



# ការធ្វើតេស្តពោះវៀនសាមញ្ញមួយ អាចជួយសង្គ្រោះជីវិតរបស់អ្នក។

កញ្ចប់សម្ភារៈធ្វើតេស្តនៅផ្ទះត្រូវបានផ្ញើតាម ប្រអប់សំបុត្រ ដោយឥតគិតថ្លៃជូនអ្នកដែលមានអាយុ 50–74 ឆ្នាំ។ វា មានភាពងាយស្រួលប្រើក្នុងការធ្វើតេស្ត និងអាចតាមដានសញ្ញាដំបូងនៃជំងឺមហារីកពោះវៀន។

ការធ្វើតេស្តសាមញ្ញមួយអាចជួយសង្គ្រោះជីវិតរបស់អ្នក។ វាមានភាពងាយស្រួលជាងអ្នកបានគិត— មានប្រជាជនអូស្ត្រាលី 1 លាននាក់ធ្វើតេស្តវាវៀងរាល់ឆ្នាំ។

ចាប់ពីអាយុ 50 ឆ្នាំឡើងទៅ ហានិភ័យនៃជំងឺមហារីកពោះវៀនរបស់អ្នកកើន ឡើង ហើយជួនកាលមិនមានរោគសញ្ញាអ្វីទេ។

ពេលនោះហើយដែលការធ្វើតេស្តឆ្លុះពិនិត្យមើលត្រូវកើតមាន ឡើង— ចំពោះអ្នកដែលមានអាយុ 50 ទៅ 74 ឆ្នាំ និងត្រូវបានគេធ្វើ ឱ្យនូវកញ្ចប់សម្ភារៈមួយតាមប្រអប់សំបុត្រដើម្បីធ្វើតេស្តនៅផ្ទះ។ ការ ធ្វើតេស្តពិនិត្យមើលស្លាកស្នាមតូចៗនៃឈាមនៅក្នុងលាមករបស់អ្នក ហើយវាអាចតាមដានសញ្ញាដំបូងនៃជំងឺ។

ដូច្នេះសូមកុំមើលស្រាល ឥទ្ធិពលនៃលាមករបស់អ្នក។ វាអាចជួយសង្គ្រោះជីវិតរបស់អ្នក។

## ហេតុអ្វីបានជាត្រូវធ្វើតេស្ត?

ប្រទេសអូស្ត្រាលីជាប្រទេសមួយក្នុងចំណោមប្រទេសដែលមានអត្រាជំងឺមហារីកពោះវៀនខ្ពស់បំផុតនៅក្នុងពិភពលោក—មានប្រជាជនប្រមាណ 17,000 នាក់ចាប់ផ្តើមមានជំងឺមហារីកពោះវៀនជាវៀងរាល់ឆ្នាំ។

ការធ្វើតេស្តសាមញ្ញមួយអាចបង្កើន ឱកាសរកឱ្យមានជីវិតរស់នៅបានយូរ និងមានសុខភាពកាន់តែល្អឡើង។ ការធ្វើតេស្តនេះលឿន មានអនាម័យស្អាត និងងាយស្រួល គឺគ្រាន់តែយកសំណាកលាមកមួយចំនួនតូច ពីរដុំ ហើយដាក់ផ្ញើវាតាមប្រៃសណីយ៍ នោះជាការស្រេច។

## តើអ្នកណាដែលត្រូវធ្វើតេស្ត?

ទាំងបុរស និងស្ត្រីមានហានិភ័យពីជំងឺមហារីកពោះវៀន។ ការរាប់ធ្វើតេស្ត និងជាប្រចាំវានឹងកាត់បន្ថយហានិភ័យរបស់អ្នក។

វេជ្ជបណ្ឌិតណែនាំថាអ្នកដែលមានអាយុ 50–74 ឆ្នាំដែលគ្មានរោគសញ្ញា ត្រូវធ្វើតេស្តជាវៀងរាល់ពីរឆ្នាំម្តង ដើម្បីរកដំបូងអំពីការប្រែប្រួលរបស់ ពោះវៀនដែលពេលនោះ ការព្យាបាលនៅមិនទាន់លំបាក។

ជំងឺមហារីកពោះវៀនមិនត្រឹមតែប៉ះពាល់មនុស្សដែល មានអាយុកាន់តែចាស់នោះទេ – ចាប់ពីអាយុ 50 ឆ្នាំឡើងទៅ ហានិភ័យរបស់ អ្នកក្នុងការមានជំងឺមហារីកពោះវៀនមានការកើនឡើង។

