Martiqaad baadhitaanka kansarka naasaha
Dalka Danmark, dumarka da'doodu u dhaxayso 50 iyo 69 sano waxaa lagu martiqaadaa baadhitaanka kansarka naasaha (mammografi) labadii sanaba mar. Dumarka hore ugu dhacay kansarka naasaha waxaa la martiqaadaaya ilaa ay ka gaadhayaan 79 sano. Ujeeddadu waa in la ogaado kansarka naasaha goor hore, sababtoo ah taasi waxay kordhisaa fursadda daaweyn iyo bogsasho.

Mammogaraafigga waxaa lagu qaadaa sawirro raajo ah oo labada naasba ah. Waxay qaadataa 5–10 daqiiqo. Ka qaybgalka waa ikhtiyaari waana bilaash.

Waqtigaaga hore ayaa loo sii qorsheeyay, waxaana warqadda laguu soo diray boostadaada elektaroonigga ah.

Waad beddeli kartaa waqtigaaga ama waad ka baaqan kartaa haddii aadan rabin inaad ka faa'iidaysato adeeggan.
Sidaas ayaad fursad u siin kartaa haweeney kale inay ka faa'iidaysato waqtigaas. Waxaad beddeli kartaa waqtigaaga ama ka baaqan kartaa adigoo wacaya gobolkaaga. Halkan ayaad sidoo kale ka bixi kartaa is-diiwaangelinta baadhitaanka haddii aadan rabin martiqaadyo dambe mustaqbalka.

Waad wici kartaa, haddii aad wax suaalo ah qabtid ama aad doonaysid inaad bedesho ballantaada.

Waxaad la xidhiidhi kartaa gobolkaaga ka hor intaadan iman,
- haddii lagaa qaaday raajada mammografi sannadkii u dambeeyay
- haddii aad isticmaasho kursi curyaan
- haddii aad u baahan tahay waqti dheeraad ah
- haddii labada naas laga saaray
- haddii aad hore kugu dhacay kansarka naasaha oo aad ku jirto kormeer

Jawaabta baadhitaanka mammogaraafigga
Waxaad caadi ahaan helaysaa jawaabcelinta baadhitaanka mammogaraafigga laba toddobaad gudahood. Dhakhtarkaaga gaarka ah sidoo kale wuu helayaa jawaabcelinta baadhitaanka.

La xidhiidh dhakhtarkaaga haddii aad astaamo ka dareento naasaha
Waa muhiim inaad la xidhiidho dhakhtarkaaga haddii aad calaamado ka dareento naasaha. Xitaa haddii aad dhawaan gashay mammografi, sababtoo ah kansarka naasaha wuu soo bixi karaa inta u dhaxaysa laba baadhitaan.

Akhri wax dheeraad ah
Buug-gacmeedka websaydka ee Sundhedsstyrelsen waxaad ka akhrisan kartaa wax badan oo ku saabsan baadhitaanka kansarka naasaha af-ingiriis, carabi, turki, urdu iyo soomaali:
https://sst.dk/da/udgivelser/2023/Information-om-screening-for-brystkraeft

Salaan sharaf leh gobolkaaga