

ចូរដាក់ការណាត់ជួបមួយនៅថ្ងៃ នេះភ្លាម

1-800-756-5437

កម្មវិធីសុខភាពដោះ, មាត់ស្បូន, និងពោះវៀនធំ

401 5th Avenue, Suite 900

Seattle, WA 98104-2333

www.kingcounty.gov/health/cancer

សម្រាប់ព័ត៌មានពិស្តារបន្ថែមស្តីពីជម្ងឺមហារីក,
សូមទូរស័ព្ទទាក់ទង ៖

American Cancer Society
(សមាគមជម្ងឺមហារីកអាមេរិកាំង)

1-800-ACS-2345

(24 ម៉ោងក្នុងមួយថ្ងៃ, 7 ថ្ងៃក្នុងមួយអាទិត្យ)

www.cancer.org

Centers for Disease Control
(មជ្ឈមណ្ឌលគ្រប់គ្រងជម្ងឺរាតត្បាត)

www.cdc.gov

សេវាផ្តល់ព័ត៌មានស្តីពីជម្ងឺមហារីក

1-800-4-cancer

www.cis.nci.nih.gov

Public Health
Seattle & King County



កម្មវិធីសុខភាព

ដោះ, មាត់ស្បូន, និងពោះវៀនធំ

ការជួយសង្គ្រោះជីវិតតាមរយៈការពិនិត្យរក
រោគសញ្ញាទាំងបួន



កម្មវិធីសុខភាព

ដោះ, មាត់ស្បូន, និងពោះវៀនធំ

ការជួយសង្គ្រោះជីវិតតាមរយៈការពិនិត្យរករោគសញ្ញាទាំងបួន

រាងកាយអ្នក។

ជីវិតអ្នក។

ការពារទាំងពីរ។

ចូរពិនិត្យពិច័យមើលសុខភាពឥឡូវនេះ។

នៅពេលអ្នកមានវ័យកាន់តែចាស់, ការប្រឈមនឹងគ្រោះថ្នាក់ជម្ងឺមហារីកក៏កាន់តែកើនខ្ពស់ឡើង, ជាពិសេសនៅពេលអ្នកមានវ័យលើសពី 40 ឆ្នាំឡើងទៅ។ ការពិនិត្យពិច័យសុខភាពឱ្យបានទៀងទាត់អាចរកឃើញបញ្ហានានាទាន់ពេលវេលាដែលវានៅអាចព្យាបាលបាន។ នៅពេលណាជម្ងឺមហារីកត្រូវបានរកឃើញ និងព្យាបាលទាន់ពេល, នោះឱកាសរស់រានមានជីវិតរបស់ផងអ្នកក៏កើនឡើងខ្ពស់ទៅតាមនោះដែរ។

ការការពារដែលមានប្រសិទ្ធភាពប្រសើរបំផុតគឺជាការពិនិត្យពិច័យសុខភាពទាន់ពេលវេលា។

សូមអញ្ជើញចូលរួមជាមនុស្សរាប់ពាន់នាក់ក្នុងរដ្ឋវ៉ាស៊ីនតោនដែលបានពិនិត្យពិច័យសុខភាពរបស់ពួកគេរួចទៅហើយ។

«ខ្ញុំមានមោទនភាពខ្លាំងណាស់ចំពោះកម្មវិធីសុខភាពដោះ, មាត់ស្បូន, និងពោះវៀនធំ ដែលបានតម្កល់អត្ថប្រយោជន៍នៃការពិនិត្យពិច័យមើលសុខភាពជាធំ។ ហើយអ្វីដែលធ្វើឱ្យខ្ញុំរឹតតែមានមោទនភាពជាងនេះទៅទៀតនោះគឺ ទង្វើល្អដែលកម្មវិធីនេះមិនបោះបង់ចោលមនុស្ស ដែលគ្មានការធានារ៉ាប់រង ឬគ្មានប្រាក់ឱ្យនៅឯកោ ដោយគ្មានការពិនិត្យពិច័យសុខភាព។ យើងខ្ញុំជឿថា អត្រានៃការស្លាប់នឹងធ្លាក់ចុះ ប្រសិនបើមនុស្សទាំងអស់ដឹងថា ពួកគេអាចទទួលបានការពិនិត្យពិច័យសុខភាពតាមរយៈកម្មវិធីដ៏ល្អប្រពៃទាំងនេះ។»

