

# ဒါလီခိန်ထိး ခဲစာန်တိဆါ



ခဲစာန်မုာ်ဝဲဒုာ် တိဆါဆါတမံလါ နီခိပူ၊ စဲ(လ)တဖန်ဒိန်ထိာ်အါထီာ်တု၊ တံပၤက့ၤအါတန့ၢ်ဘုာ်လါ။  
ဖဲခဲစာန်စးထီာ်လါ ဒါလီခိန်ထိးန့ၢ် ပုၤကိးအါလါ ဒါလီခိန်ထိး ခဲစာန်တိဆါလါ။

## နီာ်ဂံၢ်စရိတဖန်

- ဒီးသန့ၤထီာ်သးလါ U.S. တံထာ်န့ၢ်လါ တံဂ့ၢ်ထာ်ဖိာ် ဘုာ်ယးဒီး ခဲစာန်တိဆါန့ၢ်, ဘံၤယံးန့ၢ်မုာ်သ့ၣ်တဖန်န့ၢ် အိာ်ဒီးတံကဲထီာ် **ဒါလီခိန်ထိး ခဲစာန်တိဆါ အါန့ၢ်ဒီး** ကလုာ်အဂၤ မ့တမ့ၢ် ကလုာ်ဒုာ်အဂၤတဖန်န့ၢ်လါ။
- ဒီးသန့ၤထီာ်သးလါ .ကလုာ်ဒုာ်ဖိ ဆူာ်ချ ဝဲၤဒါးအတံၤဟ်ဖျါအဖိခိာ် မ့ၢ်ထီာ်သတီၤကွၢ်ဒီး ပုၤလါတမ့ၢ်ဘုာ် စပုာ်ထူလါ ဝါဖဲဖဲန့ၢ်, အမဲရကၤ ဆမိာ်အါ(န)မုာ်တဖန်န့ၢ် ဘုာ်ဒီးဝဲ **တံကူစါယါဘျါဒီး ဘုာ်သံဘုာ်ပုၤဝဲ လါဒါလီခိန်ထိး ခဲစာန်တိဆါအယံ အါဝဲခဲဆးန့ၢ်လါ။**
- တံသမံသမိးကွၢ် ခဲစာန်တိဆါလါ ဒါလီခိန်ထိး, န့ၢ်, ဒီးပံာ်ပုၤအုာ်ကျါခဲစာန်တိဆါတဖန် အဂီၢ်န့ၢ် န့ၢ်ဖျါထီာ်တုာ်ဝဲဒုာ်လါ တံအံၤမၤစ့ၤ လါ ပုၤကညီတဖန် အသးသမ့ အနီာ်ဂံၢ်နီာ်ဒွဲး, လါ California, အ့ၤရုာ် အမဲရကၤအပူၤ အါစုအါဘျါ **တံဘိးဘုာ်သ့ၣ်ညါထီာ် တံသမံသမိး နီာ်ဂံၢ်န့ၢ် စ့ၤန့ၢ်ဒီး** ပုၤကလုာ် /ကလုာ်ဒုာ်အဂၤတဖန် ဖးယံၤညါန့ၢ်လါ။
  - ခိာ်ရံၤယါ (35%) ဒီးဘိးယံးန့ၢ် (30%) အမဲရကၤလါ California အပူၤ အိာ်ဒီး **တံတလုၤဟိမၤထွဲတံမၤကွၢ်အံၤ နီာ်ဂံၢ်နီာ်ဒွဲး** အအါကတံၤ လါပုၤကလုာ် ကလုာ်ဒုာ်အဂၤတဖန် အကျါန့ၢ်လါ။ (Tseng, et al., 2010).
- တံဂ့ၢ်ထာ်ဖိာ်လါ တံအိာ်ဆူာ်အိာ်ချ လါခါာ်သး အတံၤရဲာ်တံက့ၤ Uniform Data System (UDS) ဟ်ဖျါထီာ်ဝဲလါ Palau ဟ့ၣ်ထီာ် တံသမံသမိးကွၢ် ဒါလီခိန်ထိး ခဲစာန်တိဆါ ထဲဒုာ် **36.73% လါအဝဲသ့ၣ် အပုၤဆူးပုၤဆါ ဟိမုာ်တဖန် လါ2020အပူၤ** မ့ၢ်ဘုာ်ထီာ်သတီၤလါ Pohnpei န့ၢ်လါ။



