



## Скрининг на рак молочной железы: Часто задаваемые вопросы

Рак молочной железы является вторым по распространенности типом рака у женщин. Раннее обнаружение рака дает вам шанс победить болезнь.

### Что такое рак молочной железы?

Это заболевание, при котором происходит аномальное разрастание клеток молочной железы. Раковые клетки могут также распространиться в другие части тела.

### Что я могу сделать, чтобы лучше защитить себя?

Что нельзя изменить:

- старение
- начало менструации в возрасте до 12 лет;
- начало менопаузы в возрасте после 55 лет;
- плотные молочные железы;
- наличие рака груди или яичников в семейном анамнезе.

Что можно изменить:

- поддерживать физическую активность
- поддерживать здоровый вес
- ограничить прием алкоголя
- Спросите своего основного поставщика медицинских услуг (PCP), как бросить курить

### Что я могу сделать, чтобы обнаружить рак молочной железы на ранней стадии?

Маммография помогает обнаружить ранние признаки рака молочной железы. Маммография — это рентгеновское изображение груди.

### Когда следует делать маммографию?

Если вам 40 или более лет, вы можете делать маммографию каждые 2 года до достижения 74 лет.

Обсудите с вашим PCP, как снизить риск развития рака молочной железы и когда вам следует проходить маммографию. Номер телефона вашего PCP указан в вашей идентификационной карточке участника плана Partnership.