

உங்களுக்கு ஏதேனும் ஆபத்து  
காரணிகள் அல்லது அறிகுறிகள்  
இருந்தால் உடனடியாக மருத்துவ  
உதவியை நாடுங்கள்!

நீங்கள் எங்கு செல்லலாம் :

- பெண் நல கிளினிக்குகள்
- ஆரோக்கியமான வாழ்க்கை முறை  
கிளினிக்குகள்
- புற்றுநோயை முன்கூட்டியே கண்டறிதல்  
மையங்கள்
- மார்பக சிகிச்சை கிளினிக்குகள்
- அறுவை சிகிச்சை கிளினிக்குகள்

மார்பக புற்றுநோயை முன்கூட்டியே  
கண்டறிந்து சிகிச்சை அளித்தால்  
குணப்படுத்தலாம்!

தேசிய புற்றுநோய்க் கட்டுப்பாட்டு நிகழ்ச்சித் திட்டம்

<https://www.nccp.health.gov.lk>

555/5, எல்விட்டிகல மாவத்தை, கொழும்பு 05

தொடர்புகளுக்கு : 0112368627

State Printing Corporation (250399)

# மார்பகப் புற்றுநோய்

உலகளவிலும் மற்றும் இலங்கையிலும்  
முன்னணி புற்றுநோய்!

## கண்டறிவோம் சிகிச்சை செய்வோம் தோற்கடிப்போம்



தேசிய புற்றுநோய்க் கட்டுப்பாட்டு நிகழ்ச்சித் திட்டம்

சுகாதார அமைச்சு

555/5, எல்விட்டிகல மாவத்தை, கொழும்பு 05,

தொடர்புகளுக்கு: 0112368627



# மார்பகப் புற்றுநோய்

## ஆபத்து காரணிகள்!



பெண்ணாக  
இருப்பது



பரம்பரையில்  
புற்றுநோய்  
இருத்தல்



50 வயதுக்கு  
மேற்பட்ட பெண்



ஹார்மோன்  
மாற்று சிகிச்சை  
(HRT)



புகைபிடித்தல்  
/ மதுபானம்



கதிர்வீச்சு  
வெளிப்பாட்டுக்கு  
உட்படுதல்



அதிக உடல்  
பருமன்



மரபணு மாற்றங்கள்  
BRCA1 & BRCA2



உடல்  
உழைப்பின்மை

ஒருநாளில் 15  
மார்பகப் புற்று  
நோயாளர்கள்  
இனங்காணப்படுகின்றனர்



பெண்



ஆண்

ஒருவாரத்தில் 3  
மார்பகப்  
புற்று நோயாளர்கள்  
இனங்காணப்படுகின்றனர்

சுய மார்பகப் பரிசோதனை செய்யுங்கள்  
20 வயதுக்கு மேற்பட்ட பெண்கள் - ஒவ்வொரு மாதமும்



சுய மார்பக  
பரிசோதனை  
புத்தகத்திற்கு  
இதை ஸ்கேன்  
செய்யவும்

மருத்துவ மார்பக பரிசோதனை செய்யுங்கள்

- 20 – 40 வயதிற்கு இடைப்பட்ட பெண்கள் மூன்று வருடத்திற்கு ஒரு முறையும்
- 40 வயதுக்கு மேற்பட்ட பெண்கள் ஒவ்வொரு வருடமும்

நீங்கள் தெரிந்து கொள்ள வேண்டிய  
அறிகுறிகள் !

- மார்பகம் / அக்குள்களில் உள்ள கட்டிகள்
- மார்பகத்தின் மீதுள்ள தோலின் மாற்றங்கள் (சிவத்தல், குளிகள் விழுதல்)
- மார்பக அளவு / வடிவத்தில் ஏற்படும் மாற்றங்கள்
- முலைக்காம்பில் ஏற்படும் மாற்றங்கள்
- முலைக்காம்பு பின்வாங்கல்
- மார்பக வலி

இலங்கையில் வருடாந்தம், புதிதாக 5000 இற்கும்  
மேற்பட்ட மார்பக புற்றுநோயாளிகள்  
இனங்காணப்படுகின்றனர்.