



# Pagsisiyasat

Unahan natin ang mga bukol



# Bakit kailangan ang boklet na ito?

Ang salitang 'pagsisiyasat sa kanser' ay nangangahulugan ng maagang pagtuklas sa kanser. Ang mga pag-eeksamen na ito ay ginagawa sa mga parang malulusog na tao na hindi nagpapakita ng mga sintomas na kanser. Mababa pa sa 50% ng mga dayuhang babae na naninirahan sa Italya ang nagpa-Pap Test para matuklasan ng maaga ang kanser sa kuwelyo ng matris. Mayroon din 43% sa kanila ang sumasailalim sa mammography na napakahalagang pagtuklas sa kanser sa suso. Ang mga datos na ito ay malayo sa datos ng mga kababaihan na ipinanganak sa Italya. Mga 72% sa kanila ang nagpupunta sa doctor ng mga babae o gynecologist para sa regular na Pap tests at 73% naman para sa mammography.

## **Ngunit ano ang mga pag-eksamen na ito? Ano ang kanyang mga katangian?Magkano naman ang magagastos para dito?**

Ang babasahing bokletna ito ay magbibigay kaaalaman satatlong programa sa pagsisiyasat na ginagamit sa Italya para maunahan ang kanser sa suso, kuwelyo ng matris (o serbiks) at bituka-tumbong. Ang mga pag-eksamen na ito ay mahalaga sa kalusugan: ang mga datos ay nagsasabi na ang mga bagong kaso ng mga sakit na ito ay may malapit na kaugnayan sa posibilidad ng pagsasagawa ng maagang pagsisiyasat.

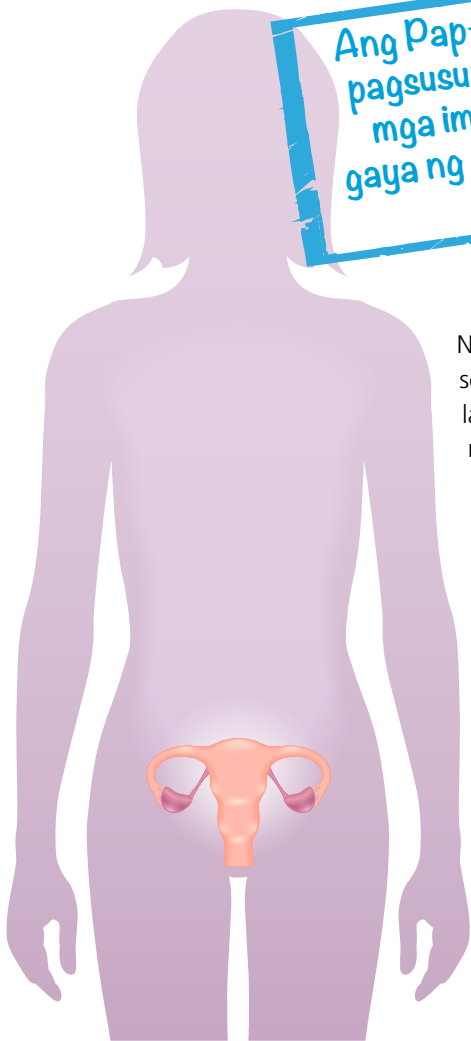


## Sino kami

Ang **Insieme Contro il Cancro** Foundation ay isang hindi pangkalakal na samahan para labanan ang sakit na kanser sa pamamagitan ng mga kampanyang pangkomunikasyon at edukasyon, mga gawaing pananaliksik, pag-iwas (kasama na ang malusog na paraan ng pamumuhay at pagsusuri), pagsiyasat at paggamot sa sakit, pagpapanumbalik at pagsama sa lipunan ng mga taong nagkaroon ng kanser.

# Pap-test

Ang Pap-test ay isang napakadaling pagsusuri na nakakapag-siyasat ng mga impeksyon bakterya o fungal gaya ng thrush, at kanser sa serbiks o kwelyo ng matris.



Noon lamang nakaraan mga taon, ang kanser sa serbiks ay pangalawa sa pinakalaganap, sunod lamang sa kanser sa suso. Sa ngayon, dahil sa mabisang kampanya sa pag-iwas, ito ngayon ay pang-apat sa mga kababaihan.

## ✓ Paano ito isinasagawa?

May maliit na bahagi ng selula galing sa serbiks ang ini-eksamen sa laboratoryo. Ang pagkuha ng selula ay isinasagawa ng gynecologist o doctor ng mga babae at tumatagal ng mga 5-10 minuto. Ito ay walang sakit ngunit sa ilang kababaihan ito ay hindi komportable batay sa personal na kalagayan.

