મેમોગ્રામ: સ્તન કેન્સર સ્ક્રીનિંગની સમજૂતી

મેમોગ્રામ સ્તનનો ઓછા ડોઝવાળો X-ray છે જેનો ઉપયોગ સ્તન કેન્સરની સ્ક્રીનિંગ માટે થાય છે, અને તે ઘણીવાર લક્ષણો શરૂ થાય તે પહેલાં ટ્યુમર શોધી કાઢે છે. પરિણામો BI-RADS શ્રેણીઓનો ઉપયોગ કરીને જણાવવામાં આવે છે. USPSTF ભલામણ કરે છે કે સામાન્ય જોખમ ધરાવતી મહિલાઓ 40 થી 74 વર્ષની ઉંમર સુધી દર 2 વર્ષે સ્ક્રીનિંગ મેમોગ્રામ કરાવે.

સરળ સમજૂતી

આ પેજ સમજાવે છે કે મેમોગ્રામ શું છે, તે શું બતાવી શકે છે, પરિણામો કેવી રીતે જણાવવામાં આવે છે, અને કોણે સ્ક્રીનિંગ કરાવવું જોઈએ.

મેમોગ્રામ સ્તનની X-ray ઇમેજ છે. સ્ક્રીનિંગ મેમોગ્રામ સ્તન કેન્સર શોધે છે. તે શરૂઆતના તબક્કે, **લક્ષણો શરૂ થાય તે પહેલાં**, ટ્યુમર શોધી શકે છે. એ જ મશીન ડાયગ્નોસ્ટિક મેમોગ્રામ પણ લે છે. તે ગાંઠ અથવા બીજો ફેરફાર મળ્યા પછી, વધુ ખૂણાઓથી ઇમેજ લઈને તેની તપાસ કરે છે.

મેમોગ્રામ શું બતાવી શકે છે

રેડિયોલોજિસ્ટ અસામાન્ય ફેરફારો માટે ઇમેજનો અભ્યાસ કરે છે. શક્ય હોય ત્યારે, તેઓ તેની સરખામણી તમારા અગાઉના મેમોગ્રામ સાથે કરે છે. મેમોગ્રામ આ બતાવી શકે છે:

- **માસ (સ્તનમાં ગાંઠ).** તેનું કદ, આકાર, અને કિનારીઓ મહત્વની છે. સ્પષ્ટ કિનારીવાળી સુંવાળી, ગોળ ગાંઠ ઘણીવાર બિનહાનિકારક (બિનાઇન) સિસ્ટ હોય છે. ખરબચડી રૂપરેખા અથવા અનિયમિત આકાર માટે વધુ ટેસ્ટની જરૂર પડી શકે છે.
- **કેલ્સિફિકેશન** કેલ્શિયમના નાના જમાવ છે. તેને તમારા ખોરાકમાંના કેલ્શિયમ સાથે કોઈ સંબંધ નથી. મોટા જમાવ (મેક્રોકેલ્સિફિકેશન) સામાન્ય રીતે બિનાઇન હોય છે. એકસાથે જૂથમાં રહેલા ખૂબ નાના જમાવ (માઇક્રોકેલ્સિફિકેશન) ક્યારેક DCIS અથવા સ્તન કેન્સરનો સંકેત હોઈ શકે છે.
- **સ્તનની ઘનતા** એટલે ગાઢ અને ચરબીયુક્ત પેશીનું મિશ્રણ. ગાઢ સ્તનોમાં મેમોગ્રાફીથી કેન્સર ચૂકી જવાની શક્યતા વધુ હોય છે.

જો કોઈ લક્ષણને કારણે મેમોગ્રામ કરાવવાનું કહેવામાં આવ્યું હોય, તો તે લક્ષણ હજુ પણ મહત્વનું છે. સ્તનમાં દુખાવો, નિપલમાંથી સ્રાવ, અને સ્તનમાં ગાંઠ પરની વિગતવાર માર્ગદર્શિકાઓ તમને ફોલો-અપ પ્રશ્નો તૈયાર કરવામાં મદદ કરી શકે છે.

શું અપેક્ષા રાખવી

તમારા સ્તનને બે પ્લેટ વચ્ચે મૂકવામાં આવે છે જે એકબીજા તરફ દબાય છે. એ દબાણથી ચિત્ર વધુ સ્પષ્ટ આવે છે. વિવિધ ખૂણાઓથી ઘણી ઇમેજ લેવામાં આવે છે. દબાણ અસ્વસ્થતાભર્યું અથવા થોડી વાર માટે દુખાવાભર્યું હોઈ શકે છે. તમારી કેર ટીમને પૂછો કે પહેલાં ડૉક્ટરના પ્રિસ્ક્રિપ્શન વગર મળતી દુખાવાની દવા લેવાથી મદદ મળી શકે કે નહીં. તમારા માસિક સ્રાવની બરાબર પહેલાં અથવા દરમિયાન ટેસ્ટ બુક ન કરવો સારું છે. તે દિવસે સ્તન અને બગલ પર ડિઓડરન્ટ, એન્ટિપર્સપિરન્ટ, પાવડર, અને પરફ્યુમ ન લગાવો.

પરિણામો કેવી રીતે જણાવવામાં આવે છે (BI-RADS)

સામાન્ય રીતે તમને લગભગ બે અઠવાડિયામાં રેડિયોલોજિસ્ટનો રિપોર્ટ મળશે. તેમાં સામાન્ય રીતે BI-RADS શ્રેણી હોય છે. તે તારણો અને તેના માટે જરૂરી ફોલો-અપનું વર્ણન કરવાની પ્રમાણભૂત રીત છે.

