

KANCERI I GJIRIT DITURIA NDIHMON!

Albanisch



krebsliga

Informacion shëndetësor për
femrat në Kantonin e Cyrihut

- **Pyetje dhe përgjigje**
- **Ç'mund të bëj unë vetë?**
- **Vetëkontrollimi i gjinjve**
- **Rëntgeni për gjinjtë: Mamografia**
- **Adresa të dobishme**

Udhëzimet: po qe se në këtë tekst është përdorur vetëm fjala mjek, ajo vlen automatikisht edhe për mjeket.

PYETJE DHE PËRGJIGJE

Çka është kanceri i gjirit?

Kanceri i gjirit është një sëmundje që vjen nga qelizat në gj. Kanceri i gjirit mund të jetë vdekjeprurës.

Në ç'vende shfaqet kanceri i gjirit rëndom?

Kudo në botë sëmuren femrat nga kanceri i gjirit.

Sa është numri i femrave në Kantonin e Cyrihut që sëmuren nga kanceri i gjirit?

Bëhet fjalë me siguri për 2 deri 3 femra në ditë. Me rëndësi: shumë nga ndryshimet në gjinjtë ose sipër tyre nuk janë kancer.

Përse ka rëndësi që kanceri i gjirit të zbulohet me kohë?

Kanceri i gjirit i diktuar më heret mund të trajtohet më mirë. Shanset për t'u kuruar nga sëmundja janë më të mëdha.

Si e merr një femër kancerin e gjirit?

Shkaqet ekzakte se si dhe përse një femër e merr kancerin e gjirit akoma s'janë të njohura. Mirëpo është e sigurt: asnjë femër s'është fajtores për sëmurjen e saj nga kanceri i gjirit.

A është infektues kanceri i gjirit?

Jo, kanceri i gjirit nuk është infektues.

Çfarë e shton rrezikun për marrjen e kancerit të gjirit?

- Rreziku nga kanceri i gjirit shtohet bashkë me moshën.
- Femrat me nëna, motra dhe/ose bija të sëmura nga kanceri i gjirit janë më të rrezikuara.
- Mbipesha e shton rrezikun tek femrat pas menopauzës, dmth. tek ato femra që nuk kanë më të përmuajshme (menstruacione).
- Duhanpirja, pirja me tepri e alkoolit si dhe lëvizja e pamjaftueshme e shtojnë rrezikun e sëmurjes nga kanceri. Kjo, me gjasë, vlen edhe për kancerin e gjirit.

A e shton rrezikun e sëmurjes nga kanceri trajtimi hormonal kundër vështirësive gjatë, ose pas menopauzës?

Po, sidomos kur një femër merr për një kohë të gjatë hormone.

A sëmuren edhe femrat e reja nga kanceri i gjirit?

Po, edhe femrat e reja mund të sëmuren nga kanceri i gjirit. Mirëpo përvoja tregon se shumica e femrave të sëmura janë të moshës mbi 50-vjeçare.

Si mund ta diktoj se mos ndoshta kam kancer?

Kanceri i gjirit në fillim fare mund të konstatohet vetëm prej mjekut përmes kontrolleve të specializuara (para së gjithash përmes mamografisë, që do të thotë, ekzaminimit rëntgenologjik të gjirit). Më vonë mund të diktohet psh. njëfarë kokrrë joshqetësuese (pa dhembje) në gji. Ose gjiri mund të ndryshojë ngjyrën, formën ose madhësinë. Ndonjëherë tendoset ose dhemb i gjithë gjiri, dhe kjo krejt ndryshe nga dhimbjet gjatë menstruacioneve. Mirëpo këto ndryshime mund të kenë edhe arsye të tjera që s'kanë të bëjnë me kancerin.

A ka medikamente për parandalimin e kancerit të gjirit?

Medikamente të tilla nuk ka akoma. Mirëpo hulumtimet po punojnë intensivisht në këtë drejtim.

A mund të jenë sërish të shëndetshme femrat e sëmura nga kanceri në gji?

Kjo gjë ndryshon tek secila femër veç e veç. Mirëpo ne e dimë se 4 në 5 femra të sëmura, pas 5 vitesh jetojnë akoma. Kur sëmundja zbulohet më heret, shanset për shërim janë më të mëdha.

A sëmuren dhe meshkujt nga kanceri në gji?

Po. Në kantonin e Cyrihut bëhet fjalë për 5 deri në 6 meshkuj në vit.

