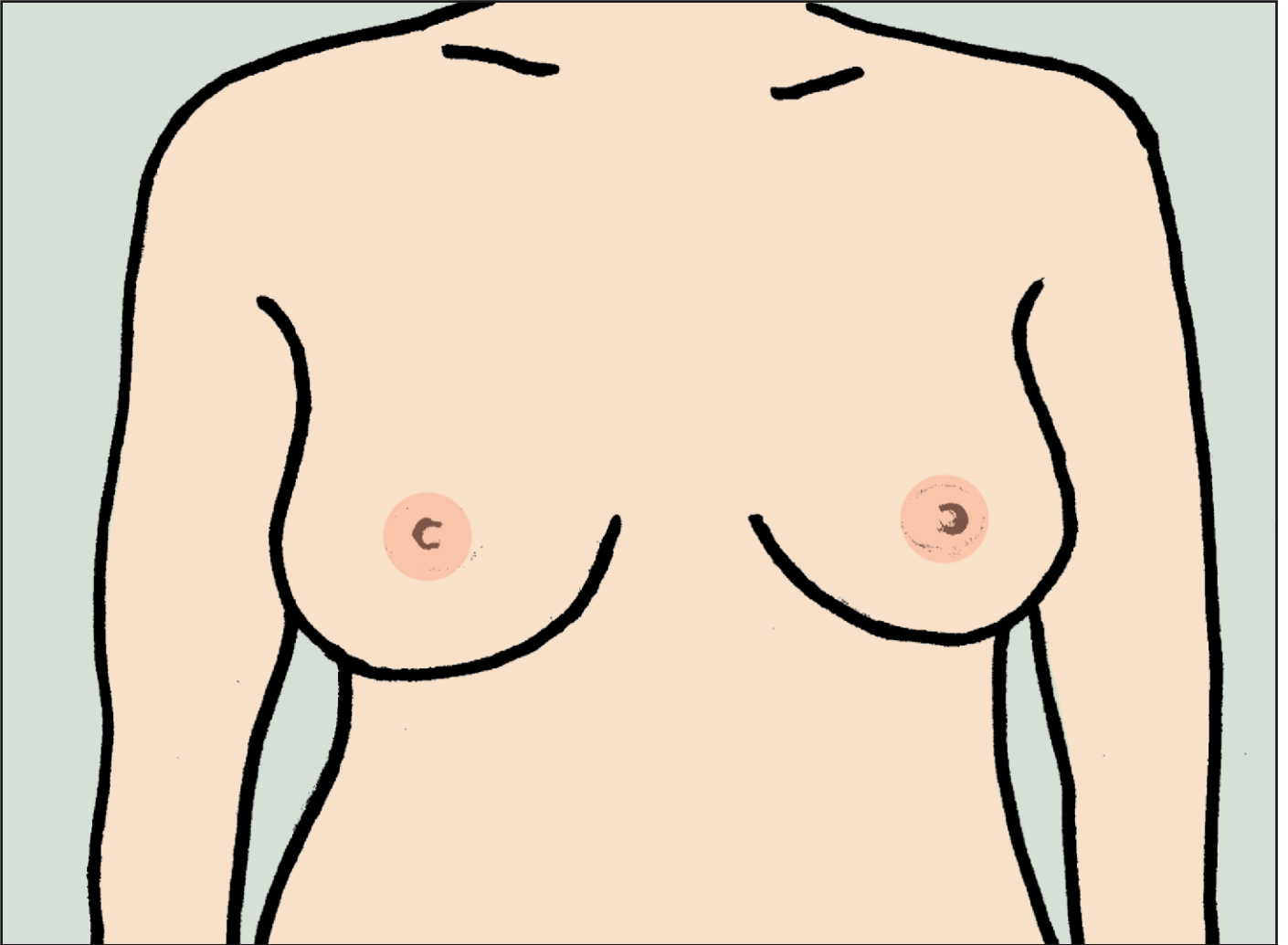


## Baaritaanka kansarka naasaha

Hage si sahalan loo akhriyi karo oo ku saabsan baaritaanka caafimaadka dumarka da'doodu tahay 50 iyo wixii ka weyn



