PROSTATE CANCER:
Ang kailangan mong malaman

Prostate cancer ang pinakakaraniwang nada-diagnose na kanser sa mga lalaki.

Kapag nagpapa-screen, mas maagang nada-diagnose at mas marami ang opsiyon para magpagamot. Kausapin ang iyong doktor tungkol sa prostate cancer screening.

NEVADA CANCER COALITION

www.NevadaCancerCoalition.org

MGA SENYALES AT SINTOMAS

Kapareho ng sintomas ng prostate cancer ang iba pang problema sa prostate, na maaaring kinabibilangan ng:

» Kahirapang umihi, kabilang ang mahinang agos ng ihi o patulo-tulo lang
» Madalas na pag-ihi sa gabi
» Masakit / mahapdi kapag umiihi o nilalabasan
» Pananakit sa spine, balakang, ari, o bandang ari
» Dugo sa ihi o semilya

ALAMIN ANG RISK MO

EDAD

60% ng mga prostate cancer ay nada-diagnose sa mga may edad na mahigit 65.

LAHI

Ang mga African American ay may 75% mas mataas na tsansa kumpara sa mga puti.

PAGKAKAROON SA PAMILYA

Halos 60% ng mga prostate cancer ay dahil sa genetic factors. Ang mga may malapit na kamag-anak na na-diagnose ng prostate cancer ay maaaring doble ang tsansang ma-diagnose din.

DIYETA AT EHERSISYO

Kasama sa iba pang risk factor ang pagiging overweight o obese, hindi gaanong kumikilos, o pagkain ng diyetang bihira ang gulay at madalas ang karne at saturated fats.

SCREENING PARA SA PROSTATE CANCER

Karamihan ng prostate cancer ay nakikita sa pamamagitan ng screening tests, tulad ng blood test na magtsetsek ng antas ng Prostate Specific Antigen (PSA) mo o ng Digital Rectal Exam (DRE) para kapain ang prostate at itsek kung may senyales ng kanser, tulad ng mga bukol o paninigas.

Ang antas ng PSA sa dugo ay maaaring maging pangkalahatang senyales ng prostate cancer. Maaaring subaybayan ng iyong doktor ang antas ng iyong PSA sa loob ng mahabang panahon, dahil maaaring mag-iba-iba ang antas ng PSA sa bawat tao.

Talakayin ang pros at cons ng screening kasama ng isang doktor para maayos na makapagdesisyon kung kailangan mo ba at kailan ka dapat magpa-screening. Dapat kausapin ng mga Black o may kapamilyang nagka-prostate cancer ang kanilang doktor mula sa edad na 40-45. Para sa ibang may karaniwang tsansa, simulan ang pag-uusap sa edad na 50. Pwede ninyong pagtulungang magbuo ng plano na tama para sa iyo.

Mga Sanggunian: American Cancer Society, Prostate Cancer Foundation, American Society of Clinical Oncology, Comprehensive Cancer Centers of Nevada. Suportado ng Nevada Division of Public and Behavioral Health, Grant Number #1 NH75OT000092-01-00 mula sa CDC