



Kosraean

Karihngihn kom sifacna ac mwet sahyac

Fin kom yac 18 kuh mahtuh liki, oruh kom in kensa ke diti lom an ke kais kuhtuh mahlem

NGAC...



Ke pacl se kom ngetang ke selngan uh



Lun acn yihyih ah



Ke pacl kom an uh

Step na fihsracsr ahkosr ke kensa ke diti lom:

- Srukak paho lacyot lom an ac fihliyac poum tukun insifom
- Orekmakihn kihfihn poum ke paho lacsac lom an
- Oraclah roun srihsrihk nuh lucng ac ten ke acn nuhwewa ke diti lom an
- Kalweni pac ke diti lacsac lom an, orekmakihn paho lacyot lom an

Inpacl sac na ke kais kuhtuh mahlem, liye lah oasr eklac, oacna:

- Fihti se kom puhla tuh siena
- Eklac se kom liye kuh puhla ke monum
- Lohf se kuh lihmihiyac se fin diti lom an
- Muhtuhn diti uh tena enenuh srah kuh sroano koluk in tuhkuh liki
- Fahfwek kuh sruhsrahlah weacng fucsr fucsr se kom puhla ke monum uh

Sifacna kensa ke diti lom, Kensa ke diti lom yorohl doctoh, ac mammogram se, eh oraclah wo pacl lom in sokwek lah oasr cancer ke diti, pacl se na ma ono sac oasr uh!

**CANCER IN
CHECKLIST
KE MOUL LOM**



- ✓ Mahlem in kensa ke monum

Muhtwacn yac 18 ac mahtuh liki:

- ✓ Mahlem in sifacna kensa ke diti (BSE, Breast Self-Exam)
- ✓ Yac in kensa ke diti yorohl nurse kuh doctoh
- ✓ PAP test

Muhtwacn yac 40 ac mahtuh liki:

- ✓ Mammogram

Muhtwacn yac 50 ac mahtuh liki:

- ✓ Ono in kensa ke colorectal



'Imi Hale
Native Hawaiian
Cancer Network