

Ano ang Ibig Sabihin ng Breast Density?

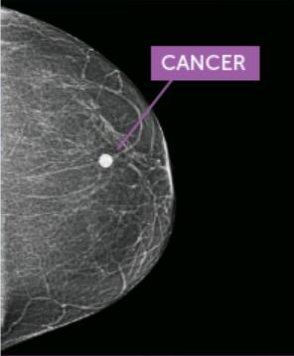
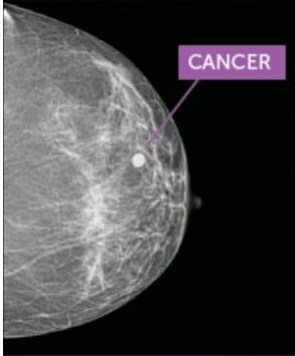
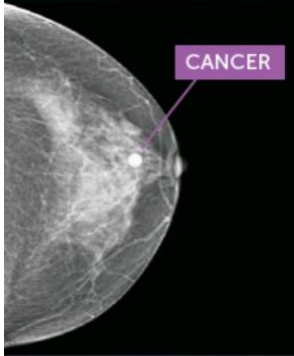
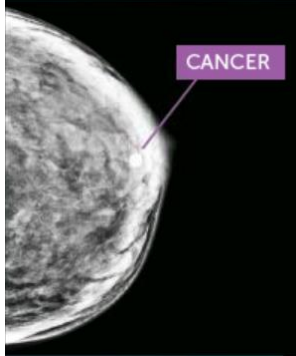
Sinasagot ang iyong mga katanungan tungkol sa iyong mga resulta at kung bakit mahalaga ang breast density

Ano ang ibig sabihin ng breast density?

Ang mga suso ay binubuo ng dalawang pangunahing uri ng tissue – ng fibroglandular tissue at ng fatty tissue. Ang fibroglandular tissue ay mukhang dense o makapal sa isang mammogram, habang ang fatty tissue naman ay hindi. Ang karamihan ng mga babae ay may halong dense at non-dense (fatty) tissue sa kanilang mga suso. Ang dami ng dense tissue kumpara sa dami ng non-dense tissue sa iyong suso ay karaniwang tinatawag na iyong **Breast Density**. Normal at karaniwang-karaniwan ang magkaroon ng anumang amount ng dense breast tissue.

Paano ko malalaman kung gaano karaming dense breast tissue mayroon ako?

Ang dami ng dense tissue sa iyong suso ay sinusukat ng isang radiologist gamit ang Breast Imaging Reporting and Data System (BI-RADS). Ang iyong BI-RADS assessment ay mahahanap sa iyong sulat ng resulta ng iyong mammogram. Ang dense breast tissue ay dumarami tuwing nakakatanggap ka ng sulat:

Kategoriya	BI-RADS A	BI-RADS B	BI-RADS C	BI-RADS D
Paglalarawan				
	Ang iyong mga suso ay binubuo ng halos puro non-dense (fatty) tissue.	Ang iyong mga suso ay binubuo ng halos puro non-dense (fatty) tissue na may kaunting dense tissue sa ilang lugar.	Ang iyong mga suso ay binubuo ng halo ng non-dense (fatty) tissue at dense tissue.	Ang iyong mga suso ay binubuo ng halos puro dense tissue lamang.
	10% ng mga kababaihan ang may BI-RADS A	40% ng mga kababaihan ang may BI-RADS B	40% ng mga kababaihan ang may BI-RADS C	10% ng mga kababaihan ang may BI-RADS D
Ang kanser ay nagiging mas mahirap makita sa isang mammogram habang nadaragdagan ang breast density.				

Ang iyong breast density ay makikita lamang sa isang mammogram at ito'y walang kinalaman sa kalakihan ng iyong mga suso, o sa nakakapa mo sa iyong mga suso. Ito'y nag-iiba-iba, depende sa tao, at maaaring kumaunti o magbago sa pagkalipas ng panahon, lalo na habang tumatanda ang mga babae.

Bakit ba dapat ko malaman ang aking breast density?

May dalawang mahalagang dahilan kung bakit dapat mo malaman ang iyong breast density:

- 1) Ipinapakita ng research na ang risk na magkaroon ng kanser sa suso ay tumataas habang dumarami din ang dense tissue sa suso. Gayunman, ang breast density ay mayroon lamang maliit na epekto sa iyong pangkalahatang risk. Hindi ka dapat mag-alala kung mayroon kang dense breast tissue, pero dapat mong kausapin ang iyong health care provider tungkol sa iyong pangkalahatang risk na magkaroon ng kanser sa suso.
- 2) Maaaring mas mahirap mahanap ang kanser sa isang mammogram kapag may dense breast tissue. Ang normal na dense breast tissue ay kulay puti. Ang breast masses o mga tumour ay mukha ring kulay puti kaya maaaring tinatago ng dense tissue ang ilang tumours. Ito ang dahilan kung bakit mahalagang kausapin ang iyong health care provider kung may

napapansin kang anumang mga pagbabago sa iyong mga suso kahit na normal naman ang iyong mammogram kamakailan lamang.

PARA SA KARAGDAGANG IMPORMASYON: bisitahin ang www.screeningbc.ca/breast para sa karagdagang impormasyon at upang mapanood ang isang educational video tungkol sa breast density.

