

# Kanser sa Suso

ANG MAAGANG PAGTUKLAS AY NAKAKAPAGLIGTAS NG MGA BUHAY



## Ano ang Kanser sa Suso?

Ang kanser sa suso ay nangyayari kapag ang mga abnormal na selula ay nabubuo sa mga tisyu ng suso, na pagkatapos ay maaaring kumalat kung hindi sila natuklasan at magamot.

## Mga Estatistika (Statistics)

Sa Los Angeles County, ang kanser sa suso ang **ika-2 pangunahing sanhi ng maagang pagkamatay** ng mga kababaihan noong 2019.

Mga **85% ng kanser sa suso** ay nangyayari sa mga kababaihan na **walang kasaysayan ng pamilya nito**.

Sa Amerika, **1 sa 8 kababaihan** ang magkakaroon ng kanser sa suso sa kanyang buhay.

## Kanser sa Suso at Kalusugan na Katarungan (Equity)

- Ang mga itim na kababaihan ay 40% na mas malamang na mamatay sa kanser sa suso kaysa sa mga puting kababaihan.
- Ang mga kababaihan ng Ashkenazi Jewish ay may mas mataas na panganib ng kanser sa suso dahil sa mas mataas na antas ng mga BRCA mutasyon (mutation).
- Ang mga babaeng Latinx ay mas malamang na madayagnos sa huling yugto kaysa sa mga puting kababaihan sa Amerika.
- Ang mga itim na kababaihan ay 2x na mas malamang na madayagnos na may mga uri ng kanser sa suso na mas mahirap gamutin.
- Ang mga katutubong Hawaiian & iba pang mga kababaihang Pacific Islander (NHPI) sa California ay may 33% na mas mataas na antas ng pagkamatay sa kanser sa suso kaysa sa mga di-Espanyol na puting kababaihan.

## Mga Salik sa Kapaligiran

Ang mga nailathalang mga pag-aaral ay sinusupportahan ang pag-uugnay sa pagitan ng kanser sa suso at mga lason sa kapaligiran, tulad ng mga kasangkot sa produksyon ng **mga plastik, pampaganda, at pestisidyo**.

Ang pagkakatantad sa mga lason sa kapaligiran ay nagkakaiba depende sa lugar ng tinitirhan ng mga tao, kanilang trabaho, at mga produkto na ginagamit o kinokonsumo. Ang pagkakaroon ng akses sa masustansyang pagkain at mga espasyo para sa pisikal na aktibidad ay mahalaga rin sa pagbawas ng panganib ng kanser sa suso. Ang mga kadahilanan ng panganib sa kapaligiran ay naapektuhan ng sistemikong rasismo.



## Mga Rekomendasyon sa Pananala (Screening)

Ang pananalang mammography ay maaaring makatulong na mabawasan ang mga pagkamatay mula sa kanser sa suso sa mga kababaihan na may edad na 40-74 taon. Ang mga serbisyo na mababa ang gastos o libreng mammography ay magagamit sa mga babaeng hindi nakaseguro, kulang sa seguro, at mababang kita na kwalipikado sa LA County, anuman ang katayuan sa imigrasyon. Para sa isang klinika ng komunidad na malapit sa iyo, bisitahin ang [bit.ly/BreastCancerScreeningClinics](http://bit.ly/BreastCancerScreeningClinics).

Ang ilang mga transgender na lalaki at babae, intersex, at hindi binary o kasarian queer na tao ay nangangailangan din ng pananala ng kanser sa suso. Ang pangangailangan para sa mammography ay nag-iiba depende sa edad, kasarian sa kapanganakan, paggamit ng mga hormone, kasaysayan ng operasyon sa dibdib, at kasaysayan ng pamilya.

### 40-49 taon



Ang mga lumalabas na mga bagong patnubay ay nagrerekomenda na ang lahat ng mga kababaihan ay magsimula ng pagsusuri sa edad na 40 at ituloy ito tuwing dalawang taon. Ang pagsisimula ng mammography sa edad na 40 ay maaaring magligtas ng mga buhay.

### 50-74 na taong gulang



Inirerekomenda na makakuha ng mammogram bawat 2 taon

### 75 taon +



Maaaring patuloy na makakuha ng mammograms tuwing 2 taon

\*Ang mga rekomendasyon ay mula sa U.S. Preventive Services Task Force (USPSTF)

## Ano ang pwede kong gawin para mabawasan ang panganib sa akin?



Iwasan o limitahan ang pag-inom ng alak



Kumain ng masustansyang diyeta at panatilihin ang malusog na timbang



Makibahagi sa regular na pisikal na aktibidad



Magpasuso, kung naaangkop

## Mga mapagkukunan sa Los Angeles County

Ang lahat ng mga residente sa Los Angeles County, anuman ang katayuan ng imigrasyon, ay may akses sa parehong **pananala sa kanser sa suso at pananala sa kanser sa cervix madalas nang walang gastos o mababang gastos** sa pamamagitan ng **Kagawaran ng mga Serbisyo Pangkalusugan (Department of Health Services)**. Bisitahin [bit.ly/BreastCancerScreeningClinics](http://bit.ly/BreastCancerScreeningClinics).

Ang **Every Woman Counts** ay nagbibigay ng **libreng pananala sa kanser sa suso at kanser sa cervix at mga serbisyo para madayagnos (diagnostic services)** sa mga hindi sapat na napaglilingkuran (underserved) na populasyon ng California. Bisitahin [bit.ly/EveryWomanCounts](http://bit.ly/EveryWomanCounts).

Ang **libreng panggagamot** ay magagamit sa lahat ng mga taga California na kwalipikado sa pamamagitan ng **Programa ng Paggagamot sa Kanser sa Suso at Cervix (Breast and Cervical Cancer Treatment Program)**. Bisitahin [bit.ly/BreastandCervicalCancerTreatmentProgram](http://bit.ly/BreastandCervicalCancerTreatmentProgram).

Bisitahin ang [211LA.org](http://211LA.org) para sa mga mapagkukunan ng pananala at paggamot ng kanser sa suso.