

ဆူပ်ချ့တၢ်မၤကွၢ်တဖၣ် လၢပိၣ်မုၢ်ပိၣ်မၤအဂီၢ်

န့ၣ်တၢ်စ့န့ၣ်ကျဲဘၣ်ထွဲဒီးတၢ်လၢနလိၣ်ဘၣ်ဒီးလၢအဆၢကတီၢ်ဖဲလဲၣ်



သွံၣ်အတၢ်ဆိၣ်တၢ်မၤကွၢ်	ခဲန့ၣ်တၢ်ညါထီၣ်စးထီၣ် သးအိၣ် ၁၈ န့ၣ်ဒီးမၤအိၣ်တၢ်လီၤဖဲတၢ်ဘၣ်ယိၣ်အလီၤမ့ၢ်အိၣ်အါထီၣ်အခါတက့ၢ်.
တၢ်မၤကွၢ် ခိလဲၣ်စထၢရီ	ယံၣ်န့ၣ်တၢ်ညါထီၣ်စးထီၣ် သးအိၣ် ၄၅ န့ၣ်ဆူအဖီခိၣ် ဘၣ်တဘၣ်မၤဆိအိၣ်/မၤအိၣ်အါဘျီဒီးသန့ထီၣ်အသးလၢဟံၣ်ဖိဖိတၢ်လဲၤခီဖျိဒီးနီၣ်ကစၢ်တၢ်ဘၣ်ယိၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တဖၣ်-ကတီၢ်တၢ်ဒီးန့ၣ် GP တက့ၢ်.
STI တၢ်မၤကွၢ်	လၢပိၣ်မုၢ်လၢအအိၣ်ဒီးမုၢ်ခွါသွံၣ်ထံးတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤလၢသးန့ၣ်ခဲလၢအဂီၢ်, ကတီၢ်တၢ်ဒီးန့ၣ် GP ဘၣ်ယးတၢ်မၤကွၢ်မုၢ်ခွါသွံၣ်ထံးတၢ်ဆါလၢအဘၣ်ကူဘၣ်ဂၢ်တဖၣ် (STIs) အဂီၢ်န့ၣ်တက့ၢ်. ပိၣ်မုၢ်လၢအသးအိၣ် ၃၀န့ၣ်ဆူအဖီခိၣ်တဖၣ်ကလိၣ်ဘၣ်တၢ်မၤကွၢ်အစ့ၤကတၢ် တန့ၣ်တၢ်ညါန့ၣ်လီၤ.
တၢ်ကွၢ်ထွဲဟူးသးအိၣ်ထီၣ်သိ	ခိတၢ်လိၣ်ဘၣ်အိၣ်အသိး,ဖဲပိၣ်မုၢ်တဖၣ်လၢအသးန့ၣ်ပုၤလၢအဒါထီၣ်အဖီသ့တဖၣ်အဂီၢ်လီၤ.
နီၣ်ကစၢ်တၢ်မၤကွၢ်န့ၢ်	တလါတၢ်ညါလၢပိၣ်မုၢ်လၢအသးန့ၣ်ခဲလၢအဂီၢ်. မၤသ့ၣ်ညါန့ၣ်တၢ်အိၣ်ဖျါလၢအညီန့ၢ်မၤအသးဒီးပလၢၢ်ဘၣ်န့ၣ်တက့ၢ်. ကတီၢ်တၢ်ဒီးန့ၣ် GP ဖဲန့ၢ်ထီၣ်ဘၣ်တၢ်ဆိတလဲလၢအတညီန့ၢ်မၤအသးဘၣ်တဖၣ်တက့ၢ်.
တၢ်မၤကွၢ်န့ၢ် မဲမိကြၢၤ(မ)	ခဲန့ၣ်တၢ်ညါထီၣ်စးထီၣ်သးအိၣ် ၅၀-၇၄န့ၣ် ပိၣ်မုၢ်လၢအအိၣ်ဒီးတၢ်လီၤပျါအလီၤလၢအအါမ့ၢ်တဖၣ်အိၣ်ဒီးဟံၣ်ဖိဖိတၢ်လဲၤအဘၣ်န့ၣ်ခဲစၢ်တဖၣ်ကလိၣ်မၤကွၢ်ဆိအသး/မၤအိၣ်အါခဲအိၣ်- ကတီၢ်တၢ်ဒီးန့ၣ် GP တက့ၢ်.
သးဖျါန့ၣ်ဆူချ့တၢ်မၤကွၢ်	အစ့ၤကတၢ်သၢန့ၣ်တၢ်ညါစးထီၣ်သးအိၣ် ၄၀ န့ၣ်ဆူအဖီခိၣ်
ဆိၣ်ဆါ/သွံၣ်ဆါတၢ်မၤကွၢ်	အစ့ၤကတၢ်သၢန့ၣ်တၢ်ညါစးထီၣ်သးအိၣ် ၄၀ န့ၣ်ဆူအဖီခိၣ် ဘၣ်တဘၣ်မၤဆိ/မၤအိၣ်အါခဲအိၣ်လၢပိၣ်မုၢ်လၢအအိၣ်ဒီးတၢ်လီၤပျါအလီၤဒီးလၢအအိၣ်ဒီးဟူးသးတဖၣ်-ကတီၢ်တၢ်ဒီးန့ၣ် GP တက့ၢ်.