Nuxurka: waa maxay waxa  
ku jira buug-yarahan

Bogga



Baaritaanka naasaha

3



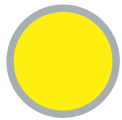
Kansarka Naasaha

4



Doorashadaada

5



Ku saabsan baaritanka

7



Maalinta baaritanka

8



Natiijooyinka baaritanka

10



Iska hubi naasahaaga

11



Macluumaad

12

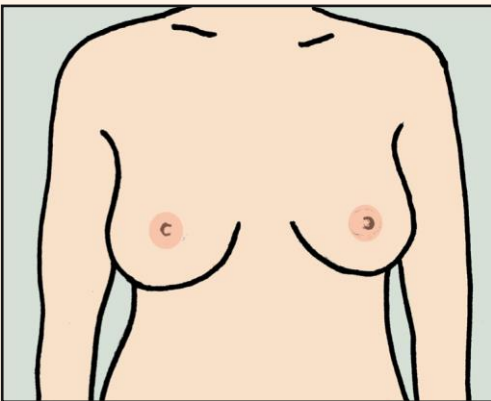


## Baaritaanka naasaha



Buug-yarahani waxa uu kaaga warramayaa baaritaanka naasaha waxaa loogu talagalay dumarka da'doodu tahay 50 iyo ka weyn.

Tani waa baaritaan NHS lacag la'aan ah oo aad ka heli karto si loo hubiyo naasahaaga (naasahaaga).



Baaritaanku wuxuu hubinayaa in naasahaagu ay yihiin qar caafimaad qaba.

Baaritaanku wuxuu heli karaa isbeddello gudaha naasahaaga oo ku yar araga ama ina la dareemo.

Isbedeladan yaryar ayaa kori kara oo noqda kansar.

# Kansarka Naasaha



Kansarku waa cudur aad halis u ah oo aad u dhiman karto. Kansarka naasku wuxuu bilaabmaa marka unugyada naasku bilaabaan inay koraan oo ay kaa weynaadaan cabbirkooda. Tani waxay samaysaa buro loo yaqaan buro. Kansarka wuxuu ku fidi karaa qaybaha kale ee jirka sidoo kale. Kansarka naasuhu waa kansarka ugu badan ee dalka.



7 haween ah 1 ka mid ayaa ku dhaca kansarka naasaha.



Halistaada inaad ku qaadi karto kansarka naasuhu way korodhaa markaad sii weynaato.

Inta badan kansarka naasaha waxaa laga helaa dumarka ka weyn 50 sano.

Dumar badan ayaa hadda ka badbaada kansarka naasaha in ka badan waayihii hore.



## Doorashadaada



Waad dooran kartaa haddii aad rabto  
inaad hesho

Baaritanka naasaha iyo in kale.

Waxaa jira dhibco wanaagsan iyo kuwa  
xun dhibcood oo ku saabsan  
baaritaanka naasaha.

### Qodobbo wanaagsan



Baarista naasuhu waa hab lagu helo  
Kansarka Naasaha Waxay kaa caawin  
kartaa helida

Kansarrada oo aad u yar in la arko ama  
dareemo.

Baarista naasuhu waxay badbaadin kartaa  
nolosha.

Waxay la macno tahay in dumar badan ay  
yeelan karaan

daaweynta si loola tacaalo kansarka

### Qodobo xun



Baaritaanka waxaa loola jeedaa dumarka  
qaarkood inay sameeyan baaritaanno  
dheeri ah iyo daaweyn taas laga yaabaa in  
aanay u baahnayn.

Baaritaanka ayaa heli doona inta badan  
naaska kansar laakiin waxaa laga yaabaa  
inay waayaan mid dhif ah munaasabado  
yar.





Waxaad la hadli kartaa qof aad dareento raaxo leh si ay kaaga caawiyaan inaad ka fikirto wixi ku saabsan baaritanka Waxaad la hadli kartaa kalkaaliye caafimaad, daryeele, qaraabada, shaqaalaha taageerada ama adiga dhakhtar.

Waxaad qabanqaabin kartaa booqasho degaankaaga qaybta baaritaanka naasaha ka hor baaritanka.



## Ku saabsan baaritanka



Haddii aad tahay qof dumar ah oo da'doodu tahay 50 jir dhalashadaada 71aad waanu kugu martiqaadi doonaa 3 sanadoodba.

Waxaan kuu soo diri doonaa warqad.



