

LUB HLIS KEV PAUB TXOG TUS KAB MOB KHEES XAWS MIS

Tus kab mob khees xaws mis yog ib hom mob khees xaws uas pib hauv lub mis. Tus kab mob khees xaws mis feem ntau tsim cov qog nqaij uas tuaj yeem pom ntawm kev xoo hluav taws xob los sis hnov tau zoo li ua ib thooj.

Raws li Lub Chaw Tswj Hwm thiab Tiv Thaiv Kab Mob, txawm hais tias tus kab mob khees xaws mis feem ntau pom hauv cov poj niam, tab sis cov txiv neej tuaj yeem mob tus kab mob khees xaws mis ib yam nkaus.

Tus kab mob khees xaws mis kwv yeas li **1 ntawm 100** uas tau kuaj pom hauv Teb Chaws Mes Kas pom muaj nyob hauv ib tus txiv neej.

Hauv California, Cov Poj Niam Haiv Neeg As Mes Kas Es Xias, Haiv Neeg Hawaii Hauv Paus Txawm, thiab Neeg Pov Txwv Pas Xis Fiv muaj qee qhov **kev ntshuaj ntsuas xyuas tus kab mob khees xaws mis thiab mob khees xaws lub ncauj tsev me nyuam uas tsawg tshaj plaws** (kev kuaj uas siv tus pas ntxig mus rau lub tsev me nyuam (pap test), kev xoo hluav taws xob lub mis, thiab kev kuaj lub mis uas siv txhais tes xuas) (Kagawa-Singer & Pourat, 2000).

Cov poj niam Haiv Neeg Hawaii Hauv Paus Txawm muaj **xwm txheej tus kab mob khees xaws mis siab thiab kev ploj tuag siab** thiab tau kuaj pom tias nyob rau theem muaj hnuv nyoog qis dua thiab nyob theem qib siab dua li lwm pab pawg neeg hauv Hawaii (Qhov Tseeb thiab Tus Lej Tus Kab Mob Khees Xaws ntawm Haiv Neeg Hawaii, Xyoo 2010).



COV CIM THIAB COV TSOS MOB

Nws yog ib qho tseem ceeb kom paub txog tias koj ob lub mis ib txwm zoo li cas thiab hnov tau li cas thiab yuav tsum paub txog kev hloov pauv ntawm koj ob lub mis.

- O ntawm lub mis tag nrho los sis ib feem (txawm tias tsis hnov tias nws ua thooj)
- Daim tawv nqaij mlos (qee zaum zoo li daim tawv txiv kab ntxwv)
- Mob lub mis los sis lub txiv mis
- Lub txiv mis nkaum (tig rov mus rau sab hauv)
- Lub txiv mis los sis daim tawv nqaij lub mis liab, qhuav, tev ua ib daim los sis tuab tuaj
- Lub txiv mis los kua (tshwj tsis yog mis niam)
- Cov qog nqaij hlav o (qee zaum tus kab mob khees xaws mis tuaj yeem kis mus rau cov qog ntshav qab zib hauv caj npab los sis ib ncig ntawm pob txha caj dab thiab ua rau ua tej thooj los sis o nyob ntawd)

Yog tias koj ntsib ib qho ntawm cov cim los sis cov tsos mob no, nco ntsoov tham nrog tus kws tshaj lij saib xyuas kev noj qab haus huv.



KEV TIV THAIV

Kev noj qab haus huv nyob mus tas li hauv koj lub neej yuav txo koj txoj kev pheej hmoo ntawm tus kab mob khees xaws thiab ua kom koj muaj feem yuav muaj sia nyob los ntawm tus kab mob khees xaws yog tias nws tshwm sim.

- Ua kom qhov hnyav ntawm lub cev kom muaj kev noj qab haus huv
- Tawm dag zog tsis tu ncu
- Tsis txhob haus cawv, los sis txwv tsis pub haus cawv
- Yog tias koj tab tom noj, los sis tau hais kom noj, kev siv tshuaj hormone hloov kev kho mob los sis qhov ncauj
- Cov tshuaj tswj kev muaj me nyuam (cov tshuaj tswj tsis pub muaj me nyuam), nug koj tus kws kho mob txog qhov txaus ntshai thiab nrhiav seb nws puas tsim nyog rau koj Pub Mis rau koj tus me nyuam, yog tias ua tau
- Yog tias koj tsev neeg muaj keeb kwm tus kab mob khees xaws mis los sis muaj kev hloov pauv caj ces hauv koj cov noob BRCA1 thiab BRCA2, nrog koj tus kws kho mob tham txog lwm txoj hauv kev los txo koj txoj kev pheej hmoo

