የወንዶች የነቀርሳ
ቅድመ ምርመራ መመሪያ

ጤነኛ መሆን ማለት ባይታመሙም እንኳ ራስን መንከባከብ ማለት ነው፡፡

ይህ ካርድ በጤና ለመቆየት ጠቃሚ የሆኑ የምርመራ መረጃዎች አሉት፡፡

የወንድ የመራቢያ አካል ነቀርሳ

በአሁኑ ጊዜ ባለ ሙያዎች የወንድ የመራቢያ አካል ነቀርሳ ምርመራን በሚመለከት ተለያይተዋል፡፡ ለእርስዎ የሚበጀውን ከዶክተርዎ ጋር ይማከሩ፡፡ በቤተ ሰብ ታሪክ ውሰጥ የመራቢያ አካል ነቀርሳ ያለው ሰው ይህንን ታሪክ አካሚው ዶክተር እንዲያውቅ ማድረግ ይገባል፡፡

በፊንጢጣ በኩል የሚደረግ ምርመራ: ይህ ምርመራ ሐኪምዎ የመራቢያ አካል እጢ እድገትን ወይም እብጠትን ለመቆጣጠር የረዳዋል፡፡ ሐኪምዎ በጓንት የተሸፈነ ቅባታማ ጣቱን በእርጋታ በፊንጢጣ በመስደድ ችግርዎን ይመረምራል፡፡

ዕድሜ: 50 ዓመትና ከዚያም በላይ **በየስንት ጊዜ:** በየዓመቱ

የተፈጥሮ ሕዋስ መጠንን በመለካት የሚደረግ የወንድ የመራቢያ አካል ነቀርሳ መኖሩን የሚጠቁም ምርመራ: ይህ ምርመራ በደም ወስጥ ያለውን በሽታ ጠቋሚ የተፈጥሮ ሕዋስ መጠንን የሚለካ ምርመራ ነው፡፡ እነዚህ ሕዋሳት መጠናቸው ከፍተኛ ከሆነ ገና ከጅማሬው ላይ ያለ ነቀርሳ መኖሩን ይጠቁማሉ፡፡ እርግጥ የእነዚህ ሕዋሳት ቁጥር እንዲጨምር የሚያደርጉ ሌሎችም ምክንያቶች አሉ፡፡ ይህ ዓይነቱ የደም ምርመራ ለእርስዎ የሚበጅ ስለመሆኑ ከሐኪምዎ ጋር ይማከሩ፡፡

ዕድሜ: 50 ዓመትና ከዚያም በላይ **በየስንት ጊዜ:** በየዓመቱ

የትልቁ አንጀት ነቀርሳ

የትልቁ አንጀት ነቀርሳ መመርመሪያ: **ትልቁን አንጀት ሙሉ በሙሉ ማየት** የሚያስችል በጫፉ ላይ ካሜራ ያለው ልዩ ቱቦ ነው፡፡ ይህ ምርመራ ከጊዜ በኋላ ወደ ነቀርሳነት የሚለወጡ አነስተኛ ተቀፅላዎችን (ፖሊፕስ) ማግኘትና ማስወገድም ይችላል፡፡ .

ዕድሜ: 50-75 ዓመት **በየስንት ጊዜ:** በየ10 ዓመቱ

የትልቁ አንጀት መመርመሪያ ልምጥምጥ ቱቦ: **ከፊሉን የትልቁን አንጀት ማየት** የሚያስችል በጫፉ ላይ ካሜራ ያለው ልዩ ቱቦ ነው፡፡ ይህ ምርመራ ሁሉንም የትልቁን አንጀት ማየት የሚያስችል ባለመሆኑ አነስተኛ ተቀፅላዎች (ፖሊፕስ) ላይታዩ ይችላሉ፡፡

ዕድሜ: 50-75 ዓመት **በየስንት ጊዜ:** በየ5 ዓመቱ

የሰገራ ደም ምርመራ: ይህ በሰገራዎ ውስጥ የሚገኝን ደም ለማየት የሚያስችል ምርመራ ሲሆን በቤትዎ የተለየ መሣሪያን በመጠቀም ሊያከናውኑት ይችላሉ፡፡ ይህንን መሣሪያ በመጠቀም **ለሦስት ተከታታይ ቀናት** ያህል የሰገራ ናሙና መቀመጥ ይኖርበታል፡፡ መሣሪያውም ወደ ቤተ ሙከራ መላክ አለበት፣ በሰገራው ወስጥ ደም ከተገኘ ዶክተርዎ በፊንጢጣ በኩል የሚደረግ ምርመራ ሊያዝ ይችላል፡፡ አንዳንድ ምግቦችና መድኃኒቶች ይህንን ምርመራ ሊያውኩ ይችላሉ፡፡

