Allianz

BREAST CANCER AWARENESS MONTH - OCTOBER

Thank You for Your Support

Life is Short... Choose to Live the Life You Want

Dear Customer,

We are all wives, mothers, daughters, sisters or have a strong female presence in our lives. Every woman's life is important. They are loved and needed.

As we lead busy lives, we often avoid taking the time needed to stay on top of our health and wellbeing. Making health a priority and investing in positive changes that can last a lifetime is an important investment into your future. Investing more time in yourself also means you are better able to look after the ones you love and care about.

At Allianz we are always concerned about the health and wellbeing of our customers and partners. Therefore, we feel it's important to create more awareness around Breast Cancer and be there for our customers during difficult times.

During this month of Breast Cancer Awareness, take a moment to own your health, learn the patterns and evaluate your life or encourage the women in your life to make screening a regular part of their lives.

As of the end of 2020, there were 7.8 million women alive who were diagnosed with breast cancer in the past 5 years, making it the world's most prevalent cancer (WHO, 2021).

However, there is still a lot of doubt about breast cancer screening techniques for various reasons. It is vitally important to separate myths from facts and consult an expert regarding the best way forward.

Myths	Facts
Don't have any symptoms of breast cancer or family history	Regardless of symptoms or family history, annual screening mammograms are recommended for women over 40 as early detection is critical.
A mammogram will expose me to an unsafe level of radiation	While a mammogram does use radiation, it is a very small amount and within the medical guidelines. You have to pick a facility that is certified by the regulatory authorities.
Had a normal mammogram last year so don't need another one this year	Mammography is detection, not prevention. An annual mammogram increases the chance of detecting the cancer when it is small and when it is most easily treated.

Following methods are available for early detection of breast cancer in Sri Lanka.

- **Clinical breast examination by a health care worker**
- **Mammography and/or Ultrasound Scan**
- **Breast self-examination**

It's normal to have concerns about Breast Cancer as you hear about it often and have experienced it yourself or through a loved one. Waiting for test results anyone goes through various stages of fear and anxiety but we should not let that fear overtake us where we risk postponing screenings such as breast exams and mammograms. If you find it challenging, request a family member or friend to accompany you for the doctors' appointment.

To further support you with up to date information and address any concerns you may have regarding Breast Cancer and the best methods for screenings we will be organizing a free webinar with Dr. Thathya de Silva, Consultant General surgeon with special interest in breast surgery and below are the details:

Meeting Platform : Cisco WebEx

Date : 11th October 2021
Time : 4.00 p.m.

Event Number : 128 525 3052
Event Password : 123456

Event address for attendees :
https://allianz-agn.webex.com/allianz-agn/onstage/g.php?MTID=ecdd52c9670d5bcd3185e40f8dcfe8b14

We further have coordinated with Asiri Group of hospitals to provide following special benefits for all our valued customers.

Breast Care Clinic- assessment: Special price of Rs.5,000/- for a mammogram at Asiri Surgical (with lady surgeon), Asiri Central, Asiri Matara (with lady medical officer) and Asiri Kandy.

Free cancer clinic by oncologist at Asiri Surgical and Asiri Kandy.

Furthermore, we would wish to remind you on following related insurance covers with a range of benefits.

By Allianz Life Insurance Lanka Limited

• Allianz Suwasahana - A health cover that fits you and your loved ones*

A highly tailored health insurance solutions for your health insurance needs ensures that you have access to the best medical care in the world. The policy is rounded up with some attentive additions to cover any unforeseen instances during your hospitalization, ensuring a better protection for your loved ones. When there is a claim, a cashless service also available for your convenience.

• Allianz Arogya - Protecting you throughout*

Realizing the need for enhanced protection and peace of mind, Allianz Life offers Allianz Arogya, a comprehensive critical illness insurance plan which provides coverage for 26 illnesses. This gives the protection at 3 different stages from minor to critical which ensures our customers have a better chance of recovery.

By Allianz Insurance Lanka Limited

• Global Medical cover*

One comprehensive insurance plan to cover all your healthcare needs with world-class medical treatment anywhere in the world.

