



## มูลนิธิกาญจนบารมี

โครงการคัดกรองมะเร็งเต้านมโดยเครื่องเอกซเรย์เต้านมเคลื่อนที่ (Mammogram)  
ในสตรีกลุ่มเสี่ยงและด้อยโอกาส ในโอกาสมหามงคลพระราชพิธีบรมราชาภิเษก พุทธศักราช 2562

### แบบคัดกรองปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคมะเร็งเต้านม

ชื่อ.....สกุล.....  
เลขบัตรประจำตัวประชาชน.....เบอร์โทรศัพท์.....  
วันเดือนปีเกิด วัน.....เดือน.....พ.ศ.....อายุ.....ปี  
บ้านเลขที่.....หมู่ที่.....ตำบล.....อำเภอ.....  
จังหวัด.....รหัสไปรษณีย์.....  
น้ำหนัก.....กก. ส่วนสูง.....ซม. ความดันโลหิตสูง.....มม.ปรอท  
อาชีพ  รับราชการ  ค้าขาย  เกษตรกรรม  แม่บ้าน  อื่นๆ.....  
รายได้  น้อยกว่า 10,000 บาท  10,000 - 30,000 บาท  มากกว่า 30,000 บาทขึ้นไป  
ดัชนีมวลกาย BMI =  $\frac{\text{น.น. (ก.ก.)}}{\text{ความสูง (เมตร)} \times \text{ความสูง (เมตร)}}$  = ..... = .....

(ปกติ 18.5 - 22.9 , น้ำหนักเกิน 23 - 25 , อ้วน มากกว่า 25)

### 1. อาการผิดปกติ

- มีก้อนที่เต้านม หรือใต้รักแร้  ใช่  ไม่ใช่
- มีแผลบริเวณเต้านม  ใช่  ไม่ใช่
- มีลักษณะเต้านมที่ผิดปกติ (บิต เบี้ยว นูน)  ใช่  ไม่ใช่
- มีน้ำเหลือง หรือเลือดออกทางหัวนม  ใช่  ไม่ใช่

### 2. ประวัติการเจ็บป่วย

- เคยเป็นมะเร็งเต้านมข้างหนึ่งแล้ว  ใช่  ไม่ใช่
- พบยีนมะเร็งเต้านมผิดปกติ  
BRCA 1, BRCA 2 (เฉพาะผู้ที่เคยตรวจ)  ใช่  ไม่ใช่
- เคยเป็น cyst ที่เต้านม มีการแบ่งตัวของเซลล์ผิดปกติ  ใช่  ไม่ใช่
- แม่ พี่สาว น้องสาว เป็นมะเร็งเต้านม หรือมะเร็งรังไข่  ใช่  ไม่ใช่

### 3. ประวัติส่วนตัว

- อายุ 40 ปีขึ้นไป  ใช่  ไม่ใช่
- มีประจำเดือนครั้งแรกก่อนอายุ 12 ปี (.....ปี)  ใช่  ไม่ใช่
- ไม่มีบุตร  ใช่  ไม่ใช่
- หมดประจำเดือน หลังอายุ 50 ปี (menopause) (.....ปี)  ใช่  ไม่ใช่
- มีบุตรคนแรกเมื่ออายุมากกว่า 35 ปี (.....ปี)  ใช่  ไม่ใช่
- ได้รับฮอร์โมนทดแทน  
หลังหมดประจำเดือนนานกว่า 5 ปี  ใช่  ไม่ใช่
- รับประทานยาคุมเกิน 10 ปี  ใช่  ไม่ใช่

### 4. การได้รับรังสีรักษา

- เคยได้รับการฉายรังสีบริเวณหน้าอกก่อนอายุ 30 ปี  ใช่  ไม่ใช่   
เช่น มะเร็งเต้านม มะเร็งต่อมน้ำเหลือง

### 5. พฤติกรรมการดำรงชีวิต

- สูบบุหรี่  ใช่  ไม่ใช่
- สูบบุหรี่วันละครั้งของขึ้นไป (.....มวน)  ใช่  ไม่ใช่
- ชอบรับประทานอาหารไขมันสูง  ใช่  ไม่ใช่
- ดื่มแอลกอฮอล์ มากกว่า 3 - 4 ครั้ง/สัปดาห์  ใช่  ไม่ใช่
- ออกกำลังกายสัปดาห์ละ 3 - 5 วัน  ไม่ใช่  ใช่   
วันละ 30 นาที - 60 นาที
- ดัชนีมวลกาย (BMI) มากกว่า 25  ใช่  ไม่ใช่
- รับประทานผัก ผลไม้เป็นประจำ  ไม่ใช่  ใช่
- สามารถตรวจเต้านมด้วยตนเองเป็นอย่างถูกต้อง  ไม่ใช่  ใช่
- ตรวจเต้านมด้วยตนเอง อย่างสม่ำเสมอทุกเดือน  ไม่ใช่  ใช่

\* หมายเหตุ ข้อ 1 อาการผิดปกติ และ ข้อ 2 ประวัติการเจ็บป่วย มีความเสี่ยงที่จะเกิดเป็นมะเร็งเต้านมสูงสุด