BREAST DENSITY: ANO ANG IYONG

Mayroon bang mga karagdagang tests na available para sa dense breasts?

Sa kasalukuyan ay walang sapat na siyentipikong ebidensiya upang irekomenda ang ibang mga test batay sa breast density lamang:

- Pero ipinapakita ng ebidensiya na ang ibang mga test tulad ng breast ultrasound ay maaaring makahanap ng mga karagdagang kanser sa mga indibidwal na may dense breast tissue.
- Gayunman, ang breast ultrasound testing ay maaaring magkaroon ng mataas na rate ng false-positive results. Ang false positive result ay isang abnormal test result na nakikitang normal naman pala pagkatapos ng karagdagang testing (maaaring kabilang dito ang biopsy o surgery). Kausapin ang iyong health care provider upang malaman kung ang breast ultrasound ay dapat mainam na gawin.

Mayroon akong dense breasts; kailangan ko pa ba magpa-mammogram?

Oo. Ang mammogram ay ang kaisa-isang screening test na napatunayang magbawas ng mga kamatayan sa kanser sa suso. Maraming mga kanser na nakikita sa mga mammogram kahit na ikaw ay may dense breast tissue.

Bukod pa sa regular na pagpapa-mammogram, ano pa ang dapat kong gawin?



Maging pamilyar sa iyong mga suso

Ang lahat ng mga tao, anuman ang kanilang edad o breast density, ay dapat maging pamilyar sa itsura at sa nakakapa nila sa kanilang mga suso. Kung may napansin kang anumang mga pagbabago sa iyong mga suso, dapat mong kausapin ang iyong health care provider kahit na ang iyong mammogram kamakailan lamang ay normal.



Alamin ang iyong pangkalahatang risk para sa kanser sa suso

Kahit na ang dense breast tissue ay isang risk factor para sa kanser sa suso, ang pagkakaroon ng dense breast tissue ay hindi ibig sabihin na ikaw ay may “high” risk na magdibelo ng sakit sa iyong buhay. Ang breast density ay karaniwang nababawasan habang tumatanda.



Ang iyong mga magagawa upang bawasan ang iyong risk

Bagamat walang siguradong paraan upang maiwasan ang kanser sa suso, mayroon kang mga magagawa upang bawasan ang iyong risk na magka-kanser sa suso:

- 1) Magmintina ng timbang na mabuti sa kalusugan, at magmintina ng aktibong lifestyle.
- 2) Limitahan ang iniinom mong alak o cerveza.
- 3) Maaari pa ring magpasuso.
- 4) Timbangin ang risks at benefits ng hormone therapy para sa mga sintomas ng menopause.

Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa pagbawas ng iyong risk na magka-kanser sa suso, bisitahin ang www.fiveplus.ca

Ano pa ang risk factors na magka-kanser sa suso?

Bukod pa sa breast density, mayroon pang ibang risk factors na dapat pag-isipan:

- Edad – ang iyong risk ay tumataas habang ikaw ay tumatanda.
- Personal na kasaysayan ng kanser sa suso (ibig sabihin, kung ikaw ay dating nagka-kanser sa suso).
- Kasaysayan ng kanser sa suso sa isang first-degree family member (mismong kapamilya, ibig sabihin, nanay, anak na babae, o kapatid na babae).
- Ilang takdang inherited gene mutations, kabilang ang BRCA1 at ang BRCA2.

Kausapin ang iyong health care provider tungkol sa iyong risk na magka-kanser sa suso. Kapag nalalaman mo ito, malalaman mo rin kung ano ang iyong mga susunod na gagawin.

Kontakin Kami

BC Cancer Breast Screening
801-686 West Broadway
Vancouver, BC V5Z 1G1

Telepono: 1-800-663-9203
Email: screening@bccancer.bc.ca
Web: www.screeningbc.ca/breast

Ang iyong personal na impormasyon ay kinokolekta at protektado mula sa di-awtorisadong paggamit at disclosure (pagsisiwalat sa iba), alinsunod sa Personal Information Protection Act (Batas Ukol sa Proteksyon ng Personal na Impormasyon) at kapag naaangkop, sa Freedom of Information and Protection of Privacy Act (Batas Ukol sa Kalayaan ng Impormasyon at Proteksyon ng Pagka-pribado). Ang impormasyon na ito ay maaari lamang gamitin at ibunyag sa iba alinsunod sa nakalaan sa mga Batas na iyon, at ito'y gagamitin para mapamahalaan ang quality assurance; ito'y ibubunyag sa healthcare practitioners na nagbibigay ng pangangalaga, o kapag iniutos ito ng batas. Ang anumang mga katanungan hinggil sa pangongolekta ng BC Cancer ng impormasyon ay dapat ipadala sa Operations Director, Cancer Screening (address: 801 – 686 West Broadway, Vancouver BC V5Z 1G1, web: www.screeningbc.ca o kaya email: screening@bccancer.bc.ca). Ang brochure na ito ay available din sa ibang mga wika, kabilang ang Punjabi at Chinese. Bisitahin ang www.screeningbc.ca upang makuha ang mga bersiyon na isinalin sa ibang mga wika.