- Health insurance covers up to USD 1.5 million per year with no deductible
- Access to the best global healthcare and medical services for you and your loved ones
- Comprehensive pre-to-post hospitalization cover including diagnosis and post-treatment care

• Allianz Healthcare*

A highly focused hospitalization plan for you and your family that will cover both your physical wellbeing and peace of mind.

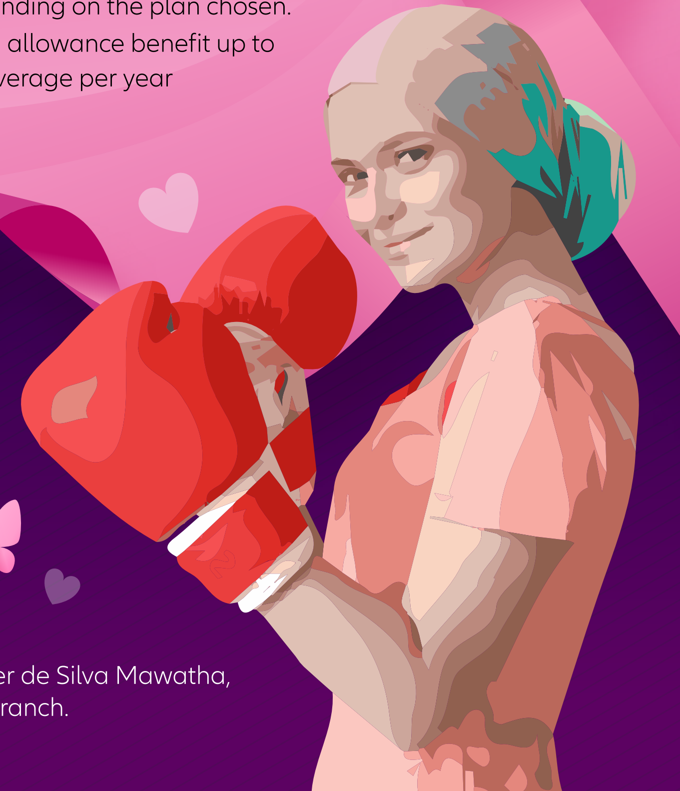
- Choose from different level of covers up to LKR 1 million in medical coverage per year
- Covers you against a range of medical expenses for hospitalization
- Provides access to the best local healthcare and medical services for you and your loved ones

• Allianz Health Insurance - Daily Hospital Cash Benefit*

pays you a daily cash allowance for hospitalization for more than a day for the number of days you spend in the hospital depending on the plan chosen.

- Choose from different level of cash allowance benefit up to LKR 37,500 per day in medical coverage per year

* Conditions apply



For more information

+94 11 2 303 300

info@allianz.lk

www.allianz.lk

Head Office: No. 675, Dr. Danister de Silva Mawatha, Colombo 09 or nearest Allianz branch.

Allianz

BREAST CANCER AWARENESS MONTH - OCTOBER

Thank You for Your Support

ජීවත්වන කෙටි කාලයේ ඔබේ ජීවිතය ඔබට රිසි සේ ගත කරන්න

හිතවත් පාරිභෝගික භවතුනි,

බිරිඳක, මවක, දියණියක, සහෝදරියක ලෙස අපි ජීවිතය තුළ සුවිශේෂී භූමිකාවන් ඉටුකරමු. එබැවින් සෑම කාන්තාවකගේ ම ජීවිතයට වටිනාකමක් තිබේ. සෑම කාන්තාවක්ම ආදරයට පාත්‍රවන අතර ඔවුන් ජීවිතයට අත්‍යවශ්‍යය වේ.