- **0** — શ્રેણી આપી શકાય તે પહેલાં વધુ ઇમેજિંગની જરૂર છે.
- **1** — નેગેટિવ; નિયમિત સ્ક્રીનિંગ ચાલુ રાખો.
- **2** — બિનાઇન તારણ; નિયમિત સ્ક્રીનિંગ ચાલુ રાખો.
- **3** — સંભવતઃ બિનાઇન; 6 મહિના પછી ફોલો-અપ મેમોગ્રામ.
- **4** — શંકાસ્પદ; બાયોપ્સીની જરૂર પડી શકે છે.
- **5** — કેન્સરની ભારે શક્યતા દર્શાવે છે; બાયોપ્સીની જરૂર છે.
- **6** — જાણીતું, બાયોપ્સીથી સાબિત થયેલું કેન્સર.

વધુ ટેસ્ટ માટે પાછા બોલાવવામાં આવે ત્યારે ડર લાગી શકે છે. પરંતુ **પાછા બોલાવવામાં આવેલા મોટાભાગના લોકોમાં સ્તન કેન્સર જોવા મળતું નથી.**

સ્ક્રીનિંગ ક્યારે કરાવવું

U.S. Preventive Services Task Force સામાન્ય જોખમ ધરાવતી મહિલાઓ માટે **40 થી 74 વર્ષની ઉંમર વચ્ચે દર 2 વર્ષે** સ્ક્રીનિંગ મેમોગ્રામની ભલામણ કરે છે. કેટલાક લોકોને વધુ જોખમ હોય છે. ઉદાહરણ તરીકે, જેમનામાં હાનિકારક *BRCA1* અથવા *BRCA2* જનીન ફેરફારો હોય, અથવા જેમને બાળપણના કેન્સર માટે છાતી પર રેડિયેશન મળ્યું હોય. તેમને વહેલું શરૂ કરવાની અથવા વધુ વાર સ્ક્રીનિંગ કરાવવાની સલાહ આપવામાં આવી શકે છે. તમારા ડૉક્ટર તમારા પોતાના અને પરિવારના આરોગ્ય ઇતિહાસને ધ્યાનમાં લેવામાં મદદ કરી શકે છે.

ખર્ચ અને ક્યાં કરાવવું

મેમોગ્રામ સ્તન ક્લિનિકમાં, હોસ્પિટલના રેડિયોલોજી વિભાગમાં, મોબાઇલ વાનમાં, અને રેડિયોલોજી તથા ડૉક્ટરોની ઓફિસમાં કરવામાં આવે છે. તમે રેફરલ વગર પણ સ્ક્રીનિંગ મેમોગ્રામ બુક કરી શકો તેવું બને. Affordable Care Act હેઠળ, મોટાભાગના હેલ્થ પ્લાનને કોપેમેન્ટ વગર સ્ક્રીનિંગ મેમોગ્રામ કવર કરવા જરૂરી છે. NCI કહે છે કે Medicare 40 અને તેથી વધુ ઉંમરની મહિલાઓ માટે વાર્ષિક સ્ક્રીનિંગ મેમોગ્રામ કવર કરે છે. CDC નો National Breast and Cervical Cancer Early Detection Program ઓછી આવક ધરાવતી અને પૂરતો વીમો ન ધરાવતી મહિલાઓ માટે મફત અથવા ઓછા ખર્ચે સ્ક્રીનિંગ આપે છે. NCI ની Cancer Information Service (1-800-4-CANCER) તમને પ્રમાણિત સુવિધા શોધવામાં મદદ કરી શકે છે.

વિશ્વસનીય સ્રોત પર આધારિત

આ National Cancer Institute પર આધારિત શૈક્ષણિક સામગ્રીનો સરળ ભાષામાં અનુવાદ છે. સંપૂર્ણ અને અદ્યતન માહિતી માટે કૃપા કરીને મૂળ સ્રોત વાંચો. ફક્ત શૈક્ષણિક માહિતી — તબીબી સલાહ નથી. હંમેશા તમારી પોતાની કેર ટીમ સાથે વાત કરો.

National Cancer Institute: cancer.gov/types/breast/screening/mammograms

અપડેટ કર્યું: 2026-10-02

તમને મફત દુભાષિયો મેળવવાનો અધિકાર છે. યુનાઇટેડ સ્ટેટ્સમાં જે હોસ્પિટલો અને ક્લિનિકો ફેડરલ ભંડોળ મેળવે છે, તેમણે તમને કોઈ ખર્ચ વિના લાયક દુભાષિયો આપવો જ પડે છે. તમે રિસેપ્શન પર અથવા તમારી એપોઇન્ટમેન્ટ પહેલાં દુભાષિયો માંગી શકો છો. તમારા માટે ભાષાંતર કરવા તમારે પરિવારના સભ્ય કે બાળકને સાથે લાવવાની જરૂર નથી.

ઓનલાઇન: cancerexplained.org/languages/gu/mammograms

cancerexplained.org પરના અંગ્રેજી લેખમાંથી અનુવાદિત. સ્રોત સાથે ચકાસાયેલું સંસ્કરણ અંગ્રેજી સંસ્કરણ છે.

Educational information only, not medical advice. An AI-assisted editorial system helped prepare this page. No named medical reviewer has reviewed it unless one is listed.

કોઈ ફેરફાર વિના મફતમાં છાપી, નકલ કરી અને શેર કરી શકાય છે. પરવાનગીની જરૂર નથી. કૃપા કરીને તબીબી સામગ્રીમાં ફેરફાર કરશો નહીં. સંદર્ભ: cancerexplained.org. શૈક્ષણિક માહિતી, તબીબી સલાહ નથી.