

मैमोग्राम

Mammogram

A mammogram is an X-ray of your breast. It is the best way to detect breast cancer. You should have a yearly mammogram after age 40 or sooner if you have higher risk for breast cancer. Talk to your doctor about your risk factors.

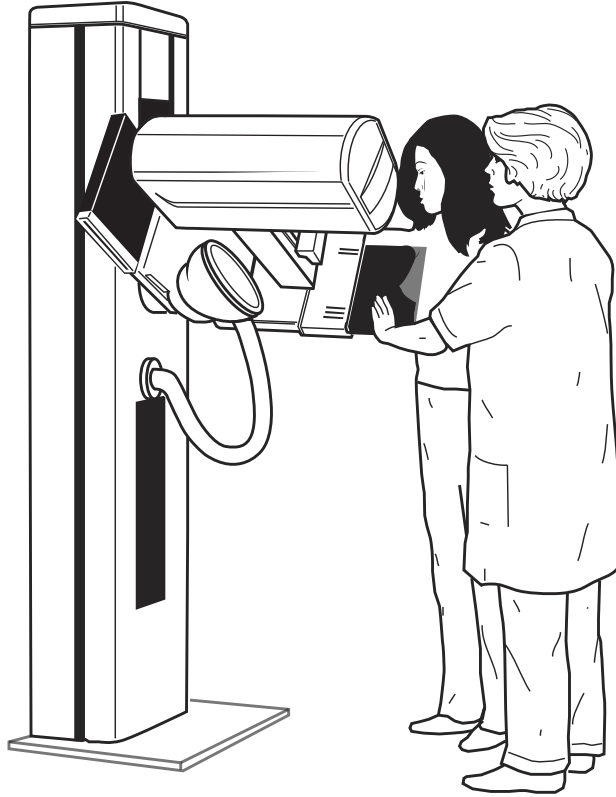
Arrive on time for your test.

To Prepare

- Tell the staff before the test if there is a chance you may be pregnant.
- Do not use deodorant, lotion or powder under your arms or on your breasts the day of your test.

During the Test

- You need to undress from the waist up. You are given a paper gown to wear.
- You are asked to stand next to the machine.
- There are at least 2 X-rays taken of each breast.
- The person doing the test needs to touch and move your breast to get it in the right spot for each X-ray.



मैमोग्राम आपके स्तन का एक्स-रे है। यह स्तन कैंसर का पता लगाने का सबसे अच्छा तरीका है। यदि आपको स्तन कैंसर का अधिक जोखिम है, तो आपको 40 वर्ष की आयु के बाद या उससे पहले ही वार्षिक रूप से मैमोग्राम करवाना चाहिए। अपने जोखिम कारकों के बारे में अपने डॉक्टर से बात करें।

अपने परीक्षण के लिए समय पर पहुँचें।

तैयारी करने के लिए

- परीक्षण से पहले स्टाफ़ को बताएँ कि क्या आपके गर्भवती होने की कोई संभावना है।
- अपने परीक्षण के दिन अपनी बाँहों के नीचे या अपने स्तनों पर डिओडोरेंट, लोशन या पाउडर का प्रयोग न करें।

परीक्षण के दौरान

- आपको कमर से ऊपर के कपड़े उतारने की जरूरत होती है। आपको पहनने के लिए एक पेपर गाउन दिया जाता है।
- आपको मशीन के सामने खड़े होने के लिए कहा जाता है।
- प्रत्येक स्तन के कम से कम 2 एक्स-रे लिए जाते हैं।
- परीक्षण करने वाले व्यक्ति को प्रत्येक एक्स-रे के लिए आपके स्तन सही स्थान पर लाने के लिए उसे छूने और हिलाने-डुलाने की आवश्यकता होती है।

- Small sticky dots may be put on your nipples to help show them on your X-rays.
- Your breast is squeezed between 2 flat surfaces. This may hurt, but it does not harm your breasts.
- You are told to take a deep breath and hold it while the X-ray is taken.
- Each X-ray takes less than 30 seconds.
- The X-ray may need to be repeated if the X-ray is not clear.
- If you have breast implants, more X-rays will need to be taken and the test will take more time.

When all the X-rays are done, be sure to remove the sticky dots and throw them away. You will be able to get dressed and you can return to your usual activity.

Test results are sent to your doctor. Your doctor will share the results with you.

Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.

- एक्स-रे में आपके निपल्स (चूची) को दिखाने में मदद करने के लिए उन पर चिपकने वाले छोटे डॉट्स लगाए जा सकते हैं।
- आपके स्तन को 2 सपाट सतहों के बीच दबाया जाता है। इससे दर्द हो सकता है, लेकिन यह आपके स्तनों को नुकसान नहीं पहुँचाता है।
- एक्स-रे लेने के दौरान आपको गहरी साँस लेने और इसे रोकने के लिए कहा जाता है।
- प्रत्येक एक्स-रे में 30 सेकंड से कम समय लगता है।
- यदि एक्स-रे साफ़ (स्पष्ट) नहीं है, तो एक्स-रे दोबारा किया जा सकता है।
- यदि आपके स्तन का प्रत्यारोपण (ट्रांसप्लांट) हुआ है, तो और अधिक एक्स-रे लेने की आवश्यकता होगी और परीक्षण में अधिक समय लगेगा।

जब सभी एक्स-रे ले लिए जाएँ, तो चिपकने वाले डॉट्स को हटाना और उन्हें फेंकना सुनिश्चित करें। अब आप कपड़े पहन सकेंगी और आप अपनी सामान्य गतिविधि पर वापस लौट सकती हैं।

परीक्षण के परिणाम आपके डॉक्टर को भेजे जाते हैं। आपका डॉक्टर आपके साथ परिणामों को साझा करेगा।

यदि आपके कोई प्रश्न या चिंताएं हों तो अपने डॉक्टर या नर्स से बात करें।