Haddii aad u baahan tahay caawimaad dheeraad ah, ama aad ku jirto kursiga curyaanka, markaa waad awoodaa inaad weydiisato ballan gaar ah.

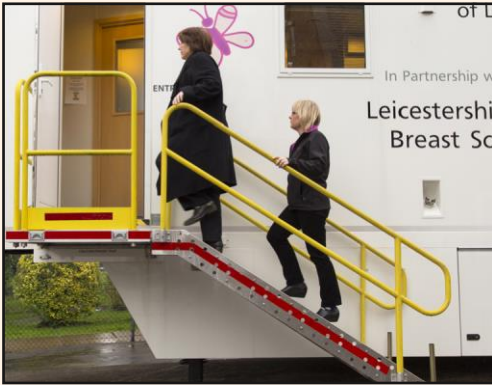


Haddii aad 71 jir tahay ama ka weyn tahay waad awoodaa weli 3dii sano ba mar baarista naaska haddii aad waydiiso adeegga baaritaanka naaska ee xaafaddaada.

## Maalinta tijaabada



Haddii aad go'aansato inaad rabto inaad tagto baaritaanka naasaha waxaad u baahan doontaa inaad tagto qaybta baarista naaska.



Waxaa lagu qaadi doonaa sawirro kaaga naasaha. Sawiradan waxaa la yiraahdaa mammograms.



Markaad timaaddo qaybta baaritaanka naasaha shaqaaluhu waxay hubin doonaan Magacaaga oo buuxa, cinwaankaaga iyo taariikhdaada dhalashada. Waxay sharxi doonaan waxa dhici doona oo ka jawaab su'aal kasta oo aad hayso.



Waxaad u baahan doontaa inaad dharka iska saarto waxaad xidhan tahay dhexdaada korkeeda. Tan waxa ku jira rajabeetada, haddii aad xidhato mid.

Way sahlanaan kartaa xidhashada goonnada ama surwaalka halkii labbiska.





Qofka samaynaya baaritaanka waxaa loo mammographer. Tani waxay had iyo jeer ahaan doontaa yaqaan naag ah.

naasahaaga ayay dul saari doontaa mashiinka hal mar.



Mashiinku wuxuu sawiri doonaa naaskaaga oo meesha ku hay.

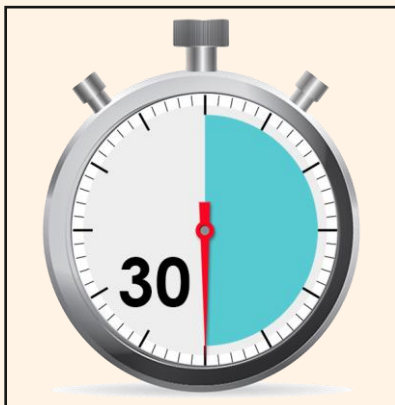
Waxaad dareemi doontaa naaskaagu inuu jiro la tuujiyey.



Mashiinka raajada ayaa laga yaabaa inuu xoogaa xununa yeesho laakiin tani waxay noqon doontaa oo keliya dhowr ilbiriqsi oo yar

Waxaad u baahan tahay inaadan dhaqaaqin dhawr ilbiriqsiyo inta sawirada la qaadayo.

Waxaan inta badan ka qaadi doonaa 2 sawir naas walba.



Tijaabada baadhistu waxa ay qaadataa dhawr daqiiqado.

Waxaad joogi doontaa xarunta baaritaanka ilaa 30 daqiiqo.

## Natijoooyinka tijaabada



Waxaan kuugu soo diri doonaa warqad 2 toddobaad gudahood natijoooyinka baaritaankaaga.



Natijoooyinka intooda badani waa caadi. Tani waxay ka dhigan tahay inaan lagu weydiin

Mar labaad inaad samayso baaritaanka muddo 3 sano ah.



Dhowr haween ah ayaa la weydiin doonaa inay dib ugu noqdaan qaybta baadhista naaska jeegag dheraad ah.

Haddii baaritaannadan dheeriga ah ay ku muujiyaan in laga yaabo inaad kansar qabto, qof baa

kala hadalaya waxa dhici doona marka xigta

Way kaaga jawaabi doonaan su'aalo kasta leeyihiin.



