# मॅमोग्राम: स्तनाच्या कर्करोगाचे स्क्रीनिंग समजावून सांगितले

मॅमोग्राम म्हणजे स्तनाच्या कर्करोगाचे स्क्रीनिंग करण्यासाठी वापरला जाणारा स्तनाचा कमी-डोसचा एक्स-रे, जो अनेकदा लक्षणे दिसण्यापूर्वीच गाठी शोधतो. निकाल BI-RADS श्रेणी वापरून नोंदवले जातात. USPSTF सरासरी धोका असलेल्या महिलांना वयाच्या ४० ते ७४ पर्यंत दर २ वर्षांनी स्क्रीनिंग मॅमोग्राम करण्याची शिफारस करते.

## सोपी माहिती

मॅमोग्राम म्हणजे काय, तो काय दाखवू शकतो, निकाल कसे नोंदवले जातात, आणि स्क्रीनिंग कोणी करून घ्यावे हे हे पान समजावून सांगते.

मॅमोग्राम म्हणजे स्तनाचे एक्स-रे चित्र. स्क्रीनिंग मॅमोग्राम स्तनाच्या कर्करोगाचा शोध घेतात. ते **लक्षणे दिसण्यापूर्वीच** सुरुवातीच्या टप्प्यात गाठी शोधू शकतात. तेच यंत्र निदानात्मक (diagnostic) मॅमोग्रामही घेते. ते गाठ किंवा इतर बदल सापडल्यानंतर, अधिक कोनांतून घेतलेल्या चित्रांचा वापर करून, त्याची तपासणी करतात.

## मॅमोग्राम काय दाखवू शकतो

रेडिओलॉजिस्ट असामान्य बदलांसाठी चित्रांचा अभ्यास करतात. शक्य असल्यास, ते तुमच्या मागील मॅमोग्रामशी त्यांची तुलना करतात. मॅमोग्राम पुढील गोष्टी दाखवू शकतात:

- **एक गाठ (breast lump).** तिचा आकार, रूप आणि कडा महत्त्वाच्या असतात. स्पष्ट कडा असलेली गुळगुळीत, गोल गाठ अनेकदा सौम्य सिस्ट (cyst) असते. दातेरी कडा किंवा अनियमित आकार असल्यास आणखी चाचण्यांची गरज भासू शकते.
- **कॅल्सिफिकेशन्स** म्हणजे कॅल्शियमचे अतिशय लहान साठे. त्यांचा तुमच्या आहारातील कॅल्शियमशी काहीही संबंध नाही. मोठे साठे (मॅक्रोकॅल्सिफिकेशन्स) सहसा सौम्य असतात. एकत्र गुच्छात आढळणारे लहान साठे (मायक्रोकॅल्सिफिकेशन्स) कधीकधी DCIS किंवा स्तनाच्या कर्करोगाचे लक्षण असू शकतात.
- **स्तनाची घनता (breast density)** म्हणजे घट्ट आणि स्निग्ध ऊतींचे मिश्रण. घट्ट स्तनांमध्ये मॅमोग्राफीने कर्करोग चुकण्याची शक्यता जास्त असते.

जर एखाद्या लक्षणामुळे मॅमोग्राम करण्यास सांगितला गेला असेल, तर ते लक्षण अजूनही महत्त्वाचे असते. स्तनातील वेदना, निपल डिस्चार्ज, आणि स्तनातील गाठी याबद्दलची सखोल मार्गदर्शके तुम्हाला पुढील प्रश्न मांडण्यास मदत करू शकतात.

## काय अपेक्षित आहे

तुमचा स्तन दोन प्लेट्समध्ये ठेवला जातो ज्या एकत्र दाबल्या जातात. या दाबामुळे अधिक स्पष्ट चित्र मिळते. वेगवेगळ्या कोनांतून अनेक चित्रे घेतली जातात. हा दाब अस्वस्थ करणारा किंवा क्षणभर वेदनादायक असू शकतो. आधी डॉक्टरांच्या चिठ्ठीशिवाय मिळणारे वेदनाशामक औषध घेतल्यास मदत होऊ शकते का, हे तुमच्या काळजी टीमला विचारा. मासिक पाळीच्या अगदी आधी किंवा दरम्यान चाचणी न ठरवणे चांगले. त्या दिवशी स्तन आणि काखेवर डिओडोरंट, अँटिपर्स्पिरंट (घाम रोखणारे), पावडर आणि परफ्यूम वापरू नका.

## निकाल कसे नोंदवले जातात (BI-RADS)

तुम्हाला साधारण दोन आठवड्यांत रेडिओलॉजिस्टचा अहवाल मिळेल. त्यात सहसा BI-RADS श्रेणी असते. निष्कर्ष आणि त्यासाठी आवश्यक फॉलो-अप वर्णन करण्याचा हा एक मानक मार्ग आहे.