- Sa pag-eksamen, ipinapasok ng gynecologist sa puwerta ang isang instrumento na kung tawagin ay speculum na nagpapaluwang ng puwerta at para makita ang loob hanggang serbiks.
- Ang mga selula ay

kinukuha sa ibabaw sa pamamagitan ng spatula; may pangalawang pagkuha sa kanal ng serbiks sa pamamagitan ng brush.



✓ Pagkatapos ng eksamen, hindi na kailangan ma-  
obserba ang pastente, kung hindi iuutos ng doctor  
at maaari nang umuwi ang pasyente. Ang resulta ay  
ibinibigay sa ilang araw lamang.

✓ Ang gynecologists ay nagmumungkahi na ang  
unang eksamen ay gawin sa pagitan ng edad 20-25,  
ngunit kung nagkaroon na ng sexual activity bago  
mag-18, dapat asahan na ito.

✓ **Ang pagsasagawa nito ay dapat malayo sa  
panahon ng pagregla, pagtatalik o paghuhugas.  
Ang pagkuha ng selula ay maaaring isagawa 3-5  
araw bago magsimula o pagkatapos ng regla.**

✓ Ang Pap-test ay iminumungkahing gawin kada  
tatlong taon ngunit may mga kaso na mas madalas ito  
gawin ayon sa pagsusuri.

### PAGSISIYASAT

Sa Italya, may mga lugar  
kung saan isinasagawa  
ang mga program ng  
pagsisiyasat sa kanser at  
madalas itinutuon ito sa  
mga kababaihan na gusting  
mag Pap-test ng walang  
bayad. Kung hindi ka pa  
nakakatanggap ng sulat  
ukol dito, makipag-ugnayan  
lamang sa inyong Azienda  
Sanitaria Locale (ASL) o local  
na opisina ng pag-kalusugan.





## PAPILLOMA VIRUS



May mga bagong pag-aaral na nagpapakita kung paaano ang kanser sa serbiks ay dulot ng isang virus, ang Human Papilloma Virus (HPV) na naipapasa sa pamamagitan ng pagtatalik, kahit hindi ito ganap. Ang tinutuan na selula ng virus ay ang ibabaw ng balat at ang mucous membrane na patuloy na nag-regenerate. Depende sa lugar at uri ng impeksyon ng HPV, maaaring magkaroon ng kulugo sa balat at papillomas sa lamad. Dapat ding malaman na maraming impeksyon ang bumalik ng walang pasubali at hindi gaanong nakakasira. Para maiwasan ang HPV, may mga bakuna na nagtatanggol laban sa pagpasok ng virus. Sa buong Italya, may mga kababaihan na 12 taon gulang ang may libreng bakuna. Para sa kaalaman, makipag-ugnayan sa ASL o sa inyong doctor. Ang dosis ay itinuturok sa kalamnan, sa braso, at binubuo ng tatlong dosis (pagkatapos ng una, ang pangalawa ay sa pagitan ng 2 at 6 na buwan) at hindi na kailangan ang kasunod na pag-eksamen. Ang bakuna ay napatunayan din na mahalaga para sa kalusugan ng mga batang lalake. Isa sa tatlo ng kaso ng impeksyon ng HPV ay may kaugnayan sa mga lalake na walang tuwirang pag-eksamen gaya sa mga kababaihan (halimbawa, Pap test). Parami nang parami sa mga bansa ay nagmumungkahi ng HPV bakuna maging sa mga kalalakihan. Ang edad sa kalalakihan ay mula 9 hanggang 26 habang sa kababaihan ay 9 hanggang 45. Subalit mahalaga na ipagtanggol ang sarili hanggang maaga bago makipagtalik.

**Tandaan na ang bakuna ay hindi panghalili sa regular na Pap test.**



# Mammograpiya

Ang mammogram ay isang pag-eksamen para masuri ang kalagayan ng maaaring kanser sa suso.



Ang kanser sa suso ay isa sa pinakatatakutan na sakit at pinakalaganap sa kababaihan. Ito ay ang pagbuo ng mga selula na dumadami nang hindi karaniwan sa loob ng suso.

Ito ay maaaring:

- **non-invasive**, kung saan ang selula ay dumarami doon lamang sa iisang parte ng katawan (sa suso lamang at mga parte nito). Ito ay tinatawag rin na carcinoma in situ;
- **invasive**, kung saan ang selula ay kumakalat sa ibang parte bukod sa pinagmulan nito. Ito ay mas laganap dahil sa ito ay matatagpuan sa 70-80% ng lahat ng kaso ng tumor. Ngunit kung alam ito ng maaga, maaari itong maagapan.