ዕድሜ: 50-75 ዓመት **በየስንት ጊዜ:** በየዓመቱ

የተፈጥሮ መከላከያን ለማየት የሚደረግ የኬሚካል የሰገራ ምርመራ: ይህ በሰገራዎ ውስጥ የሚገኝን ደም ለማየት የሚያስችል ምርመራ ሲሆን በቤትዎ የተለየ መሣሪያን በመጠቀም ሊያከናውኑት ይችላሉ፡፡ መሣሪያውን በመጠቀም **ሁለት ተከታታይ** የሰገራ ናሙና ሊቀመጥ ይገባል፡፡ መሣሪያውም ወደ ቤተ ሙከራ መላክ አለበት፣ በሰገራው ወስጥ ደም ከተገኘ ዶክተርዎ በፊንጢጣ በኩል የሚደረግ ምርመራ ሊያዝ ይችላል፡፡ አንዳንድ ምግቦችና መድኃኒቶች ይህንን ምርመራ ሊያውኩ ይችላሉ፡፡

ዕድሜ: 50-75 ዓመት **በየስንት ጊዜ:** በየዓመቱ

GOVERNMENT OF THE DISTRICT OF COLUMBIA DOH DEPARTMENT OF HEALTH Promote. Prevent. Protect.

Government of the District of Columbia Adrian M. Fenty, Mayor

Comprehensive Cancer Control
Collaborating to Conquer Cancer

ስለምርመራ መረጃ ከፈለጉ እባክዎን በስልክ ቁጥር (202) 442 – 9170 ይደውሉ፡፡

የሴቶች የነቀርሳ ቅድመ ምርመራ መመሪያ

ጤነኛ መሆን ማለት ባይታመሙም እንኳ ራስን መንከባከብ ማለት ነው፡፡ ይህ ካርድ በጤና ለመቆየት ጠቃሚ የሆኑ የምርመራ መረጃዎች አሉት፡፡

የጡት ነቀርሳ

የጡት ራጅ ምርመራ : ይህ ልዩ የራጅ ምርመራ ገና ምንም የህመም ስሜት ሳይሰማዎ በጡትዎ ላይ በጣም አነስተኛ የሆኑ ለውጦችን ያሳያል፡፡

ዕድሜ: 40-74 ዓመት ያሉ **በየስንት ጊዜ፡** በየ 1-2 ዓመታት

በክሊኒክ የሚደረግ የጡት ምርመራ: በዚህ ምርመራ ሐኪምዎ በጡትዎ ውስጣዊ አካል ላይ ለውጦች መኖራቸውን ይረዳል፡፡ ምርመራው ጡትዎን፣ አንገትዎን እና ምናልባትም ከክንድዎ በታች ሊጨምር ይችላል፡፡

ዕድሜ: 20-39 ዓመት ያሉ **በየስንት ጊዜ፡** በየ3 ዓመታት
ዕድሜ: 40 እና ከዚያም በላይ **በየስንት ጊዜ፡** በየዓመቱ

ራስዎ በግል ሚያደርጉት የጡት ምርመራ: ይህ ምርመራ የጡትዎን ስሜቶች እና በጡትዎ ላይ የሚኖሩ ለውጦችን በግልዎ ማወቅ እንዲችሉ የሚያደርግና እና ሐኪምዎን ቀድሞ እንዲጠነቀቅ ለመንገር የሚረዳዎ ነው፡፡ ቢሆንም በባለሙያው የጡት ራጅ ምርመራና በክሊኒክ ሚደረግ የጡት ምርመራ ሊያደርጉ ግን ይገባል፡፡

ዕድሜ: 20 ዓመት እና ከዚያ በላይ **በየስንት ጊዜ፡** በየወሩ

የትልቁ አንጀት ነቀርሳ

የትልቁ አንጀት ነቀርሳ መመርመሪያ: ትልቁን አንጀት ሙሉ በሙሉ ማየት የሚያስችል በጫፉ ላይ ካሜራ ያለው ልዩ ቱቦ ነው፡፡ ይህ ምርመራ ከጊዜ በኋላ ወደ ነቀርሳነት የሚለወጡ አነስተኛ ተቀፅላዎችን (ፖሊፕስ) ማግኘትና ማስወገድም ይችላል፡፡ .

