

SALUD MEDICAL SPANISH CHARTS

Breast Cancer Awareness

Breast cancer is a malignant growth that begins in the tissues of the breast.

Over the course of a lifetime, one in eight women will be diagnosed with breast cancer.

How can you find breast cancer early?

The best way to find breast lumps that may be cancer is to do three things.

Have regular mammograms.

Have your doctor check your breasts.

Check your breasts yourself every month.

Doing all of these things gives you the best chance to find breast cancer as early as you can.

Finding breast cancer early makes treatment much easier and more effective.

More than 90 out of 100 women whose breast cancer is found early will be cured.

What is a mammogram?

A mammogram is an X-ray picture of the breasts.

A mammogram is a special kind of X-ray of your breasts. The amount of radiation used in the X-ray is very small.

A mammogram is used to detect tumors and cysts and to help differentiate benign (noncancerous) and malignant (cancerous) disease.

A mammogram is the most effective way to find breast cancer early, up to two years before the lump is even large enough to feel.

Mammograms detect cancer because cancer is denser (thicker) than the normal tissue of the breast.

A radiologist will look at the X-rays for signs of cancer or other breast problems.

How is a mammogram performed?

You will be asked to undress from the waist up and will be given a hospital gown to wear.

Depending on the type of equipment used, you will sit or stand while the procedure is carried out.

Your breast will rest on a shelf and the X-ray machine will be slowly pressed against your breast until you feel pressure.

This pressure is needed to spread your breast out so that a better X-ray can be taken. The X-ray takes just one or two minutes, and the entire process usually takes no more than about twenty minutes.



El cáncer de mama es un crecimiento maligno que comienza en el tejido mamario.

Durante su vida una de cada ocho mujeres será diagnosticada con cáncer de mama.

¿Cómo puede usted detectar el cáncer de seno temprano?

La mejor manera para detectar lo abultamientos (masas) en los senos que pueden ser cáncer es hacer tres cosas.

Hacerse mamogramas con regularidad.

Dejar que su médico le revise los senos.

Hacerse un auto examen de los senos cada mes.

El hacer todas estas cosas le da la mejor probabilidad de detectar el cáncer de mama lo más temprano posible.

La detección temprana del cáncer de seno hace que el tratamiento sea mucho más fácil y efectivo.

Más de 90 de cada 100 mujeres a las cuales se les detecta el cáncer de seno a tiempo serán curadas.

¿Qué es un mamograma?

Un mamograma es una imagen de rayos X de las mamas.

Un mamograma es un tipo especial de rayos X de sus senos. La cantidad de radiación utilizada en los rayos X es muy pequeña.

Un mamograma se utiliza para detectar tumores y quistes y para ayudar a diferenciar entre las enfermedades benignas (no cancerosas) y malignas (cancerosas).

Un mamograma es la forma más eficiente para detectar el cáncer de seno temprano, hasta dos años antes de que el abultamiento sea lo suficientemente grande para sentirse.

Los mamogramas detectan el cáncer pues el cáncer es más denso (más grueso) que el tejido normal del seno.

Un radiólogo evaluará la radiografía para señas de cáncer o de otros problemas de los senos.

¿Cómo se hace un mamograma?

Se le pide al paciente que se desnude de la cintura para arriba y se le ofrece una bata hospitalaria.

Dependiendo del equipo utilizado, el individuo puede permanecer sentado o de pie mientras se lleva a cabo el procedimiento.

El seno descansará sobre una superficie plana y la máquina de rayos X comenzará a oprimir lentamente el seno hasta que usted sienta presión.

Esta presión es necesaria para expandir el seno de modo tal que se pueda tomar una radiografía mejor. La radiografía se toma tan solo uno a dos minutos y el proceso completo usualmente no toma más de veinte minutos.

www.saludmedicalspanish.com



Valley Community Interpreters
Intérpretes Comunitarios del Valle

SALUD MEDICAL SPANISH CHARTS

Breast Cancer Awareness

The X-ray pictures are taken from several angles. You may be asked to **hold your breath** as each picture is taken

Do mammograms **hurt**?