Marcia Schnaubelt
Sequim, WA

Marcia បានទទួលការពិនិត្យពិច័យសុខភាពដោះ, មាត់ស្បូន, និងពោះវៀនធំ តាមរយៈកម្មវិធី ដែលឧបត្ថម្ភមូលនិធិដោយក្រសួងសុខាភិបាលរបស់រដ្ឋ។



កុំឱ្យការគ្មានប្រាក់ក្លាយជា
ឧបសគ្គរាំងផ្លូវរបស់អ្នក។ អ្នក
អាចមានគុណសម្បត្តិទទួលបាន
ការពិនិត្យពិច័យសុខភាពនានា
ដោយមិនចាំបាច់បង់ថ្លៃ។



អ្នកអាចមានលក្ខណសម្បត្តិទទួលបានការពិនិត្យសុខភាព ឬ
ការពិនិត្យពិច័យរកមើលរោគសញ្ញានៃជំងឺមួយហាវិកដោយមិន
អស់ថ្លៃអ្វីទាំងអស់ ប្រសិនបើអ្នក ÷

- ស្ថិតក្នុងវ័យពី 40 ទៅ 64 ឆ្នាំ
- មានប្រាក់ចំណូលតិចតួច
- មានការធានារ៉ាប់រងតិចតួច ឬគ្មានការធានារ៉ាប់រង
ទាល់តែសោះ

បើចង់ជ្រាបអំពីសេវាបញ្ជូន ឬមន្ទីរគ្លីនិកដែលនៅក្បែរៗ
អ្នក ឬបើចង់ដឹងព័ត៌មានពិស្តារបន្ថែមទៀត, សូមទូរស័ព្ទ
ទាក់ទងកម្មវិធី Community Health Access
Program (CHAP) (ដោយឥតគិតថ្លៃ) តាមលេខ ÷
1-800-756-5437

សូមទូរស័ព្ទទាក់ទងក្នុងខ្ញុំនៅថ្ងៃនេះភ្លាម ដើម្បីស្វែងយល់ ថា
តើអ្នកអាចមានលក្ខណសម្បត្តិទទួលបានកម្មវិធីពិនិត្យពិច័យមើល
សុខភាពប្រកបដោយគុណភាពខ្ពស់ទាំងនេះបានឬមិនបាន ÷

- កម្មវិធីពិនិត្យពិច័យមើលសុខភាពដោះ និងមាត់ស្បូន
សម្រាប់បណ្តាស្ត្រីដែលស្ថិតក្នុងវ័យពី 40-64 ឆ្នាំ
- កម្មវិធីពិនិត្យពិច័យមើលសុខភាពពោះវៀនធំ
សម្រាប់បណ្តាបុរស និងស្ត្រីដែលស្ថិតក្នុងវ័យពី
50-64 ឆ្នាំ

គោលការណ៍សង្ខេបស្តីពីការពិនិត្យ ពិច័យសុខភាព

សម្រាប់ការពិនិត្យរកមើលរោគសញ្ញានៃជម្ងឺមហារីកដោះ ក្នុងដំណាក់កាលដំបូងៗ ÷

ការពិនិត្យពិច័យមើលសុខភាពដោះទៀងទាត់អាចរកឃើញជម្ងឺ
មហារីកទាន់ពេល ដែលវានៅមានទំហំតូចល្អិតប៉ុនគ្រាប់ល្ង។

ការពិនិត្យមើលសុខភាពនានាជាអនុសាសន៍ ÷

- មេម៉ូក្រាម (mammogram) (ការថតឆ្លុះមើលដោះ
ដោយការស្ទិអ៊ុក្ស) រៀងរាល់ឆ្នាំ (ចាប់ផ្តើមនៅពេល
ឈានដល់វ័យ 40 ឆ្នាំ)
- ការពិនិត្យអង្កេតមើលដោះដោយអ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខ
ភាពរៀងរាល់ឆ្នាំ (ចាប់ផ្តើមនៅពេលឈានដល់វ័យ
18 ឆ្នាំ)

