

NJIHU ME SIMPTOMAT

MEDLINK



E KANCERIT TË GJIRIT

Një udhëzues për kancerin e gjirit dhe simptomat më të shpeshta. Përfshihen instruksione për vet-ekzaminimin e gjirit dhe check list për simptomat kryesore.

www.medlink.al

"Ti duhet ta njohësh gjirin tënd."

NJOHJA ME GJIRIN

Shumë simptoma të kancerit të gjirit nuk mund të evidentohen pa ndihmën e ekzaminimeve si mamografia apo eko e gjirit. Por ka simptoma të cilat ne vetë mund t'i identifikojmë në mënyrë që të jemi proaktivë për shëndetin tonë. Kjo guidë do ju shërbejë për të kuptuar më shumë mbi këto simptoma.



Të njohësh gjirin tënd do të thotë të jesh e vetdijëshme se cilat ndryshime të gjirit janë të zakonshme. Në këtë mënyrë do të jesh në gjendje të identifikosh ndryshime të gjirit të cilat duhen konsultuar me një mjek.

Më poshtë do të gjeni disa nga ndryshimet më të shpeshta të cilat duhet të konsultohen me një mjek por pa qenë nevoja të jeni në panik, pasi jo gjithmonë ato janë të lidhura me një kancer gjiri.

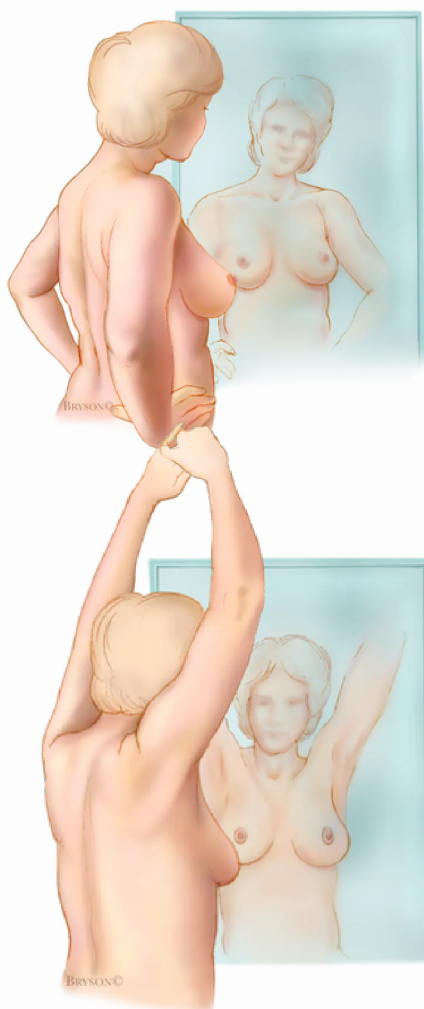
www.medlink.al

SIMPTOMAT

- Një nodus ose gjendër në gji ose nën sqetull
- Trashje e lëkurës së gjirit
- Një ndryshim në madhësinë ose formën e gjirit
- Gropëza në lëkurë, të ngjashme me lëkurën e portokallit
- Thithi i gjirit i kthyer nga brenda
- Rrjedhje nga thithi i gjirit
- Ënjtje dhe/ose skuqje e gjirit, thithit ose areolës

VET-EKZAMINIMI

1. Para pasqyrës



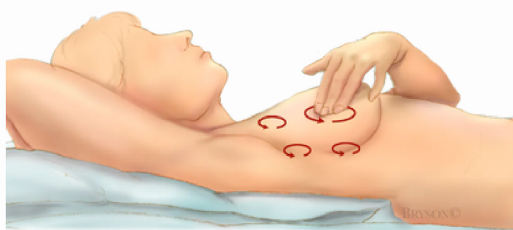
Me duart e vendosura te beli kontrollo me sy gjithë sipërfaqen e gjirit. Kontrollo për asimetri ose ndryshime në formë e madhësi.

Më pas ngriji krahët lartë dhe kërko për shenja si ënjtje, gropëza në lëkurë ose ndryshime të thithit. Shumë gra kanë asimetri të gjirit, por nëse vëren një ndryshim të ri në madhësi dhe formë të gjirit që nuk qenë më parë, duhet të bësh një kontroll.

www.medlink.al

VET-EKZAMINIMI

2. Shtrirë



Me tre gishtrinj të e mesit duke ushtruar njëherë shtypje të lehtë në gjithë sipërfaqen e gjirit dhe sqetullës dhe më pas shtypje më të fortë, kontrollo për noduse ose gjendra në gji ose sqetull. Shtyp thithin e gjirit dhe kontrollo për rrjedhje.

3. Në dush



Me tre gishtrinj të e mesit duke ushtruar njëherë shtypje të lehtë në gjithë sipërfaqen e gjirit dhe sqetullës dhe më pas shtypje më të fortë, kontrollo për noduse ose gjendra në gji ose sqetull. Kontroll të dy gjinj të çdo muaj për noduse, gjendra, ose trashje të lëkurës.

www.medlink.al

CHECK LIST

Plotëso këtë check list nëse ke vënë re ndonjë nga simpomat e përmendura. Në këtë mënyrë do të mbani mend më mirë të gjitha shqetësimet që duhet të diskutoni me mjekun tuaj.

Një nodus ose trashje të lëkurës në gji ose sqetull

☐ Gjiri i majtë ☐ Gjiri i djathtë

Data _____

Ndryshim në madhësi dhe formë të gjirit

☐ Gjiri i majtë ☐ Gjiri i djathtë

Data _____

Gropëzim ose pamje e lëkurës së portokallit në gji

☐ Gjiri i majtë ☐ Gjiri i djathtë

Data _____

www.medlink.al



Kujdesi
personal,
reinvented.

CHECK LIST

Plotëso këtë check list nëse ke vënë re ndonjë nga simpomat e përmendura. Në këtë mënyrë do të mbani mend më mirë të gjitha shqetësimet që duhet të diskutoni me mjekun tuaj.

Thithi i kthyer nga brenda

☐ Gjiri i majtë ☐ Gjiri i djathtë

Data _____

Rrjedhje nga thithi i gjirit

☐ Gjiri i majtë ☐ Gjiri i djathtë

Data _____

Skuqje dhe/ose ënjtje e gjirit, thithit ose areolës

☐ Gjiri i majtë ☐ Gjiri i djathtë

Data _____

www.medlink.al



Kujdesi
personal,
reinvented.

CHECK LIST

Plotëso këtë check list nëse ke vënë re ndonjë nga simpomat e përmendura. Në këtë mënyrë do të mbani mend më mirë të gjitha shqetësimet që duhet të diskutoni me mjekun tuaj.

Mammografia ime e fundit ka qenë në datë

Data _____

Cikli menstrual i fundit ka qenë në datë

Data _____

Aktualisht

☐ Kam implante në gji ☐ Jam shtatzënë ☐ Ushqej fëmijën me gji

www.medlink.al



Kujdesi
personal,
reinvented.