Sa katunayan, may mga madaling pag-eksamen na nakakabawas ng peligro ng samit: Ang mammogram ay mahalagang kasangkapan para sa maagang pagtuklas. Mabuti lang malaman na kung ang kanser na ito ay maaagapan, ang paggamot dito ay nakapagliligtas sa mahigit 90% ng mga kaso!

## ✓ Ano ang mga senyales na kailangan pagtuunan ng pansin?

Isang nasasalat na bukol ang unang babala. Kapag sinalat ang suso at may naramdaman na bukol, may lumalabas sa utong o hindi pangkaraniwan, dapat isangguni agad sa manggagamot. Kailangan din magsagawa ng sariling salat sa suso. Kung ikaw ay may nakapa na:

- matigas na bukol sa suso o kili-kili (kadalasan ay hindi masakit)



- pamamaga ng suso
- suso na nagmumukhang kahel o pangangati sa balat nito
- pagbabago sa laki o hugis ng suso
- pagbabago sa porma o kulay ng utong

**Kumonsulta agad sa espesiyalista!**

## ✓ Ano ang mammogram?

Ang mammogram ay isang eksamen gamit ang x-ray na hindi pumipigil sa pag-unlad ng kanser ngunit nakakatulong sa pagtuklas nito kung ito ay maliit pa. 25% ng kanser sa suso ay natutuklasan na maliit pa sa dalawang sentimetro na nagpapahintulot ng maagang

paggamot dito. Mga 70-80% ng kanser sa suso ang napakataas nang matagumpay na panggagamot dahil ito ay maagang nasiyasat.



## ✓ Paano isagawa ang mammogram?

Ang mammogram ay kadalasan isinasagawa nang nakatayo, walang damit sa itaas, at ilalagay ang bawat suso sa isang plataporma na pwedeng i-adjust para matuwid ang eksaminasyon.

### PAGSISIYASAT ✓

Sa Italya, may mga programang pangsiyasat na isinasagawa ng mga lokal na autoridad pagkalusugan (ASL) na nagpapadala ng sulat ng babala sa mga kababaihan 50 hanggang 69 ang edad.



Ang instrumento na ito ay naghahanap ang kahit kaunting pagpiga sa suso para makakuha ng mabuting larawan. Ang eksamen ay gugugol ng kaunting minuto at maaring isagawa kasama ang pagsusuri ng espesyalista. Ito ay isinasagawa ng 'double projection' (parehong taas pababa at naka-anggulo sa tagiliran) at ang resulta ay binabasa ng dalawang radiologists para masigurado ang ganap na kawastuan. Kung positivo, ito ay karaniwan inuulit at susundan ng ultrasound at clinical exam. Ang mammography ay magpapakita ng pamamaga, pamumuo ng laman at maliliit na bukol kahit na ito ay may sukat na milimetro lamang. **Ang x-ray dosis nito ay kadalasang mababa lamang** at ang panganib ay mas mababa kaysa sa pakinabang.

Ang kanser sa suso ba ay nakakahawang sakit? ✓

Sinasabi na isang kaso sa sampu lamang ang dahil sa ito ay namamana o nasasalin. Ngunit ang pagmamana nito ay mahalaga rin. Ang pagpasok ng mga tumor ay dahil sa pagbabago ng isa o higit pa na genes o di kaya ay abnormal na pagbabago sa istraktura ng gene. Mabuti na lamang na kulang ang isang pagproseso ng isang gene at kailangan pa ng 5 o 6 na pagbabago ng ibat-ibat na genes sa iisang selula para magsimula ang sakit.



# Pag-iwas sa kanser sa bituka-tumbong

Ang bituka-tumbong (o malaking bituka) ay ang huling bahagi ng ating pantunaw.

Colon



Ang kanser sa bituka-tumbong ay nagmumula sa ibabaw na selula ng mucosal surface. **Ito ay hindi nagbibigay ng anumang sintomas** sa unang estado nito at kadalasan ito ay dahilan ng pagiiba ng polyps na nagiging kanser. Noon nakaraan dalawang taon, dalawang pang-eksamen ang nakakatuklas sa sakit.

Ito ay ang **'fecal occult blood test' (FOBT) o pagsusuri ng dugo sa dumi**, at ang pangalawa **ayproctosigmoidoscopy o pagsilip ng loob ng malaking bituka mula sa puwit**.

May mga pananaliksik ang nagsasabi na ang

dalawang ito ay mahalaga para mabantayan ang pagunlad ng kanser sa bituka-tumbong para magamot ito agad.:

✓ paghahanap ng nakatagong dugo sa dumi ay maaaring magpahiwatig ng **polyps o sugat** bago pa ang kanser na maaaring umagas ng hindi

nararamdaman. Ang pang-eksamen na ito ay maaari rin makatuklas ng hemoglobin sa dumi kahit hindi pa ito makikita sa microscope.