## တံပနီာ်ဒီး တံဆါအပနီာ်တဖန်

ဘုာ်သ့ၣ်သ့ၣ် ဖဲဒါလီခိန်ထိး ခဲစာန်တိဆါ အပတီၢ်စါဝဲအဆါကတီၢ်န့ၢ် တမ့ၢ်လါ တံပနီာ်ဒီး တံဆါအပနီာ် ကဖျါထီာ်နီၤတမံၤဘုာ်, လါတံအံၤအယံ အကါဒိာ်ဝဲလါ တံကသမံသမိးကွၢ် ဒါလီခိန်ထိး ခဲစာန်တိဆါန့ၢ်လါ။ ဒါလီခိန်ထိး ခဲစာန်တိဆါ မ့ၢ်နးထီာ်န့ၢ် တံကမၤအသးဒ် ဒါလီခိန်ထိး အသ့ၣ်ယွၤ မ့တမ့ၢ် တံအထံယွၤလါဝဲ ဒီးတံအံၤ တမ့ၢ်ဘုာ်ဒ် ညိန့ၢ်မၤအသးဒီးန့ၢ်ဘုာ်, ဒ်အမ့ၢ် သ့ၣ်ယွၤဖဲ မဲ ယုာ်အိာ်ယုာ်မုာ်ခွါသ့ၣ်ထံဝံၤအလါခဲန့ၢ်လါ။  
နမ့ၢ်တုာ်ဘုာ်နံ တံအပနီာ်တဖန်အံၤအယံဒီး, ဆဲးကျိးဆူ နကသံသရဲာ်အအိာ် မ့တမ့ၢ် လဲၤဒီးကွၢ်နသးလါ ပုၤတဝါ ဆူာ်ချ လါခါာ်သးတခါအိာ်န့ၢ်တက့ၢ်။

## တံလါဘုာ်ယိာ် အက့ၢ်အဂီၢ်တဖန်

ဟိမုာ်ခဲလၢာ်န့ၢ် အိာ်ဒီးတံဘုာ်ယိာ်အလါလါ ကကဲထီာ် ဒါလီခိန်ထိး ခဲစာန်တိဆါ, လါဆီဒုာ်တံ ဟိမုာ်လါ အသးအိာ် 30ဘျဲာ်တဖန်န့ၢ်လါ။ Human papillomavirus (HPV) အံၤ မ့ၢ်တံဆါယံၤညါန့ၢ်တမံၤဒီး ပုၤအါဒ်အါဂၤ ဒီးန့ၢ်အါ လါအတံၤအိာ်မုာ်အပူၤ တလါလါန့ၢ်လါ။ တံဘုာ်ကူဘုာ်ကံယံာ်ထါ HPV ယုာ်ဒီး အကလုာ်လါတံတမံၤန့ၢ် မ့ၢ်ဝဲတံဂ့ၢ်မိာ်ပုၤလါ အဒုးကဲထီာ် ဒါလီခိန်ထိးခဲစာန်တိဆါန့ၢ်လါ။ HPVမုာ်ဝဲဒုာ် တံဆါယံၤညါန့ၢ်တမံၤလါ အဘုာ်ကူဘုာ်ကံဖဲ တံမဲယုာ်အိာ်ယုာ်မုာ်ခွါသ့ၣ်ထံ (STI) ဒီး အါဒုာ်တံတက့ၢ် အတံၤဆါအပနီာ် တအိာ်ဝဲဘုာ်လါ။  
တံအက့ၢ်အဂီၢ် အဂၤတဖန်လါ အမၤအါထီာ် နတံလါဘုာ်ယိာ်အလါ

