراساؤنڈ کے بعد 18 خواتین کو اطلاع ملتی ہے کہ انہیں چھاتی کا کینسر نہیں ہے۔

6 خواتین میں چھاتی کا کینسر ثابت ہوتا ہے۔

24 خواتین میں چھاتی کا کینسر ثابت نہیں ہوتا۔ انہیں دو سال بعد دوبارہ بلایا جاتا ہے، اگر وہ تب بھی عمر کے متعلقہ گروہ میں ہوں۔

بہر بھی 2 خواتین میں لگے بلاوے سے پہلے چھاتی کا کینسر دریافت ہوتا ہے۔

کیا مجھے میموگرافی کروانی چاہیے

ناروے کے حکام صحت کا مشورہ ہے کہ 50 سے 69 سال عمر کی سب خواتین ہر دوسرے سال میموگرافی سکریننگ کروائیں۔ یہ عالمی ادارہ صحت اور یورپی یونین کے مشوروں کے مطابق ہے۔ اس معائنے کا سب سے زیادہ فائدہ 50 سے 69 سال عمر میں ثابت ہوا ہے۔

باقاعدگی سے میموگرافی سکریننگ کروانے کے فائدے بھی ہیں اور نقصانات بھی۔ آپ نیچے اس بارے میں پڑھ کر فیصلہ کر سکتی ہیں کہ کیا آپ یہ پیشکش استعمال کرنا چاہیں گی یا نہیں۔

فوائد

چھاتی کے کینسر کی وجہ سے ہونے والی اموات میں کمی: میموگرافی سکریننگ کا سب سے اہم فائدہ یہ ہے کہ چھاتی کے کینسر سے ہونے والی اموات کم ہو جاتی ہیں۔ یہ کئی تحقیقی مطالعات میں سامنے آیا ہے۔ دائیں طرف خاکہ 2 میں اس اثر کا ایک محتاط اندازہ دکھایا گیا ہے۔

نرم علاج: سکریننگ کی وجہ سے چھاتی کا کینسر جلدی دریافت ہو جاتا ہے۔ اس طرح آپریشن کے بعد چھاتی بچ جانے کا امکان زیادہ ہوتا ہے اور علاج ایسا ہو سکتا ہے جو برداشت کرنے کے لیے نرم ہو۔

میموگرافی پروگرام میں حصہ نہ لینے والی ہر 1000 خواتین میں سے 23 خواتین 80 سال کی عمر سے پہلے چھاتی کے کینسر سے ہلاک ہو جاتی ہیں۔



جو خواتین باقاعدگی سے اس پروگرام میں حصہ لیتی ہیں، ان میں 4 کیس کم ہو جاتے ہیں یعنی ہر 1000 خواتین میں سے 19۔



نقصانات

پتہ ہی نہیں چلتا۔ کینسر کی گلیٹیوں میں اس لحاظ سے فرق کیا جا سکتا ہے کہ کونسی گلیٹیوں میں آپسٹہ بڑھنے کی صلاحیت ہے اور کونسی گلیٹیوں میں تیزی سے بڑھنے کی صلاحیت ہے اور اسی کے مطابق موزوں علاج کیا جا سکتا ہے۔ لیکن یہ جاننا ممکن نہیں ہے کہ کینسر کی کونسی گلیٹیاں اتنی آپسٹہ رفتار سے بڑھیں گی کہ ان کا علاج ضروری نہیں ہے۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ کچھ خواتین کا ضرورت سے زیادہ علاج ہو جاتا ہے۔ ہم نہیں جانتے کہ یہ کن خواتین کے ساتھ ہو رہا ہے لیکن ہمیں یہ پتہ ہے کہ یہ بالعموم اس گروپ کی خواتین ہوتی ہیں جنہیں نرم ترین علاج فراہم کیا جاتا ہے۔

چونکہ ہم یہ نہیں معلوم کر سکتے کہ کن گلیٹیوں کا علاج ضروری نہیں ہے، ہم ان گلیٹیوں کی تعداد بھی معلوم نہیں کر سکتے۔ فی الحال دستیاب علم کی روشنی میں ہمارا ضرورت سے زیادہ تشخیص کا بہترین اندازہ آپ اس صفحہ کی دوسری طرف خاکہ 1 میں دیکھ سکتی ہیں۔

غلط الارم: اگر میموگرافی کی تصویروں سے چھاتی میں تبدیلیاں نظر آئیں تو خاتون کو اضافی معائنون کے لیے بلایا جاتا ہے۔ اکثر خواتین کے سلسلے میں ان معائنون سے بھی سامنے آتا ہے کہ یہ تبدیلیاں خطرناک نہیں ہیں یعنی یہ «غلط الارم» تھا۔

پریشانی اور گھبراہٹ: کچھ خواتین کو نتیجہ ملنے کا انتظار کرتے ہوئے، اور اگر انہیں اضافی معائنون کے لیے بلایا جائے تو بھی، گھبراہٹ اور پریشانی ہوتی ہے۔

ضرورت سے زیادہ تشخیص اور ضرورت سے زیادہ علاج: ہم سکریننگ کروانے والی خواتین میں سکریننگ نہ کروانے والی خواتین کی نسبت کینسر کے زیادہ کیس پاتے ہیں۔ اس کی ایک وجہ تو یہ ہے کہ کینسر کی کچھ گلیٹیاں اتنی آپسٹہ بڑھتی ہیں کہ اگر خواتین سکریننگ کے لیے نہ جائیں تو ان کا

میموگرافی کے لیے ایکس رے شعائیں استعمال ہوتی ہیں جن کی وجہ سے چھاتی کا کینسر پیدا ہونے کا خطرہ سمجھا جا سکتا ہے۔ یہ خطرہ نہایت کم ہوتا ہے، میموگرافی پروگرام میں باقاعدگی سے شرکت کی صورت میں بھی۔

مزید معلومات، اعدادوشمار اور حوالہ جات اور میموگرافی سکریننگ کے فائدے کے متعلق معلومات اور مباحثات آپ کو ہماری ویب سائٹ پر ملیں گے۔ آپ اپنے فیملی ڈاکٹر سے بھی میموگرافی سکریننگ کے بارے میں بات کر سکتی ہیں۔

اگر چھاتی کا کینسر دریافت ہو تو آپ کو بریسٹ سنٹر میں خبرگیری مہیا کی جاتی ہے۔ قومی رہنما اصولوں اور مختلف شعبوں کے باہمی تعاون کی بنیاد پر سکریننگ، تشخیص اور علاج کیا جاتا ہے۔

میموگرافی سے چھاتی کے کینسر کے تمام کیسوں کا علم نہیں ہو پاتا۔ دو معائنون کے درمیانی عرصے میں بھی چھاتی کا کینسر دریافت ہو سکتا ہے۔ لہذا اگر آپ کو چھاتی میں نئی گلیٹی یا تبدیلی کا احساس ہو تو ہمیشہ ڈاکٹر سے رابطہ کریں، چاہے آپ نے حال ہی میں میموگرافی کروائی ہو۔

مزید تفصیل یہاں پڑھیں krefregisteret.no/mammografi