- ✓ sa mahabang panahon, nakatuklas na rin ng bagong paraan, ang proctosigmoidoscopy (PSS) na mahalaga dahil nakikilala nito ang kanser sa dulo ng bituka (rectm sigma). Sa bahaging ito tumutubo ang mga 70% na kanser ng bituka-tumbong. Sa PSS, maaari rin matanggal na agad ang polyps. **Iminumungkahi na kahit minsan, sa pagitan ng edad 58-60**, kung ito ay negative, hindi ito dapat ulitin. Sinasabi ng mga pagsusuri na ang resultang ito ay maaring magbigay ng pananggalang ng higit pa sa 10 taon.



## PAGSISIYASAT

Kasama rito ang mga pagsusuri ng dugo sa dumi kada 24 buwan at walang bayad para sa mga kalalakhian edad 50 hanggang 70 at sa mga babae hanggang 74 taon gulang sa pag-anyaya ng lokal na autoridad pangkalusagan (ASL). Kung positibo, kailangan magpa-colonoscopy o magpa-silip ng bituka agad.





## Puwede rin labanan ang kanser habang kumakain...

Sa pag-iwas sa kanser, lalo na sa kanser sa bituka-tumbong, ang sariwang gulay ay napakabisa. Ang broccoli ay napakaraming masustansiyang kapakinabangan. Mahalaga rin na kumain ng lahat ng uri ng repolyo, mga gulay na may luntian dahon (spinach, chard), kulay dilaw o kahel (carrots, kalabasa) na mayroon carotenoids at vitamin C (na antioxidant). Mabuti rin ang mga gulay na may ulo (bawang, sibuyas). Sa mga prutas, ang mga uri ng kahel, o oranges, ay nakakabuti at iwasan ang mga masyadong matatamis. Mabuti rin na iwasan ang mga pagkaing maaalat, alkohol at mapupulang karne.

## ... at pagtigil sa paninigariyo

May kaugnayan ang paninigariyo at kanser sa bituka-tumbong. Sabi sa isang pag-aaral ng USA, na mayroon 184,000 na tumugon, ang mga taong naninigariyo ay may 27% peligro na magkaroon ng kanser na ito. Mas maliit ang peligro ng 23% kung para sa mga tumigil na. Mahalaga ang panahon: Mas matagal kang naninigariyo, lalo kang nasa peligro na malantad sa mga nakakalasang kemikal nito. Kung ikaw ay titigil bago mag 40 taon gulang, ang pangamba sa kanser sa bituka ay maaari pang mawala. Kung ito nama'y gagawin sa matagal pang panahon, maghihintay ka pa ng 30 taon bago makakita ng pagbabago katulad sa isang hindi naninigariyo.



- Ang salitang 'pagsisiyasat sa kanser' ay nangangahulugan ng maagang pagtuklas sa kanser. Ang mga pag-eeksamen na ito ay ginagawa sa mga malulusog na tao na hindi nagpapakita ng mga sintomas na kanser. Sa Italya, mayroon tatlong libreng pagsisiyasat sa kanser: serbiks, suso at bituka-tumbong.
- Ang Pap-tests ay isang napakadaling pagsusuri na nakakapag-diagnose ng mga impeksyon fungal gaya ng thrush o kanser sa serbiks. May maliit na bahagi ng selula ng serbiks ang oobserbahan sa laboratory .Ang pagkuha ng selula ay ginagawa ng gynecologist at tumatagal ng 5-10 minuto. Ito ay iminumungkahi sa kababaihan simula 20-25 taon gulang at inuulit kada 3 taon.

- Ang mammography ay mahalaga sa maagang pagtuklas ng kanser sa suso. Ito ay isang eksamen na x-ray na makakatuklas ng sakit na ito kahit sa kanyang napakaagang estado. Sa bawat dalawang taon, isang paanyaya ang ibinibigay ng lokal na autoridad pangkalusugan (ASL) sa mga kababaihan 50-69 taon gulang.

- Para sa kanser sa bituka-tumbong, mayroon dalawang pang-eksamen ang maagang makakatuklas sa kanser na hindi nagpapakita ng sintomas sa maaga nitong estado. Ang una ay 'fecal occult blood test' o pagsuri kung ang dumi ay may dugo, ang pangalawa ay proctosigmoidoscopy o pagsilip ng bituka mula sa puwit. Isinasama ng pagsisiyasat ang dugo sa dumi kada 24 buwan, walang bayad, sa paanyaya ng lokal na autoridad pangkalusugan (ASL) para sa mga lalaki 50-70 taon gulang at sa mga kabaihan hanggang 74. Kung positibo, iminumungkahi ang colonoscopy o pagsilip ng buong haba ng bituka.