- အိာ်ဒီး HIV
- တံအိမိာ်အိခွဲး
- စူးကါ ကသံတံပျာ်မၤယံၤတံအိာ်ဟုးအိာ်သး ယံၤနံာ် မ့တမ့ၢ် အါန့ၢ် ယံၤနံာ်
- ဆဲးစါဖိ သါဂၤ မ့တမ့ၢ် အါန့ၢ်အန့ၢ်
- မဲယုာ်အိာ်ယုာ်မုာ်ခွါသ့ၣ်ထံ အါဂၤ



## တံသမံသမိးဒီး တံတြီဟံဒိသဒါ အတံတံစါမၤစ့ၤ

လါနကဒိသဒါနဲ ဒါလီခိန်ထိး ခဲစာန်တိဆါအဂီၢ် တံဂ့ၢ်အကါဒိာ်ကတံၤလါ နမၤအါသ့ၣ်မုာ်ဝဲ ဆဲးနဲ HPV ကသံသးဒိသဒါ ဆိဆိဒီး မၤနဲ တံသမံသမိးကွၢ်တံဆါ ဘုာ်ဆါဘုာ်ကတီၢ်တဖန်န့ၢ်လါ။

**HPV ကသံသးဒိသဒါ** ဒိသဒါဝဲဒုာ် HPV အကလုာ်တဖန်လါ အဒုးကဲထီာ် ဒါလီခိန်ထိး, ဒါလီပူၤ, ဒီး မုာ်ခွါကွၢ်ဂီၤ ခဲစာန်တဖန်န့ၢ်လါ။

- HPV ကသံသးဒိသဒါအံၤ ဘုာ်တံဟ့ၣ်ကူာ်ဟ့ၣ်ဖးအါလါ ပုၤတချးလိာ်ဘိဘိထီာ် သးအနံာ်အလါ 11 နံာ်ဆူ 12 နံာ် ဘုာ်ဆုာ် တံစးထီာ်ဆဲးအါသ့ စးထီာ်လါ သးအနံာ်အလါ 9နံာ်န့ၢ်လါ။ တံအံၤဘုာ်တံဟ့ၣ်ကူာ်ဟ့ၣ်ဖးစုာ်ကိးအါလါ ပုၤတဖန်လါ အသးအိာ်တု 26နံာ်, ဖဲအဝဲသ့ၣ် မ့ၢ်တဆဲးဘုာ် ကသံသးဒိသဒါအံၤဒီးဘုာ်န့ၢ်လါ။
- HPV ကသံသးဒိသဒါအံၤ တံတဟ့ၣ်ကူာ်ဟ့ၣ်ဖးအါလါ ပုၤလါအသးပုၤန့ၢ်26 နံာ်အဂီၢ် မ့တမ့ၢ်ဘုာ်လါ ဘုာ်တံဟ့ၣ်ကူာ်ဟ့ၣ်ဖးအါလါ အပုၤကွၢ်ထွဲကူစါတံ အဂီၢ်ခိန်ထိးတဂၤအအိာ်ဘုာ်န့ၢ်လါ။

HPV ကသံသးဒိသဒါအံၤ ဒိသဒါဝဲဒုာ် HPV တံဘုာ်ကူဘုာ်ကံတနီၤ ဘုာ်ဆုာ်ဒီး တံဘုာ်ကူဘုာ်ကံ မ့တမ့ၢ် တံဆူးတံဆါမ့ၢ်အိာ်ဟ်စါန့ၢ် ကူစါယါဘျါဝဲတသ့ဘုာ်. နကဖြးမၤနဲ တံသမံသမိးကွၢ်တံဆါလါ ဒါလီခိန်ထိးခဲစာန်တိဆါအဂီၢ် ဘုာ်ဆါဘုာ်ကတီၢ်, ဖဲနဲဆဲးနဲ HPV ကသံသးဒိသဒါဝဲဒုာ် အလါခဲဒုာ်လဲာ်န့ၢ်လါ။