ပံဆူချ့ (ပံကွဲကၢ်သဘိုးအတၢ်လီၤပျါ) အတၢ်သမံသမိးကွၢ်က့ၤ	တန့ၣ်တၢ်ညါစးထီၣ်သးအိၣ် ၄၅ န့ၣ်မ့ၢ်တဖၣ်ဖဲသွံၣ်ကတၢ်အလီၤခဲ ဒီးသန့ထီၣ်အသးလၢပံတၢ်အိၣ်ဆူချ့အဖီခိၣ်ဒီးတၢ်လီၤပျါအလီၤလၢပံကွဲကၢ်သဘိုး/ပံကွဲလီၤကရဲအဖီခိၣ်, န့ၣ် GP ကဟ့ၣ်ကူၣ်န့ၣ်လၢတၢ်မၤကွၢ်ယံၣ်အဘူအတီၣ် (DXA) လၢကိးခဲန့ၣ်တၢ်ညါအဂီၢ်န့ၣ်သ့လီၤ.
ဒါလီၤခိၣ်ထံးတၢ်မၤကွၢ် (လၢအပူၤကွၢ်တၢ်ကိးအိၣ်လၢ Pap smear) လီၤ	ယံၣ်န့ၣ်တၢ်ညါထီၣ်စးထီၣ်သးအိၣ် ၂၅ တုၤ ၇၀-၇၄ န့ၣ်. န့ၣ်စးထီၣ်ပဲယုၣ်လိၣ်သးဖဲန့ၣ်သးအိၣ် ၂၅ န့ၣ်အလီၤခဲန့ၣ်, တၢ်မၤကွၢ်န့ၣ်ကစးထီၣ်ဖဲန့ၣ်ပဲယုၣ်အိၣ်ထံးတၢ်ညါခဲန့ၣ်ဝဲအလီၤခဲန့ၣ်လီၤ.
ပုၤခဲစၢ်အတၢ်မၤကွၢ်	ခဲန့ၣ်တၢ်ညါထီၣ်စးထီၣ် သးအိၣ် ၅၀ န့ၣ် လၢပုၤကမ့ၢ်ခဲလၢအဂီၢ်လီၤ. ပိၣ်မုၢ်လၢအအိၣ်ဒီးတၢ်လီၤပျါအလီၤဒိၣ်တဖၣ်ကလိၣ်ဘၣ်တၢ်မၤကွၢ်အါဘျီ ယုၣ်ဒီးတၢ်မၤကွၢ်အဂၤတဖၣ်- ကတီၢ်တၢ်ဒီးန့ၣ် GP တက့ၢ်.
တၢ်မၤကွၢ်ဖိးဘ့ၣ်	ထီၣ်တၢ်မၤကွၢ်လီၤကစၢ်အသးတၢ်မၤကွၢ်ထီၣ်,ယုထီၣ်န့ၢ် တၢ်ထီၣ်သူအသိ/တၢ်ဆိတလဲအသးတက့ၢ် ကတီၢ်တၢ်ဒီးန့ၣ် GP ဖဲန့ၢ်ထီၣ်တၢ်မဲမိလၢန့ၣ်ဒီး တၢ်သးဒုဒိအခါန့ၣ်တက့ၢ်.
သးတၢ်ဆိမိၣ်ဆူချ့တၢ်မၤကွၢ်	န့ၣ်တၢ်ညါဘၣ်တၢ်ဆါအပနီၣ်တဖၣ်ဒိအမ့ၢ်တၢ်သးတမ့ၢ်, တၢ်သးအ့ၤန့ၣ် တၢ်ဘိုးသးမ့ၢ်တဖၣ်သးကိးသးဂီၤ, န့ၣ်တၢ်အိၣ်အကျိအကျိမ့ၢ်တဖၣ်မဲလုၢ်လၢမ့ၢ်ဆိတလဲအသး, မ့ၢ်တဖၣ်သးတၢ်ဆိမိၣ်ဆူချ့တၢ်ဘၣ်ယိၣ်အဂၤမ့ၢ်အိၣ်န့ၣ်, ကတီၢ်တၢ်ဒီးန့ၣ် GP တက့ၢ်.
မဲအတၢ်မၤကွၢ်	အစ့ၤကတၢ်တန့ၣ်တၢ်ညါလၢပိၣ်မုၢ်သးန့ၣ်ခဲလၢအဂီၢ်. မဲကသိၣ်သရၣ်ကဟ့ၣ်ကူၣ်ဝဲဖဲမ့ၢ်လိၣ်အါထီၣ်တၢ်မၤကွၢ်အခါန့ၣ်လီၤ.
မဲခဲချ့တၢ်မၤကွၢ်	စးထီၣ် သးအိၣ်၆၅န့ၣ်ဖဲန့ၣ်ထီၣ်လၢ မဲခဲချ့တၢ်ထီၣ် တၢ်ဂ့ၢ်ကိမ့ၢ်အိၣ်အခါ. ကတီၢ်တၢ်ဒီးန့ၣ် GP ဖဲန့ၣ်အိၣ်ဒီးဟံၣ်ဖိဖိတၢ်စိၣ်စိၣ်တၢ်စိၣ်စိၣ်လၢမဲခဲချ့ တၢ်ဆါကလူၤမိမိ (glaucoma) မ့ၢ်အိၣ်အခါတက့ၢ်.
တၢ်မၤကွၢ်န့ၢ်အတၢ်န့ၢ်ဟူ	တန့ၣ်တၢ်ညါစးထီၣ် သးအိၣ် ၆၅ န့ၣ်ဆူအဖီခိၣ်န့ၣ်လီၤ.
တၢ်ကွၢ်ကဒါက့ၤကသိၣ်ဒိသဒါ	အစ့ၤကတၢ်တန့ၣ်တၢ်ညါလၢပိၣ်မုၢ်သးန့ၣ်ခဲလၢအဂီၢ်.