YAM UAS MUAJ KEV PHEEJ HMOO

- Hnuv nyoog laus tuaj
- Kev hloov caj ces rau qee cov noob, xws li BRCA1 thiab BRCA2.
- Keeb kwm kev xeeb tub: lub ncu sij hawm coj khaub ncaws ntxov ua ntej hnuv nyoog 12 xyoos thiab pib tsis coj khaub ncaws tom qab hnuv nyoog 55 xyoos
- Muaj lub mis nruj
- Keeb kwm tus kheej ntawm tus kab mob khees xaws mis los sis qee yam kab mob uas tsis yog tus kab mob khees xaws mis
- Tsev neeg li keeb kwm ntawm tus kab mob khees xaws mis los sis zes qe me nyuam
- Kev kho yav dhau los uas siv hluav taws xob kho
- Cov poj niam uas tau noj tshuaj diethylstilbestrol (DES)
- Tsis muab lub cev ua zog mus los

YAM KEV PHEEJ HMOO UAS TUAJ YEEM HLOOV PAUV TAU

- Kev rog dhau los sis kab mob rog tom qab thaum tsis coj khaub ncaws lawm
- Noj cov tshuaj hormones: kev kho mob hloov cov tshuaj hormones qee hom tshuaj thiab tshuaj tswj kev muaj me nyuam qee yam (cov tshuaj tshuaj tswj tsis pub muaj me nyuam)
- Keeb kwm kev xeeb tub
- Kev haus cawv



KEV TSHUAJ NTSUAM XYUAS

Pab Pawg Ua Hauj Lwm Fab Kev Pab Cuam Tiv Thaiv Ntawm Teb Chaws Mes Kas tau pom zoo tias cov poj niam uas muaj hnuv nyoog 50 txog 74 xyoos thiab muaj kev pheej hmoo siab rau tus kab mob khees xaws mis tau txais kev xoo hluav taws xob lub mis txhua ob xyoos twg.

Kev xoo hluav taws xob lub mis yog kev xoo luav tawsxob rau ntawm lub mis. Rau ntau tus poj niam, kev xoo hluav taws xob lub mis yog txoj hauv kev zoo tshaj plaws los nrhiav tus kab mob khees xaws mis thaum ntxov, thaum nws kho tau yooj yim dua thiab ua ntej nws yuav loj txaus los xav los sis ua rau muaj tsos mob.

Kev Yeas Duab Uas Siv Cov Hlau Nplaum Hluav Taws Xob Ob Lub Mis (Breast Magnetic Resonance Imaging, MRI) siv cov hlau nplaum thiab cov theem suab los yeas duab ntawm lub mis. MRI yog siv nrog rau cov kev xoo hluav taws xob lub mis los tshuaj xyuas cov poj niam uas muaj kev pheej moo siab uas yuav muaj tus kab mob khees xaws mis.

Kev Kuaj Lub Mis Uas Siv Txhais Tes Xuas yog ib qho kev kuaj mob los ntawm tus kws kho mob los sis tus kws tu neeg mob, uas siv nws txhais tes kom raug thooj nqaij los sis lwm yam kev hloov pauv.

Kev Paub Txog Tus Kheej Ntawm Lub Mis yog paub txog tias koj lub mis zoo li cas thiab hnov tau zoo li cas tuaj yeem pab koj pom cov tsos mob xws li ua tej thooj, mob, los sis kev hloov pauv loj uas yuav muaj kev txhawj xeeb.

COV CHAW MUAJ NTAUB NTAWV

- **American Cancer Society:** cancer.org/cancer-information-in-other-languages.html
- **National Cancer Institute:** cancer.gov
- **'Imi Hale Native Hawaiian Cancer Network:** imihale.org
- **California State University, Fullerton:** wincart.fullerton.edu/cancer_edu/index.htm
- **Asian American Health Initiative:** aahiinfo.org
- **Pacific Cancer Programs:** pacificcancer.org
- **Asian American Cancer Support Network:** aacsns.org

Cov Cim thiab Cov Tsos Mob, Kev Tiv Thaiv, Kev Pheej Hmoo, thiab Cov Ntaub Ntawv Tshuaj Ntsuam Xyuas los ntawm Lub Chaw Tswj Hwm thiab Tiv Thaiv Kab Mob