



Пройдите
обследование:
Это позволяет обнаружить
рак молочной железы как
можно раньше.

NYC[™]
Health

Рак молочной железы необходимо обнаруживать на ранних стадиях.

- Одна из восьми женщин в США в течение жизни заболевает раком молочной железы.
- Вероятность выздоровления для многих женщин выше, если рак молочной железы обнаруживается на ранней стадии.
- Из тех, кому поставлен диагноз на ранней стадии, **99 % живут после этого не менее пяти лет**, но этот показатель значительно ниже среди тех, кому диагноз был поставлен на более поздней стадии.

Маммография играет ключевую роль в обнаружении рака молочной железы на ранней стадии.

- Маммография — это рентген молочной железы, который может показать опухоль раньше, чем вы почувствуете уплотнение в груди.
- Если вам 40 лет или больше, поговорите со своим врачом о том, когда следует пройти маммографию.
- Если в вашей семье кто-то болел раком молочной железы, поговорите со своим врачом о прохождении маммографии до того, как вам исполнится 40 лет.

Что происходит во время маммографии?

- Специалист, проводящий маммографию, поможет вам поместить молочную железу в рентгеновский аппарат.
- Чтобы получить хороший снимок, аппарат плотно сожмет молочную железу.
- Вы можете почувствовать дискомфорт от сжатия, но боль обычно прекращается сразу после снимка.
- Иногда специалист делает несколько снимков, чтобы получить более четкое изображение. Это вовсе не означает наличия проблемы.

Что показывает маммография?

- Врач (рентгенолог) исследует рентгеновские снимки на наличие необычной ткани молочной железы.
- Ткань молочной железы меняется со временем. Ваш врач сравнит результаты вашей маммографии с результатами предыдущих обследований.
- Если на снимке видны зоны, которые необходимо проверить, врач свяжется с вами, чтобы назначить дополнительную диагностическую визуализацию. Это может быть рентген, сонограмма или МРТ (магнитно-резонансная томография).

Обязательно получите результаты маммографии.

- Если вы не получили результаты до того, как покинуть офис врача, спросите, как вам их получить.
- По закону вы должны получить письменные результаты в день обследования или по почте в течение 30 дней. Убедитесь, что в офисе врача имеется ваш точный почтовый адрес.
- Если вы не получили результаты, позвоните в офис врача. Не следует думать, что результаты не присланы, так как все в порядке.



Если вам сказали, что результаты требуют повторного визита к врачу или дополнительных исследований, действуйте.

- Убедитесь, что вы поняли результаты и дальнейшие шаги. Задавайте вопросы.
- Если вам рекомендованы дополнительные исследования, пройдите их не откладывая.
- Если у вас диагностирован рак, не ждите. Получите необходимое лечение прямо СЕЙЧАС.

Снизьте риски.

Риски, связанные со здоровьем и образом жизни:

- Поддерживайте здоровый вес и будьте физически активны. Выделяйте не менее 30 минут на умеренную физическую активность, например прогулку быстрым шагом, не реже 5 дней в неделю.
- Если вы получаете гормональную заместительную терапию эстрогеном и прогестероном или в настоящее время принимаете противозачаточные таблетки, спросите у врача о возможных рисках.
- Употребление алкогольных напитков может повышать риск возникновения рака молочной железы. Безопасное количество алкоголя до сих пор не определено. Для получения более подробной информации посетите сайт [nyc.gov/health](https://www.nyc.gov/health) и введите «alcohol and health» («алкоголь и здоровье») в строку поиска.



Прочие риски возникновения рака молочной железы:

Убедитесь в том, что ваш врач знает, что у вас:

- Когда-либо был рак молочной железы.
- Есть близкие родственники, у которых был рак молочной железы, например мать, сестра, дочь, бабушка или тетя.
- Есть определенная генная мутация, связанная с раком молочной железы, например мутация гена BRCA1 или BRCA2. Вы можете пройти анализ, чтобы определить наличие этих генных мутаций.



Мужчины тоже могут заболеть раком молочной железы. Хотя это случается редко, поговорите с врачом о рисках.

Не позволяйте этим сомнениям помешать вам сделать маммографию!

«У меня нет медицинской страховки».

- Вы можете соответствовать критериям для прохождения бесплатных или недорогих обследований. Для получения более подробной информации позвоните по номеру 311.

«Я нелегальная иммигрантка».

- У вас есть право на медицинскую помощь высокого качества независимо от расы, принадлежности к этнической группе, уровня дохода или иммиграционного статуса.
- Позвоните по номеру 311, чтобы узнать, где можно пройти маммографию. Никто не спросит у вас об иммиграционном статусе.

«Я хорошо себя чувствую».

- Большинство форм рака молочной железы сначала не вызывают симптомов. Вам все равно необходимо обследоваться.

«Маммография — болезненная процедура».

- Вы можете почувствовать неудобство, но боль обычно умеренная и проходит сразу же после окончания процедуры.
- Раннее обнаружение рака молочной железы стоит кратковременного дискомфорта.

«Мне не нужна маммография. Я уже слишком стара, чтобы заболеть раком молочной железы».

- Вы никогда не будете слишком стары, чтобы заболеть раком молочной железы. На самом деле, чем старше вы становитесь, тем выше риск. Поговорите со своим врачом о том, следует ли вам продолжать проходить маммографию в возрасте 75 лет и старше.



Где можно пройти маммографию

Задайте своему врачу вопрос о прохождении маммографии. Если у вас нет поставщика медицинских услуг, позвоните по номеру 311, чтобы найти такого поставщика по месту проживания.

Маммография покрывается планами медицинского страхования, в том числе частными страховками, а также программами Medicaid и Medicare.

Если у вас нет страховки или объем покрытия недостаточен, во многих больницах и других учреждениях такие обследования можно пройти бесплатно или по низкой цене.



Дополнительная информация

Зайдите на страницу [nyc.gov/health](https://www.nyc.gov/health) и введите «breast cancer» («рак молочной железы») в строку поиска.

**ДЕПАРТАМЕНТ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
ШТАТА НЬЮ-ЙОРК (NEW YORK STATE
DEPARTMENT OF HEALTH)**

[www.health.state.ny.us/nysdoh/cancer/
center/publication.htm](https://www.health.state.ny.us/nysdoh/cancer/center/publication.htm)

**АМЕРИКАНСКОЕ ОНКОЛОГИЧЕСКОЕ
ОБЩЕСТВО (AMERICAN CANCER SOCIETY)**

www.cancer.org
800-422-6237

**ЦЕНТРЫ ПО КОНТРОЛЮ И ПРОФИЛАКТИКЕ
ЗАБОЛЕВАНИЙ (CENTERS FOR DISEASE
CONTROL AND PREVENTION)**

www.cdc.gov/cancer/nbccedp

**НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИНСТИТУТ ОНКОЛОГИИ
(NATIONAL CANCER INSTITUTE)**

www.cancer.gov/types/breast