Ç'MUND TË BËJ UNË VETË?

Bëni kontrollime të rregullta

Ne ju rekomandojmë që pas moshës suaj 50-vjeçare, për çdo dy vjet t'u bëni kontroll mjekësor gjinjve, më së miri tek gjinekologjia.

Këshillim për rastet e kancerit në familje

A mos është sëmurur nëna, motra dhe / ose vajza juaj nga kanceri i gjirit? Atëherë pyesni mjekun tuaj se cilat kontrollime do të ishin më të arsyeshme për ju. Ky konsultim parimisht mbulohet prej arkës suaj shëndetësore.

Kontrolojini gjinjtë tuaj vetë

Sa më heret që të filloni t'i kontrolloni gjinjtë në jetën tuaj, aq më mirë mund t'i shquani të gjitha ndryshimet në to. Shumë syresh varen nga të përmuajshmet si dhe nga moshja. Për kontroll janë të përshtatshme ditët pas mbarimit të të përmuajshmeve. Femrat pa menstruacione më së miri është të zgjedhin një datë të fiksuar në muaj.

RËNTGENI I GJINJVE: MAMOGRAFIA

Ç'është mamografia?

Mamografia është ekzaminimi rëntgeno-logjik i gjinjve.

Për çka shërben mamografia?

Mamografia shërben për t'u diktuar ndryshimet në gjinj. Ajo vihet në zbatim enkas për zbulimin e hershëm të kancerit të gjirit. Flisni me mjekun tuaj lidhur me këtë dhe e pyesni për koston.

A e ndalon dot mamografia kancerin e gjirit?

Jo.

A janë të dëmshme rrezet rëntgen të mamografisë?

Të gjitha rrezatimet rëntgen mund të jenë të dëmshme. Në rastin e mamografisë sasia e rrezeve rëntgen është aq e vogël sa që s'mund të pritet ndonjë dëm për shëndetin.

Kur do të përdoret ultrazëri?

Ultrazëri (sonografia) është një mundësi tjetër për kontrollimin e gjinjve. Ultrazëri bëhet para së gjithash tek femrat e reja.

Në ç'kohë dhe sa shpesh është e arsyeshme bërja e mamografisë?

Po qe se paraqitet ndonjë rrezik (psh. një kokërr në gji ose kanceri i gjirit në familje), mjeku, sipas rregullit, jep udhëzim për mamografi. Kjo paguhet nga arka shëndetësore.

Shpeshherë mjeku edhe grave midis moshës 50- dhe 69-vjeçare, edhe pa ndonjë rrezikim të veçantë, u rekomandon mamografinë për çdo dy vjet. Kostot, në këtë rast, sigurisht që nuk i bartin arkat shëndetësore, vetëm po të keni një sigurim plotësues që do t'i merrte ato përsipër. Luteni arkën shëndetësore ose mjekun tuaj për informacion.

Informacione të tjera mund të gjeni dhe në broshurën «Kanceri i gjirit, zbulimi i hershëm përmes mamografisë». Ajo porositet te Lidhja e kancerit Cyrih.

SHËRBIMET KONSULTATIVE PA PAGESË

gjermane, franceze, angleze, italiane

Lidhja e kancerit Cyrih (Krebsliga Zürich)

- Këshillimorja në Cyrih
Telefon 044 388 55 00
www.krebsliga-zh.ch
- Këshillimorja në Winterthur
Telefon 052 212 39 39

Këshillimorja për persona me rrezikim kanceroz të kushtëzuar gjenetikiht

- Universitätsspital Zürich
Telefon 044 255 22 14

Këshillim përmes telefonit ose internetit

- **Telefoni i kancerit** i Lidhjes së kancerit Zvicër (Krebsliga Schweiz)
Telefon 0800 11 88 11
- **Shërbimi informativ mjekësor**
Telefon 044 388 55 22
Mjekët u përgjigjen në telefon pyetjeve tuaja lidhur me sëmundjet kanceroze çdo të martë pasdite – nga ora 14 deri në 17.
- **helpline@swisscancer.ch**
- **www.krebsforum.ch**

VETËKONTROLLIMI I GJINJVE



Qëndroni përpara pasqyrës. Vendosini duart ngjeshur në ije.
Vini re: Mos ka ndonjë ndryshim të pazakonshëm në ngjyrën, në formën ose në madhësinë e gjinjve?