- **०** — श्रेणी देण्यापूर्वी आणखी इमेजिंग आवश्यक आहे.
- **१** — निगेटिव्ह; नियमित स्क्रीनिंग सुरू ठेवा.
- **२** — सौम्य निष्कर्ष; नियमित स्क्रीनिंग सुरू ठेवा.
- **३** — बहुधा सौम्य; ६ महिन्यांनंतर फॉलो-अप मॅमोग्राम.
- **४** — संशयास्पद; बायोप्सीची गरज भासू शकते.
- **५** — कर्करोगाची तीव्र शक्यता दर्शवणारे; बायोप्सी आवश्यक.
- **६** — ज्ञात, बायोप्सीने सिद्ध झालेला कर्करोग.

अधिक चाचणीसाठी परत बोलावले जाणे भीतीदायक वाटू शकते. पण **परत बोलावलेल्या बहुतेक लोकांना स्तनाचा कर्करोग असल्याचे आढळत नाही.**

## कधी स्क्रीनिंग करावे

U.S. Preventive Services Task Force सरासरी धोका असलेल्या महिलांसाठी **वयाच्या ४० ते ७४ पर्यंत दर २ वर्षांनी** स्क्रीनिंग मॅमोग्रामची शिफारस करते. काही लोकांना जास्त धोका असतो. उदाहरणार्थ, हानिकारक *BRCA1* किंवा *BRCA2* जनुक बदल असलेले, किंवा बालपणीच्या कर्करोगासाठी छातीवर रेडिएशन घेतलेले लोक. त्यांना लवकर सुरुवात करण्याचा किंवा जास्त वेळा स्क्रीनिंग करण्याचा सल्ला दिला जाऊ शकतो. तुमचा वैयक्तिक आणि कौटुंबिक इतिहास तपासण्यासाठी तुमचे डॉक्टर तुम्हाला मदत करू शकतात.

## खर्च आणि उपलब्धता

मॅमोग्राम स्तन क्लिनिक, हॉस्पिटलचे रेडिओलॉजी विभाग, मोबाईल व्हॅन, आणि रेडिओलॉजी व डॉक्टरांच्या दवाखान्यांमध्ये केले जातात. तुम्हाला कदाचित रेफरलशिवाय स्क्रीनिंग मॅमोग्राम बुक करता येईल. Affordable Care Act अंतर्गत, बहुतेक आरोग्य विमा योजनांना स्क्रीनिंग मॅमोग्रामचा खर्च कोणत्याही कोपेमेंटशिवाय कव्हर करावा लागतो. NCI सांगते की Medicare ४० आणि त्याहून जास्त वयाच्या महिलांसाठी वार्षिक स्क्रीनिंग मॅमोग्राम कव्हर करते. CDC चा National Breast and Cervical Cancer Early Detection Program कमी उत्पन्न असलेल्या आणि पुरेसा विमा नसलेल्या महिलांसाठी मोफत किंवा कमी खर्चात स्क्रीनिंग देतो. NCI ची Cancer Information Service (1-800-4-CANCER) तुम्हाला प्रमाणित सुविधा शोधण्यास मदत करू शकते.

**विश्वसनीय स्रोतावर आधारित**

हा National Cancer Institute वर आधारित शैक्षणिक माहितीचा सोप्या भाषेतील अनुवाद आहे. संपूर्ण आणि अद्ययावत माहितीसाठी कृपया मूळ स्रोत वाचा. केवळ शैक्षणिक माहिती — वैद्यकीय सल्ला नाही. नेहमी तुमच्या स्वतःच्या काळजी टीमशी बोला.

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

**अद्यतनित:** 2026-10-02

तुम्हाला मोफत दुभाषी मिळण्याचा अधिकार आहे. अमेरिकेतील (युनायटेड स्टेट्स) ज्या रुग्णालयांना आणि दवाखान्यांना फेडरल निधी मिळतो, त्यांनी तुम्हाला कोणताही खर्च न घेता पात्र दुभाषी उपलब्ध करून देणे बंधनकारक आहे. तुम्ही स्वागतकक्षात किंवा तुमच्या भेटीपूर्वी दुभाष्याची मागणी करू शकता. तुमच्यासाठी भाषांतर करण्यासाठी कुटुंबातील सदस्य किंवा मुलाला सोबत आणण्याची गरज नाही.

**ऑनलाइन:** cancerexplained.org/languages/mr/mammograms

cancerexplained.org वरील इंग्रजी लेखातून अनुवादित. स्रोताशी पडताळलेली आवृत्ती इंग्रजी आवृत्ती आहे.

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.

कोणताही बदल न करता मोफत छापू, प्रत काढू आणि शेअर करू शकता. परवानगीची आवश्यकता नाही. कृपया वैद्यकीय मजकुरात बदल करू नका. संदर्भ: cancerexplained.org. शैक्षणिक माहिती, वैद्यकीय सल्ला नाही.