කාර්යබහුල ජීවන රටාව තුළ අප බොහෝ විට අපගේ සෞඛ්‍යය සහ යහපැවැත්ම කෙරෙහි දක්වන්නේ ඉතා අඩු අවධානයකි. සෞඛ්‍යය සඳහා ප්‍රමුඛතාව ලබා දීමත්, ඒ තුළින් ධනාත්මක වෙනසක් ඇතිකර ගැනීමත් ජීවිත කාලයටම බලපාන වැදගත් ආයෝජනයකි. ඔබ වෙනුවෙන් වැඩි කාලයක් ගත කිරීම මගින් ඔබට ඔබගේ ආදරණීයයන් රැකබලා ගැනීම සඳහා ද වැඩි අවස්ථාවක් ලබා දෙයි.

අලියාන්ස් අපි සැමවිටම අපගේ පාරිභෝගිකයින්ගේ සහ හවුල්කරුවන්ගේ සෞඛ්‍යය සහ යහපැවැත්ම කෙරෙහි අවධානය යොමු කරන්නෙමු. එබැවින්, පියයුරු පිළිකා පිළිබඳ දැනුම්වත්කරමින්, දුෂ්කර කාලවලදී අපගේ පාරිභෝගිකයින් හට සවියක් වෙමින් ඔවුන් සමග රැඳී සිටීම අපි වැදගත් කාර්යභාරයක් සේ සලකමු.

පියයුරු පිළිකා පිළිබඳ දැනුවත් කිරීම සඳහා වෙන් වූ මෙම මාසය තුළ, ඔබගේ සෞඛ්‍යය පිළිබඳ තීරණ ගැනීම සඳහාත්, ජීවිතයේ රටාව හඳුනා ගැනීම සඳහාත්, ඔබගේ ජීවිතය දෙස ආපසු හැරී බැලීමට හෝ නිතර පරීක්ෂණ සඳහා යොමු වීම සඳහා ඔබ අවට කාන්තාවන් දිරිමත් කිරීම සඳහාත් ඔබට ඇති වගකීම වෙනුවෙන් කැපවන ලෙස අපි ඔබගෙන් ඉල්ලා සිටිමු.

2020 වසරේ අවසානය දක්වා ගෙවුණු වසර 5 ක කාලය තුළ මිලියන 7.8 ක කාන්තාවන් පිරිසක් පියයුරු පිළිකාවලට ගොදුරු වී ඇති බවට හඳුනාගෙන ඇති අතර එය ලොව වඩාත් බහුලව ව්‍යාප්ත වී ඇති පිළිකාව බවට ද පත්ව තිබේ. (WHO,2021)

කෙසේවෙතත්, විවිධ හේතු මත පියයුරු පිළිකා පරීක්ෂණ ක්‍රමවේද පිළිබඳ තමවත් බොහෝ සැක සංකා පවතී. යතාර්ථය සහ මිථ්‍යාව වෙන්කර හඳුනා ගැනීමත්, ඉදිරියේදී අනුගමනය කළ යුතු වඩාත් යහපත් ම ක්‍රියාමාර්ග පිළිබඳ විශේෂඥ උපදෙස් ලබා ගැනීමත් අතිශය වැදගත් වන්නේ එබැවිනි.