မတၢ်မၤစၢၤသ့လဲၣ်.

န့ၣ် GP.

ထံကီၢ်ခဲစၢ်တၢ်မၤကွၢ်တၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤအတၢ်ဆဲးလီၤမဲၤ (National Cancer Screening Register):

1800 627 701

BreastScreen Australia: **13 20 50**

ကသိၣ်ကျးကသိၣ်သရၣ်, မဲဒီးကသိၣ်သရၣ်ဒီးမဲကသိၣ်သရၣ်

တၢ်မၤကွၢ်ဆူချ့တၢ်မၤကွၢ်ဘၣ်ဆါဘၣ်ကတီၢ်န့ၣ်မၤစၢၤန့ၣ်လၢကတီၢ်ဆိဒီးထီၣ်န့ၣ်ဆိတၢ်ဆါအဟံၣ်, အါဘျီဖဲအဲသ့ၣ်န့ၣ်တၢ်ကူၤစါအါညီဒိၣ်ဝဲအခါန့ၣ်လီၤ. တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိအဲၤတၢ်ဟ့ၣ်ထီၣ်အါဒိတၢ်န့ၣ်ကျဲအကလုၤကလုၤတခါအသိးလီၤ. န့ၣ်ကလိၣ်မၤကွၢ်တၢ်မၤကွၢ်အဂၤမ့ၢ်တဖၣ်မၤကွၢ်အါအါဘျီန့ၣ်လီၤ. န့ၣ်ထီၣ်သွံၣ်လၢန့ၣ်အကျိမ့ၢ်တဖၣ်ဆိအကျိ-တၢ် ကိၢ်လိၣ်လၢန့ၣ်အလီၤ, န့ၣ်ခိၣ်ထံးအထံလီၤ, သွံၣ်လီၤ ဖဲမဲယုၣ်လိၣ်သးဝဲအလီၤခဲမ့ၢ်တဖၣ်ဖဲလုၢ်လၢမဲအဘၣ်စၢၤကတီၢ်, မ့ၢ်တဖၣ်တၢ်အဂၤတမဲလၢလီၤမ့ၢ်တဖၣ်မ့ၢ် ဘၣ်ယိၣ်န့ၣ်, ထူးဖိတၢ်ဆါကတီၢ်တဂ့ၢ်-ကတီၢ်တၢ်ဒီးန့ၣ် GP တက့ၢ်.