Qëndroni përpara pasqyrës. I palosni duart pas kokës.
Vini re: Mos ka ndonjë ndryshim të pazakonshëm në ngjyrën, në formën ose në madhësinë e gjinjve?



Qëndroni përpara pasqyrës. I palosni duart pas kokës.
Kthejeni trupin majtas. Kthejeni trupin djathtas.
Vini re: Mos ka ndonjë ndryshim të pazakonshëm në ngjyrën, në formën ose në madhësinë e gjinjve?



Testojeni me majat e gishtërinjve gjirin e majtë, pastaj edhe atë të djathtin.
Mos keni hetuar ndonjë kokërr të parëndomtë?



Testojeni me të prekur sjetullën e djathtë, pastaj dhe sjetullën e majtë.
Mos keni hetuar ndonjë kokërr të parëndomtë?

**Po të keni diktuar ndryshime të parëndomta në gjinjtë ose sipër tyre, ju rekomandojmë që të caktoni një vizitë tek mjeku, më së miri tek gjinekologja. Ky konsultim parimisht mbulohet prej arkës suaj shëndetësore. Fillimisht mos u bëni merak!
9 në 10 ndryshime në gjinj ose sipër tyre nuk janë kancer.**

KREJT AFËR JUSH

Lidhja e kancerit Cyrih (Krebsliga Zürich)

është aty për njerëz që duan të dijnë për kancerin

Ne ju ofrojmë falas

- gjermane, franceze, angleze, italiane
- Këshillime dhe informacione për pyetjet rreth kancerit
- Këshillime për çështjet e sigurimeve gjermane
- Këshillim përmes një mjeku në telefon (çdo të martë pasdite – 044 388 55 22)
- Ndihmë gjatë kërkimit të informacioneve të rëndësishme në internet
- Shfrytëzimin e bibliotekës sonë me libra lidhur me temën e kancerit
- Dërgesën e informacioneve, broshurave dhe librave tek ju në shtëpi

Të sëmurët nga kanceri

dhe familjet e tyre do të gjejnë tek ne këshillim falas dhe përkrahje. Ne ju

ndihmojmë pastaj edhe me telefon, personalisht në këshillimore ose tek ju në shtëpi.

Na vizitoni

Ose na telefononi – ne jemi këtu për ju. Do të na gjeni krejt afër jush:

Zürich, Tel. 044 388 55 00
Klosbachstrasse 2, 8032 Zürich
www.krebsliga-zh.ch
info@krebssliga-zh.ch

Winterthur, Tel. 052 212 39 39
Brühlgartenstrasse 1, 8400 Winterthur

Porositja e broshurave

Tel. 044 388 55 00, Fax 044 388 55 11
info@krebssliga-zh.ch
kjo broshurë mund të sigurohet në gjuhët gjermane, shqipe, boshnjake-kroate-serbe, italiane, portugeze, spanjolle dhe turke.



krebsliga zürich

Impressum

Botuesi Krebsliga Schweiz, Effingerstrasse 40, Postfach 8219, 3001 Bern, Telefon 031 389 91 00, Fax 031 389 91 60, E-Mail info@swisscancer.ch, www.swisscancer.ch

Teksti Katja Ceesay-Egli, lic. phil., Instituti për mjekësi sociale dhe parandaluese i Universitetit të Cyrihut (ISPMZ), dhe Margaretha Maria Hubler, lic. phil., Lidhja e kancerit Zvicër (Krebsliga Schweiz), me bashkëpunimin e Lidhjes së kancerit Cyrih (Krebsliga Zürich)

Këshillim profesional PD Dr. phil. II Nicole Probst-Hensch dhe Dr. med. Karin Faisst, të dyja nga Instituti për mjekësi sociale dhe parandaluese i Universitetit të Cyrihut (ISPMZ), Dr. med. Daniel Schaetti, mjek specialist për gjinekologji dhe ndihmë gjatë lindjes FMH Meilen

Koordinimi i përkthimeve Qendra profesionale për parandalim të varësive dhe për nxitje shëndetësore interkulturore (Fachstelle für interkulturelle Suchtprävention und Gesundheitsförderung)

Përkthimi Bislim Elshani

Foto 7Pictures, Gümligen

Vizatimet crivellis, Zürich

Kreacioni Fruitcake, Worb

Shtypja J. Künzle AG, Zürich

© 2007

Krebsliga Schweiz, Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich, Kantonale Krebsligen