මිථ්‍යාව	සත්‍යය
පියයුරු පිළිකා රෝග ලක්ෂණ කිසිවක් නොමැති අතර පවුලේ කිසිවෙකුත් මින් පෙර පියයුරු පිළිකාවට ගොදුරු වී නැත.	රෝග ලක්ෂණ මතු වීම හෝ පවුලේ කිසිවෙකුත් මින් පෙර පියයුරු පිළිකාවලට ගොදුරු වී නොමැති වීම කෙසේ වෙතත්, රෝගය කලින් හඳුනා ගැනීම ඉතා වැදගත් බැවින් වයස අවුරුදු 40 ට වැඩි කාන්තාවන් වාර්ෂිකව මැමෝග්‍රෑම් පරීක්ෂණයක් සිදුකර ගත යුතු බව විශේෂඥ නිර්දේශයයි.
මැමෝග්‍රෑම් පරීක්ෂණ හේතුවෙන් මා අනවශ්‍ය ලෙස විකිරණවලට නිරාවරණය වනු ඇත.	මැමෝග්‍රෑම් පරීක්ෂණ සඳහා විකිරණ යොදා ගත්ත ද, ඉන් පිටවන විකිරණ ප්‍රමාණය වෛද්‍ය උපදෙස් මත ඉතා සුළු ප්‍රමාණයකි. ඔබ කළ යුත්තේ නියාමන අධිකාරියක් විසින් සහතික කරන ලද සේවාවක් ඒ සඳහා ලබා ගැනීමයි.
පසුගිය වසරේදී සාමාන්‍ය මැමෝග්‍රෑම් පරීක්ෂණයක් සිදු කළ නිසා මේ වසරේදී තවත් පරීක්ෂණයක් සිදු කිරීම අවශ්‍ය නැත.	මැමෝග්‍රෑම් පරීක්ෂණයක් මගින් සිදුකෙරෙන්නේ රෝගය හඳුනා ගැනීම මිස රෝගය වලක්වා ගැනීම නොවේ. වාර්ෂිකව මැමෝග්‍රෑම් පරීක්ෂණයක් සිදුකර ගැනීම මගින් පිළිකාව කුඩා අවධියේදී ම හඳුනා ගැනීමත්, පහසුවෙන් ප්‍රතිකාර කිරීමත් සඳහා වැඩි අවස්ථාවක් ඔබට හිමි වේ.

ශ්‍රී ලංකාව තුළ පියයුරු පිළිකා කලින් හඳුනා ගැනීම සඳහා පහත ක්‍රමවේද අනුගමනය කළ හැකිය:

සෞඛ්‍ය සේවා වෘත්තිකයෙකු හරහා සිදු කෙරෙන සායනික පියයුරු පරීක්ෂණය

මැමෝග්‍රෑම්/අතිධ්වනි (Ultrasound) පරීක්ෂණය

පියයුරු තමන් ම පරීක්ෂාකර ගැනීම

පියයුරු පිළිකා පිළිබඳ නිතර අසන්නට ලැබීම හෝ ඔබගේ ආදරණීයයෙකු හරහා ඒ පිළිබඳ දැනගන්නට ලැබීම හේතුවෙන් ඒ පිළිබඳ සැලකිලිමත් වීම සාමාන්‍ය දෙයකි. පරීක්ෂණ ප්‍රතිඵල ලැබෙන තුරු ඕනෑම අයෙකුට බිය සහ නොසන්සුන්කමක් ඇති විය හැකි නමුත්, බිය හේතුවෙන් පියයුරු පරික්ෂණ සහ මැමෝග්‍රෑම් පරීක්ෂණ කල්දැමීම කිසිසේත් සිදු නොකළ යුතුය. ඔබට එය අභියෝගයක් සේ හැඟෙන්නේ නම් සුදුසු ම දෙය වන්නේ ඔබගේ පවුලේ සාමාජිකයෙකු හෝ මිතුරෙකු සමග වෛද්‍යවරයා හමුවීමට යාමය.

පියයුරු පිළිකා සහ ඒ සම්බන්ධව පවතින සාර්ථක ම පරීක්ෂණ ක්‍රමවේද පිළිබඳ නවත ම තොරතුරු ලබාදීම සහ ඔබට ඇති ඕනෑම ගැටලුවක් වෙනුවෙන් සහයෝගය ලබා දීම සඳහා අපි, පියයුරු සැත්කම් පිළිබඳ විශේෂ අවධානයක් යොමුකරන ශල්‍ය විශේෂඥ වෛද්‍ය තත්‍යා ද සිල්වා මහත්මිය සමග වෙබ් සැසියක් පැවැත්වීමට කටයුතු යොදා ඇත්තෙමු. ඒ පිළිබඳ විස්තර පහත දැක්වේ:

වෙබ් සැසිය පවත්වන මාධ්‍ය : Cisco WebEx

දිනය : 2021 ඔක්තෝබර් 11
වේලාව : ප.ව.4.00

වෙබ් සැසි අංකය : 128 525 3052
වෙබ් සැසි මුරපදය : 123456

වෙබ් සැසි ලිපිනය :
https://allianz-agn.webex.com/allianz-agn/onstage/g.php?MTID=ecdd52c9670d5bcd3185e40f8dcfe8b14

තව ද අපි අපගේ පාරිභෝගිකයින් සියලු දෙනා සඳහා පහත දක්වා ඇති විශේෂ ප්‍රතිලාභ හිමිකර දීම උදෙසා ආසිරි රෝහල් සමූහය සමග අත්වැල් බැඳගෙන සිටිමු.

