



Department of Health

## Pagsusuri at Pag-Iwas sa Kanser sa Suso

**Ang Kanser sa Suso ay ang pinaka karaniwang kanser sa mga kababaihan sa Hong Kong.** Ito ay isang masamang tumor na nabuo sa mga tissue ng suso.

### Pagkakaran ng Kamalayan Tungkol sa Suso

Maaaring hindi madaling mapansin ang mga sintomas ng kanser sa suso sa mga unang yugto.

Ang bawat kababaihan ay kailangang **magkaroon ng kamalayan tungkol sa suso, maging pamilyar sa normal na itsura at pakiramdam ng kanyang suso sa lahat ng panahon.**

Maging alisto sa mga sumusunod na **kakaibang pagbabago sa suso** sa pang-araw araw na mga aktibidad (hal. paliligo, pagbibihis at paglalagay ng lotion):

- Bukol sa suso
- Pagbabago sa laki at hugis ng suso
- Pagbabago sa gaspang ng suso o utong (hal. mapula, makaliskis, makapal o “kulay kahel na balat” na itsura)
- Pamamantal sa paligid, pagbanat paloob, at palalabas ng likido mula sa utong
- Bago at paulit ulit na hindi magandang pakiramdam o sakit sa suso o kilikili
- Bagong bukol o pangangapal ng balat sa kilikili

**Kumonsulta sa doktor ng agad kung nakapansin ng anu mang pagbabago.**

### Pag-iwas sa Kanser sa Suso

Upang mabawasan ang panganib sa pagkakaroon ng kanser sa suso:

- Magkaroon ng regular na pisikal na aktibidad
- Panatiliin ang malusog na bigat ng katawan at laki ng bewang
- Iwasan ang pag-inom ng alcohol
- Pagpapasuso sa bawat bata ng mas mahabang panahon kung posible

### Pagsusuri sa Kanser sa Suso

Ang pagsusuri para sa kanser sa suso **ay para makita ang kanser sa suso bago pa man ito magbigay ng anumang sintomas**, upang ang mga kababaihan ay makatanggap ng maagang paglunas.

Ang Nagtatrabahong Lupon ng mga Esperto sa Kanser nbg Pamahalaan sa Pag-iwas at Pagsusuri ng Kanser ay nagrerekomenda na umangkop ng **paraang nakadepende sa antas ng panganib** para sa pagsusuri ng kanser sa suso at magsagawa ng mga rekomendasyon sa pagsusuri sa kanser sa suso para sa mga kababaihan sa iba't ibang antas ng panganib na nakabuod tulad ng mga sumusunod:

#### A. Mga Kababaihang may Mataas na Antas ng Panganib

(hal: ang mga kumpirmadong mayroong *BRCA1* o *BRCA2* gene mutation, na may malakas na kasaysayan sa pamilya ng kanser sa suso o kanser sa obaryo, atbp.)

- Inirerekomendang sila ay humingi ng payo mula sa doktor at **magsagawa ng pagsusuri na**

## **mammography kada taon**

### **B. Mga Kababaihang may Katamtamang Antas ng Panganib**

(i.e may kasaysayan sa pamilya ng isa lamang na malapit na babaeng kamag-anak na nasuring may kanser sa suso sa o bago ang edad na 50, o dalawang malapit na babaeng kamag-anak na nasuring may kanser sa suso pagkatapos ng edad 50)

- Sila ay inirerekomendang humingi ng payo mula sa doktor at **sumailalim sa pagsusuring mammography kada 2**

### **C. Iba pang mga Kababaihan may Pangkalahatang Populasyon**

- Ang mga kababaihang **edad 44 – 69** na may **tukoy na kombinasyon ng personal na kalagayan ng panganib** na naglalagay sa kanila ng mas mataas na antas ng panganib ng kanser sa suso ay inirerekomendang **ikonsidera ang pagsusuri ng mammography kada 2 taon** at kumonsulta sa doktor
- Ang **kagamitan para sa pagtatasa ng panganib**<sup>1</sup> para sa mga lokal na kababaihan ay inirerekomendang gamitin para sa pagtatantiya ng antas ng panganib sa pagkakaroon ng kanser sa suso upang ang mga kababaihan ay makipagtulungan sa kanyang doktor sa pagsasagawa ng desisyon na may impormasyon para sa pagsusuri ng kanser sa suso. Ang Kagamitan sa Pagsusuri ay maaaring makita sa Online Hub ng Impormasyon sa Kanser sa [www.cancer.gov.hk/bctool](http://www.cancer.gov.hk/bctool).

**Ang mga Kababaihang ikinokonsidra ang pagsusuri sa kanser sa suso ay kailangang talakayin sa kanilang mga doctor sa mga potensyal na benepisyo at panganib.**

Ang mga detalye ng rekomendasyon ng pagsusuri sa kanser sa suso ay makikita sa [www.cancer.gov.hk/breastcancer](http://www.cancer.gov.hk/breastcancer).

Departmento ng Kalusugan

Inilimbag noong 2024

---

<sup>1</sup> Ginawa ng Unibersidad ng Hong Kong