## តើការធ្វើតេស្តរកមើលអ្វីខ្លះ?

ការធ្វើតេស្តពិនិត្យរកមើលស្លាកស្នាមតូចៗនៃឈាមនៅក្នុងលាមក របស់អ្នក។ ជំងឺមហារីកពោះវៀន ឬដុំឫសដុំ (ដុំតូចៗ) អាចដុះ នៅក្នុងជាលិកាក្រាលពោះវៀន។ ចំនួនស្លាកស្នាមតូចៗនៃឈាមអាចប្តូរ រចនាសម្ព័ន្ធពីការរីកលូតលាស់ទាំងនេះ ហើយដែលគេអាច រកឃើញនៅក្នុងលាមក។ មិនមែនដុំឫសដុំទាំងអស់ ប្រែក្លាយទៅជាជំងឺមហារីកនោះទេ។ ការដកយកចេញដុំឫសដុំ អាចកាត់បន្ថយហានិភ័យនៃជំងឺមហារីកពោះ វៀនរបស់អ្នក។

## រោគសញ្ញា

ជំងឺមហារីកពោះវៀនអាចកកើត ដោយគ្មានរោគសញ្ញាណាមួយឡើយ។ ហេតុនេះហើយ វាជាការសំខាន់ដែលអ្នកត្រូវធ្វើតេស្តដោយឥតគិតថ្លៃ របស់អ្នក ឱ្យបានជាវៀងរាល់ពីរឆ្នាំម្តង។ រោគសញ្ញាអាចរួមមាន៖

- មានឈាមនៅក្នុងលាមករបស់អ្នក ឬនៅក្នុងចានបង្កន់
- ការបត់ដើងរបស់អ្នកមានការផ្លាស់ប្តូរនាពេលថ្មីៗនេះ និងបន្តមាន ដូចជា ឈាមកកាន់តែទន់ មាន ការទល់ឈាមកខ្លាំង និង/ឬ ប្រសិនបើអ្នក ត្រូវការបត់ដើងជញ្ជីកញ្ជាប់ ច្រើនដងជាវៀងៗ មិនធម្មតា
- មានការស្រក ទម្ងន់ ឬការនឿយហត់ដោយគ្មានមូលហេតុ
- មានការឈឺក្រពះ។

ប្រសិនបើអ្នកកត់សម្គាល់រោគសញ្ញាណាមួយនៃបណ្តារោគសញ្ញាទាំងនេះ វាមិន មានន័យថាអ្នកមានជំងឺមហារីកពោះវៀននោះទេ ក៏ប៉ុន្តែវាជាការសំខាន់ ដែលអ្នកត្រូវពិភាក្សាជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នកឱ្យបានលឿនដែលអាចធ្វើទៅ បាន។

ជំងឺមហារីកពោះវៀនអាចប៉ះពាល់ដល់អ្នកដែលមានអាយុក្រោម 50 ឆ្នាំ។ ដូច្នេះត្រូវធ្វើឱ្យប្រាកដថាសមាជិកគ្រួសារ និងមិត្តភក្តិទាំងអស់របស់អ្នក ដឹងអំពីរោគសញ្ញាទាំងនេះ និងពិភាក្សាជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់ពួកគេ ប្រសិនបើពួកគេមានការព្រួយបារម្ភ។

[www.cancerscreening.gov.au](http://www.cancerscreening.gov.au)

## ព័ត៌មានបន្ថែម

ប្រសិនបើអ្នកមានអាយុ 50–74 ឆ្នាំ សូមរកមើលកញ្ចប់ សម្ភារៈរបស់អ្នកនៅក្នុងប្រអប់សំបុត្រ។

សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម ស្តីពីកម្មវិធីនេះ និងដើម្បីពិនិត្យ មើលថាមានពេលណាដែលកញ្ចប់សម្ភារៈរបស់អ្នកនឹងត្រូវ មកដល់ សូមចូលមើល [www.cancerscreening.gov.au](http://www.cancerscreening.gov.au) ឬទូរសព្ទទៅលេខ 1800 118 8684

សម្រាប់ព័ត៌មាន ជាភាសារបស់អ្នក សូមទូរសព្ទទៅលេខ 13 14 50 ឬចូលមើល [www.cancerscreening.gov.au/translations](http://www.cancerscreening.gov.au/translations)

### សូមធ្វើតេស្ត។ អ្នកទទឹងជា បានជោគជ័យ។