ការទប់ស្កាត់ជម្ងឺមហារីកមាត់ស្បូន ÷

ការពិនិត្យពិច័យមើលសុខភាពមាត់ស្បូនទៀងទាត់អាចរកឃើញ
កោសិកាខុសប្រក្រតីនានាទាន់ពេល ដែលពួកវាមិនទាន់ក្លាយជា
ជម្ងឺមហារីកនៅឡើយ។

ការពិនិត្យមើលសុខភាពនានាជាអនុសាសន៍ ÷

- ការធ្វើតេស្តបេប (Pap Test) រៀងរាល់ 1-3 ឆ្នាំ
ម្តងៗ ចូរសាកសួរអ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាពរបស់
អ្នកដើម្បីឱ្យដឹងថា តើអ្នកត្រូវធ្វើតេស្តបេបញឹកញាប់
ប៉ុណ្ណា។ (ចាប់ផ្តើមនៅពេលឈានដល់វ័យ 18 ឆ្នាំ)
- ការចាក់ថ្នាំបង្ការវីរុសដែលបង្កឱ្យសាច់ដុះក្នុងខ្លួនប្រាណ
មនុស្ស (Human Papilloma Virus – HPV)
សម្រាប់បណ្តាស្ត្រី (ពីវ័យ 9-26 ឆ្នាំ)

ការទប់ស្កាត់ជម្ងឺមហារីកពោះវៀនធំ ÷

ការពិនិត្យពិច័យមើលសុខភាពពោះវៀនធំទៀងទាត់អាចរកឃើញ
ការរីកលូតលាស់នៃកោសិកាខុសប្រក្រតីទាន់ពេល ដែលវាមិន
ទាន់ក្លាយជាជម្ងឺមហារីកនៅឡើយ។ ជាទូទៅ អ្នកមិនអាចដឹង
អំពីរោគសញ្ញានានានៃជម្ងឺនេះដោយអារម្មណ៍ទេ— មានតែការ
ពិនិត្យពិច័យមើលសុខភាពទៀងទាត់ប៉ុណ្ណោះ ដែលអាចរកឃើញ
រោគសញ្ញាទាំងនេះ។

ការពិនិត្យពិច័យមើលសុខភាពនានាជាអនុសាសន៍ (ចូរសាក
សួរអ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាពរបស់អ្នក ដើម្បីឱ្យដឹងថា តើការ
ពិនិត្យពិច័យមើលសុខភាពប្រភេទណាត្រូវនឹងរូបអ្នក) ÷

- FOBT ឬ FIT (ការធ្វើតេស្តមើលឈាមក)
- Colonoscopy (ការឆ្លុះពិនិត្យមើលផ្នែកខាងលើនៃ
ពោះវៀនធំ)
- Flexible Sigmoidoscopy (ការឆ្លុះពិនិត្យមើលស៊ុក
មួយផ្នែក)

ចូរចាប់ផ្តើមពិនិត្យពិច័យមើលសុខភាពពោះវៀនធំនៅពេល
ឈានដល់វ័យ 50 ឆ្នាំ។ បើអ្នកធ្លាប់មានប្រវត្តិកើតជម្ងឺមហារីក
ពោះវៀនធំលើសមាជិកណាម្នាក់ក្នុងគ្រួសាររបស់អ្នក, នោះអ្នក
ត្រូវចាប់ផ្តើមធ្វើតេស្តពិនិត្យពិច័យមើលសុខភាពពោះវៀនធំ
ឱ្យបានលឿនជាងវ័យនេះ។ ចូរស្វែងយល់អំពីប្រវត្តិគ្រួសាររបស់
អ្នក បន្ទាប់មក ចូរពិគ្រោះយោបល់ជាមួយអ្នកផ្តល់សេវាថែទាំ
សុខភាពរបស់អ្នក។

គោលការណ៍សង្ខេបស្តីពីការពិនិត្យពិច័យសុខភាពថ្នាក់ជាតិ ដែលបាន
ផ្តល់អនុសាសន៍ដោយក្រសួងសេវាសុខាភិបាលនិងមនុស្សកិច្ចនៃសហរដ្ឋ
អាមេរិក (U.S. Department of Health & Human Services)។