ዕድሜ: 50-75 ዓመት **በየስንት ጊዜ:** በየ10 ዓመቱ

የትልቁ አንጀት መመርመሪያ ልምጥምጥ ቱቦ: ከፊሉን የትልቁን አንጀት ማየት የሚያስችል በጫፉ ላይ ካሜራ ያለው ልዩ ቱቦ ነው፡፡ ይህ ምርመራ ሁሉንም የትልቁን አንጀት ማየት የሚያስችል ባለመሆኑ አነስተኛ ተቀፅላዎች (ፖሊፕስ) ላይታዩ ይችላሉ፡፡

ዕድሜ: 50-75 ዓመት **በየስንት ጊዜ:** በየ5 ዓመቱ

የሰገራ ደም ምርመራ: ይህ በሰገራዎ ውስጥ የሚገኝን ደም ለማየት የሚያስችል ምርመራ ሲሆን በቤትዎ የተለየ መሣሪያን በመጠቀም ሊያከናውኑት ይችላሉ፡፡ ይህንን መሣሪያ በመጠቀም **ለሦስት ተከታታይ ቀናት** ያህል የሰገራ ናሙና መቀመጥ ይኖርበታል፡፡ መሣሪያውም ወደ ቤተ ሙከራ መላክ አለበት፣ በሰገራው ወስጥ ደም ከተገኘ ዶክተርዎ በፊንጢጣ በኩል የሚደረግ ምርመራ ሊያዝ ይችላል፡፡ አንዳንድ ምግቦችና መድኃኒቶች ይህንን ምርመራ ሊያውኩ ይችላሉ፡፡

ዕድሜ: 50-75 ዓመት **በየስንት ጊዜ:** በየዓመቱ

የተፈጥሮ መከላከያን ለማየት የሚደረግ የኬሚካል የሰገራ ምርመራ: ይህ በሰገራዎ ውስጥ የሚገኝን ደም ለማየት የሚያስችል ምርመራ ሲሆን በቤትዎ የተለየ መሣሪያን በመጠቀም ሊያከናውኑት ይችላሉ፡፡ መሣሪያውን በመጠቀም **ሁለት ተከታታይ የሰገራ ናሙና** ሊቀመጥ ይገባል፡፡ መሣሪያውም ወደ ቤተ ሙከራ መላክ አለበት፣ በሰገራው ወስጥ ደም ከተገኘ ዶክተርዎ በፊንጢጣ በኩል የሚደረግ ምርመራ ሊያዝ ይችላል፡፡ አንዳንድ ምግቦችና መድኃኒቶች ይህንን ምርመራ ሊያውኩ ይችላሉ፡፡

ዕድሜ: 50-75 ዓመት **በየስንት ጊዜ:** በየዓመቱ

የማህጸን ነቀርሳ

የቅድመ ማህፀን ካንሰር ናሙና ሴል ምርመራ: ይህ ምርመራ በማህፀን ውስጥ ያልተለመደ የህዋስ ዕድገትን የሚመለከት ምርመራ ነው፡፡

ዕድሜ: ወሲብ ከተጀመረ 3 ዓመት በኋላ **በየስንት ጊዜ:** በየ3 ዓመቱ *
ዕድሜ: ከ21-65 ዓመት **በየስንት ጊዜ:** በየ3 ዓመቱ *
*ከ3 ጤነኛ ምርመራዎች በኋላ ብቻ፤ ያለበለዚያ በተደጋጋሚ፡፡

GOVERNMENT OF THE DISTRICT OF COLUMBIA DOH DEPARTMENT OF HEALTH Promote. Prevent. Protect.

Government of the District of Columbia Adrian M. Fenty, Mayor

Comprehensive Cancer Control Collaborating to Conquer Cancer

ስለምርመራ መረጃ ከፈለጉ እባክዎን በስልክ ቁጥር (202) 442 – 9170 ይደውሉ፡፡