



E TOAFITU TAMAITAI E  
MAUA I ASO TAITASI  
UA AAFIA I LE KANESA.

## KANESA O SUSU: FAAITIITIA LE LAMATIAINA O OE

- 1 Ia amata ona e nofouta i āuga o le kanesa o susu pe a atoa lou 20 tausaga
- 2 Ia tau i lau fomai ni suiga ua e iloa ia te oe
- 3 Amata ona fai fa'ata e siaki ou susu pe a atoa lou 40 tausaga
- 4 Ia e iloa mea e te ono lamatia ai

1

### IA AMATA ONA E NOFOUTA I ĀUGA O LE KANESA O SUSU PE A ATOA LOU 20 TAUSAGA

E pito i sili lava ona taatele le kanesa o susu, i kanesa uma o loo aafia ai tina ma tamaitai Niu Sila. O le toatele o ē ua aafia i le kanesa o susu, o tina poo tamaitai ua silia i le 50 o latou tausaga, ae aafia ai foi tamaitai laiti (o nisi foi taimi ua aafia alii), e ui ina e itiiti lava se lamatiaga mo latou na laiti. O le toatele o i latou ua aafia i le kanesa o susu, e leai ni o latou tauaiga vavalalata na aafia i lea ma'i.

Ia e iloa lelei foliga masani o ou susu ma ou faalogona masani i ou susu mai lava ina ua atoa lou 20 tausaga, ina ia faigofie ai ona e matauina ni suiga ua iai. E telē se avanoa e mafai ai ona togafitia le kanesa o le susu pe a vave ona iloa.

2

### IA FAAALI I LAU FOMAI NI SUIGA UA E ILOA IA TE OE

E tusa lava pe lei leva atu ona fai le fa'ata e siaki ai ou susu, ae afai ua e maitauina ni suiga fou e lē masani ai i ou susu, ia vave ona tau i lau fomai.

#### O se patu fou

Pe ua pata mafafia le pa'u o le susu, le 'ao'ao poo le vaega o loo iai le ivi tau'au

#### O se tiga e lē masani ai

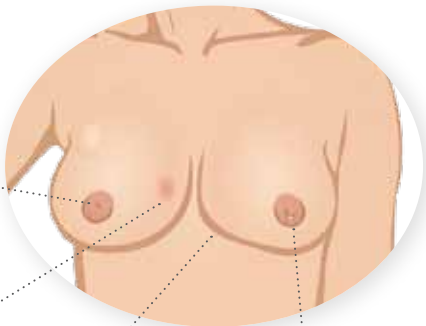
Tiga faasoloatoa le susu e le tea

#### Suiga i matāsusu

Ua fou le omo i totonu o le matāsusu

#### Ua sui foliga o le pa'u

Ua iai se suiga i foliga o le pa'u o le susu, e pei o le sua o le lanu, omoomo, ua mūmū, ua pa'upa'ua pe mafugafuga le pa'u o le matāsusu poo le vaega uliuli i autafa o le matāsusu



#### Suiga i le foliga mai

Ua sua le foliga mai poo le telē o le susu

#### Sua leaga mai le matāsusu

E pa mai le sua leaga mai le matāsusu tusa lava pe le oomia le susu

## Siaki mo ni suiga

Toaga e siaki ou susu ina ia e iloa lelei ai foliga masani o ou susu. O nisi tina, latou te matauina ni suiga i o latou susu e ono avea ma kanesa.

**Siaki mo ni suiga i ou susu i luma o le faata.** Tuu ou lima i ou autafa poo ou suilapalapa. Oomi mai i luma ou tau'au ma ou tulilima. O loo e taumafai e vaai pe o iai ni suiga fou e lē masani ai.

**Siaki ou susu pe a e taele.** Faasolosolo mālie tumutumulima o ou tamatamailima ogatotonu e tolu i ou susu taitasi. Faasolosolo ia soo atoa lou susu e amata i lalo o lou ivi tau'au seia oo ifo i lalo o lou susu, ma faasolo mai le ogatotonu o lou fatafata agai i ou suilapalapa i autafa o lou fatafata. A o iai pea ou lima i ou autafa, ia matuā oomi ou tamatamailima i totonu o ou 'ao'ao uma e lua.

**Afai ua e maua ni suiga, alu e vaai lau fomai mo nisi suesuega atili.**

3

### AMATA ONA FAI FA'ATA E SIAKI OU SUSU PE A ATOA LOU 40 TAUSAGA

O le faasolo ina e tagata matua o le faateleina foi lena o le lamatiaina o oe. O le auala lelei lava e saili vave ai po ua e aafia i le kanesa o le susu, o lou alu e fai sau fa'ata e siaki ai ou susu. E sili lena auā e mafai e le fa'ata ona saili mo tamai tuma ninii uma a o lei oo ina avea ma patu. E fautuaina lava e le Faalapotopotoga le faia o se fa'ata o susu:

- ❖ **40-49 tausaga:** fai faata i tausaga taitasi
- ❖ **50 tausaga ma sili atu:** tailua tausaga ma fai le faata
- ❖ **70+:** faata pe afai o se mea ua uma ona talanoa ai ma lau fomai

O le BreastScreen latou te faia faata mo susu **e aunoa ma se totoi** mo tamaitai/ tina ua ta'i 45 i le 69 tausaga le matutua, ma e tailua tausaga ma fai lena siaki. O lenei polokalame o loo fai mo tamaitai/ tina e lē o iai ni faailoilo faapea ua aafia, o lea afai o iai lava ni ou atugaluga, vaai lau fomai. **Ina ia e lesitala, vili le telefoni 0800 270 200.**

4

### IA E ILOA MEA E TE ONO LAMATIA AI



**E matuā telē sou lamatiaga i le:**

**Faaitiitia le lamatiaina o oe e ala i le:**



**Ava malosi**

Faaitiitia lou taumafaina o le ava malosi (tagai i le [www.nzbcf.org.nz](http://www.nzbcf.org.nz) mo nisi faamatalaga)



**Mamafa o le tino**

Tausi le mamafa talafeagai o lou tino mo lou soifua maloloina, aemaise pe afai ua lē o toe alu lou palapala masina



**Mea e afaina ai homone**

Talanoa ma lau fomai i mea e ono afaina ai homone (hormone exposure), e pei o le HRT, fualaa e inu mo le aiga fuafuaina pe a silia ma le 40 ou tausaga, le i fai fanau, po o le fai fanau ua matua



**E lē o gaioioi le tino**

Ia faa 3 i le faa 5 i le vaiaso ona fai faamalositino

O vala uma nei e faatupulaia ai le tele o ou homone estrogen ma telē ai le lamatiaga o le ono aafia o oe i le kanesa o susu.

Talanoa foi i lau fomaini i lamatiaga ia **e lē mafai** ona e suia e pei o le avea o le kanesa o susu o se ma'i e faasolo i tagata o lou aiga, o se togafitiga sa faia i lou fatafata a o e laitiiti na faaaogā ai ave o le uila (radiation).



O e manaomia ni fautuaga? Vili le  
**0800 BCNurse**  
(0800 2268 773)

Revised November 2014



E maua isi faamatalaga i le **[www.nzbcf.org.nz](http://www.nzbcf.org.nz)**



Momoli mai sau feau i le **[www.facebook.com/NZBreastCancerFoundation](https://www.facebook.com/NZBreastCancerFoundation)**



Mulimuli mai ia matou i le Twitter:  
**@NZBCF**