တံသမံသမိးကွၢ်တံဆါ ခံဘျီန့ၢ် ကဲထီာ်တံမၤစ့ၤလါ တံကဒိသဒါ ဒါလီခိန်ထိး ခဲစာန်တိဆါ မ့တမ့ၢ် ယုာ်သ့ၣ်ညါဘုာ်ဝဲဆိဆိအဂီၢ်န့ၢ်လါ။ တံမၤကွၢ် ခံဘျီလၢာ်အံၤ ဘုာ်တံမၤစ့ၤလါ ကသံသရဲာ်တဂၤ အဝဲဒါးပူၤ, ကသံသးပူၤ, မ့တမ့ၢ် ပုၤတဝါ ဆူာ်ချ လါခါာ်သးအပူၤ သ့ဝဲဒုာ်န့ၢ်လါ။

- Pap တံမၤကွၢ် (မ့တမ့ၢ် Pap smear) ယုာ်ကွၢ်ဝဲဒုာ် ခဲစာန်တချးကဲထီာ်အတံၤအိာ်သးတဖန်, စဲ(လ)တံဆိတလဲသးတဖန် လါဒါလီခိန်ထိး လါဘုာ်သ့ၣ်သ့ၣ် ကကဲထီာ်ဝဲ ဒါလီခိန်ထိး ခဲစာန်တိဆါ ဖဲအဝဲသ့ၣ် တဘုာ်တံ ကူစါယါဘျါအါ ဂ့ၤဂ့ၤဘုာ်ဘုာ်အခါန့ၢ်လါ။
- HPV တံမၤကွၢ်အံၤ ယုာ်ကွၢ်ဝဲ HPV ဘဲရး(စ)တံဆါယံၤလါ အဒုးကဲထီာ် စဲ(လ)တံဆိတလဲသးန့ၢ်လါ။

USPSTF ဟ့ၣ်ကူာ်ဟ့ၣ်ဖးလါ တံကသမံသမိးကွၢ် ဒါလီခိန်ထိး ခဲစာန်တိဆါ 3 နံာ်တဘျီ ယုာ်ဒီး ဒါလီခိန်ထိး cytology စဲ(လ)တကလုာ် ထဲတမံၤစါ လါဟိမုာ်အသးအိာ် 21နံာ်ဆူ 29နံာ်တဖန်အဂီၢ်န့ၢ်လါ။ ဟိမုာ်လါ အသးအိာ် 30နံာ်ဆူ 65နံာ် အတီၤပူၤတဖန်အဂီၢ်တခါ USPSTF ဟ့ၣ်ကူာ်ဟ့ၣ်ဖးလါ တံကမၤတံသမံသမိးအံၤ 3 နံာ်တဘျီ ယုာ်ဒီး ဒါလီခိန်ထိး cytology စဲ(လ)တကလုာ် ထဲတမံၤစါ, 5နံာ်တဘျီ ယုာ်ဒီး တံလါဘုာ်ယိာ်အလါအါဝဲ ဘုာ်ယးဒီး human papillomavirus တံမၤကွၢ် ထဲတမံၤစါ, မ့တမ့ၢ်, 5နံာ်တဘျီ ယုာ်ဒီး hrHPV တံမၤကွၢ် ယုာ်ဒီး cytology စဲ(လ)တကလုာ်န့ၢ်လါ။

**ယုာ်ကွၢ် တံသမံသမိးကွၢ်တံ အတံရဲာ်တံက့ၤ တမံၤလါ အဘူးဒီးန့ၢ်-  
[cdc.gov/cancer/nbccedp/screenings.htm](https://www.cdc.gov/cancer/nbccedp/screenings.htm)**



## တံအိာ်ယါတဖန်

- Pacific Island Cervical Cancer Screening Initiative: [piccsi.org](http://piccsi.org)
- American Cancer Society: [cancer.org](http://cancer.org)
- National Cancer Institute: [cancer.gov](http://cancer.gov)
- 'Imi Hale Native Hawaiian Cancer Network: [imihale.org/education\\_materials.htm](http://imihale.org/education_materials.htm)
- California State University, Fullerton: [wincart.fullerton.edu/cancer\\_edu/index.htm](http://wincart.fullerton.edu/cancer_edu/index.htm)
- Asian American Health Initiative: [aahiinfo.org](http://aahiinfo.org)
- Pacific Cancer Programs: [pacificcancer.org](http://pacificcancer.org)
- Asian American Cancer Support Network: [aacsn.org](http://aacsn.org)