Mammograms can be **uncomfortable**. But they **don't take very long**.

You may find that **planning to have your mammogram shortly after your period makes it less uncomfortable**. Your breasts may be **less tender** at this time.

How often should you get a mammogram?

If you're over fifty, get a mammogram every one to two years.

If you have **risk factors** for breast cancer, such as a family history of breast cancer, your doctor may want you to have mammograms more often or **start having them sooner**.

How often should your doctor check your breasts?

Every one to two years beginning when you're thirty. Talk with your doctor when it's time for your breasts to be checked.

How often should you check your breasts?

Every month beginning at about age twenty.

At this early age, any small lumps are probably just normal breast glands and ducts. Over time you will get used to how your breasts normally feel so that you're able to tell if a new lump appears

Check your breasts **a few days after** your period when your breasts aren't so sore. If you don't have periods or if they come at varying times, check your breasts **at the same time every month**.

What is a breast biopsy?

A breast biopsy is a procedure that obtains a **sample** of breast tissue and analyzes it in a laboratory for signs of breast cancer or other **disorders**.

Breast tissue samples may be obtained by a **needle biopsy** or open biopsy.

Breast tissue samples may consist of **connective tissue, fat lobules, or milk ducts**.

If the area of interest cannot be felt or is **difficult to find**, X-ray or ultrasound imaging may be used to help locate it.

Las placas de rayos X se toman desde diferentes ángulos. Se le solicitará al paciente que **contenga la respiración** cada vez que se toma la placa.

¿Y los mamogramas **duelen**?

Los mamogramas pueden resultar **incómodos**. Pero estos **no toman mucho tiempo**.

Usted notará que planear hacerse el mamograma al poco tiempo de terminar su período menstrual resultará menos incómodo. Puede que sus senos estén **menos sensibles** en este tiempo.

¿**Con qué frecuencia** debe hacerse el mamograma?

Si usted es mayor de cincuenta años, hágase un mamograma cada año o cada dos años.

Si usted tiene **factores de riesgo** para cáncer de seno, tales como que alguien en su familia tuvo cáncer de seno, su médico querrá que se haga mamogramas más a menudo, o que **se los empiece a hacer antes**.

¿Con qué frecuencia deberá su médico revisarle los senos?

Cada año o cada dos años comenzando a los 30 años. Hable con su médico acerca de cuándo es el tiempo para hacer que le revise los senos.

¿Con qué frecuencia debe revisarse usted los senos?

Cada mes, comenzando a los veinte años de edad.

Durante esta edad temprana, cualquier abultamiento pequeño, probablemente son glándulas y conductos mamarios normales. Con el tiempo usted se acostumbrará a saber cómo se sienten sus senos normalmente de modo tal que podrá saber si un nuevo abultamiento aparece.

Examínese los senos **unos pocos días después de que** le pasa el período cuando sus senos no están tan sensibles. Si a usted no le viene el período, o si le viene a diferentes tiempos, examínese los senos **al mismo tiempo cada mes**.

¿Qué es una biopsia de mama?

La biopsia de mama es un procedimiento que implica la obtención de una **muestra** de tejido mamario y su análisis en el laboratorio en busca de signos de cáncer de mama u otros **trastornos**.

Las muestras de tejido mamario se pueden obtener por medio de una biopsia por punción o una biopsia abierta.

Las muestras de tejido mamario pueden consistir en tejido conectivo, **lóbulos de grasa** o **conductos galactóforos**.

Si el área de interés no se puede sentir o es **difícil de encontrar**, se pueden utilizar radiografías o imágenes por ultrasonido para localizarla.

www.saludmedicalspanish.com

Ed News en Español

PO Box 27237

Albuquerque, NM 87125-7237

ISBN: 1-881050-31-9

Copyright © 2005 Bonifacio Contreras



Valley Community Interpreters
Intérpretes Comunitarios del Valle