## Iska hubi naasahaaga

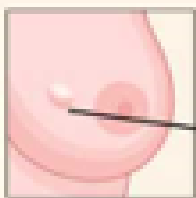
Haddii aad ogtahay sida naasahaagu u egyihiin oo aad dareemeyso waxaad u badan tahay inaad aragto isbedelo calaamad u noqon kara kansarka.

**Taabonaasahaaga.** Ma dareemi kartaa wax aan caadi ahayn?

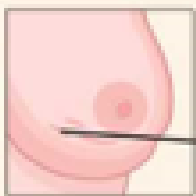
**Raadi** waxa isbedeley Ma jiraa wax isbedel ah oo ku yimid qaabka naasahaaga ama sida ay u egyihiin?

**Ka hubidhakhtarkaaga** wax kasta oo aan caadi ahayn

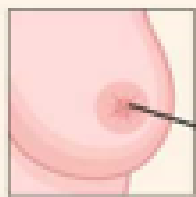
Waa muhiim in la fiiriyo waxyaabaha soo socda:



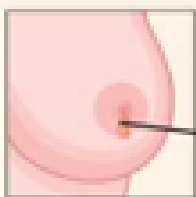
Buro - waxaa laga yaabaa inaad dareento buro laakiin aadan arkin



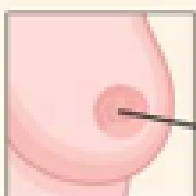
Isbeddelka muuqaalka iyo dareenka maqaarka - tani waxay noqon kartaa xoogaa sida diirka liimiga ah



Isbeddelka muuqaalka ama jihada ibta naaska



Soo dayn (dareere) mid ama labadaba ibtaada



guduudasho ama finan maqaarka ah ama agagaarka ibta naaska

# Macluumaad dheeraad ah

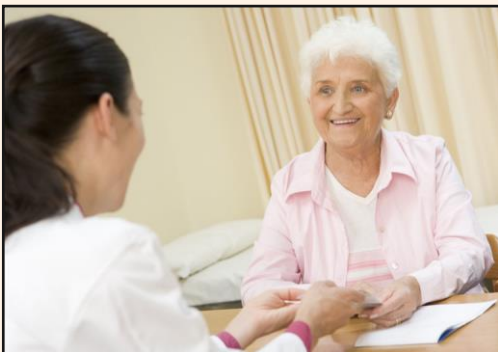


Waxaad wici kartaa xarunta baaritaanka naaska xaafaddaada iyadoo la isticmaalayo nambarka warqadda ballanta ee aanu u dirnay adiga.

Daryeele, qaraabo ama saaxiib ayaa ku wici kara adiga.



Waxaad booqan kartaa shabakada NHS.UK oo ah [www.nhs.uk/breast](http://www.nhs.uk/breast).



Waxaad wici kartaa xarunta baaritaanka naaska xaafaddaada. Eeg [www.nhs.uk/breastscreening](http://www.nhs.uk/breastscreening)

Faahfaahinta xiriirka:

Waxaad sidoo kale la hadli kartaa dhakhtarkaaga.

Noocan:

Markii ugu horeysay bisha labaad 2018 bisha lixaad

© Xuquuqda daabacaadda

Dib-u-isticmaalka walxaha xuquuqda daabacaadda ee Crown (marka laga reebo calaamadaha) waa la ogolya Shatiga Dowladda, booqo <https://www.nationalarchives.gov.uk/doc/open-government-licence/version/3/> waayo, shuruudaha iyo xaaladaha.

Lahaanshaha sawirka:

- Kooxda Baarista Naasaha ee LNR iyaga oo ka wakiil ah Kooxda Baarista Naasaha ee East Midlands iyadoo taageero laga helayo Bill Newsinger iyo Dadka Naafada ah ee Waxbarashada ee Leicestershire, Northamptonshire iyo Rutland (boggaga 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10 iyo 12)
  - Calaamadaha Sawirrada (boggaga 4, 5, 7, 9, 10 iyo 12)
  - Cilmi baaris Kansarka ee UK (bogga 4)
  - Shutterstock: Pathdoc (bogga 5), michaeljung (bogga 7), Sawirrada Ganacsiga Daanyeer (bogga 12)
- Macluumaadka TLC (bogga 11) oo la soo saaray ogolaansho laga helay Kansarka Naasaha Hadda PHE nambarka albaabka laga galo daabacadaha: 2017744