පියයුරු ප්‍රතිකාර සායනික මූලික පරීක්ෂණය:
ශල්‍ය වෛද්‍යවරියකගේ සේවාව සමගින් ආසිරි සර්ජිකල්, ආසිරි සෙන්ට්‍රල් හිදී ද, වෛද්‍ය නිලධාරිනියකගේ සේවාව සමගින් මාතර ආසිරි රෝහලේදී ද මැමෝග්‍රෑම් පරීක්ෂණයක් රු. 5,000 ක විශේෂ මිලකට

ආසිරි සර්ජිකල් සහ මහනුවර ආසිරි රෝහලේදී පිළිකා රෝග පිළිබඳ විශේෂඥ වෛද්‍යවරයෙකුගේ සායන සඳහා නොමිලේ සහභාගී වීමේ අවස්ථාව

තවද, ප්‍රතිලාභ රැසක් සමගින් පිරිනැමෙන පහත රක්ෂණාවරණ පිළිබඳ ඔබට සිහිපත් කිරීමට ද කැමැත්තෙමු:

අලියාන්ස් ලයිෆ් ඉන්ෂුවරන්ස් ලංකා වෙතින්:

- **අලියාන්ස් සුවසහන - ඔබට මෙන්ම ඔබගේ පවුලටත් රැකවරණය සලසන සෞඛ්‍ය රක්ෂණාවරණය***

ඔබගේ සෞඛ්‍ය අවශ්‍යතාවයන්ට අනුව පරිදි සකස්කරන ලද මෙම රක්ෂණාවරණය මගින් ලොව විශිෂ්ටත ම වෛද්‍ය සේවා හිමිකර ගැනීමේ අවස්ථාව ඔබට උදා කරදෙයි. ඔබ රෝහල්ගත වීමකදී මුහුණදීමට සිදුවන අනපේක්ෂිත අවස්ථා ආවරණය කිරීම සඳහා රෝහල වෙත කෙරෙන සෘජු ගෙවීම් වලට අමතරව තවත් ප්‍රතිලාභ රැසක් ද ඇතුළත්කර ඇති අතර එමගින් ඔබගේ ආදරණීයයන් හට වඩාත් උසස් රැකවරණයක් තහවුරු කෙරේ.

- **අලියාන්ස් ආරෝග්‍යා - ඔබ අත්නොහැර, ඔබ ළඟින්ම***

අලියාන්ස් ආරෝග්‍යා රක්ෂණාවරණය තුළින් පුළුල් රැකවරණයක සහ නිරවුල් මනසක හිමිකම ඔබට පිරි නමයි. මෙය, බරපතළ රෝග 26 ක් ආවරණය කරන පරිපූර්ණ රක්ෂණාවරණයකි. පාරිභෝගිකයින් හට සුවපත් වීම සඳහා වැඩි අවස්ථාවක් ලබා දෙමින් සුළු හා බරපතළ තත්ත්ව දක්වා විවිධ අදියර තුනකදී රැකවරණය සලසයි. බරපතළ තත්ත්වවලදී මුහුණදීමට සිදුවන මුල්‍ය අභියෝගයන්ට පිළියමක් ලෙස මෙන්ම පවුලේ ඉලක්ක සපුරාලීම සඳහා ද සහය වන රක්ෂණාවරණයකි.

අලියාන්ස් ඉන්ෂුවරන්ස් ලංකා වෙතින්:

- **ග්ලෝබල් මෙඩිකල් රක්ෂණාවරණය***

ලොව ඕනෑම තැනකදී අන්තර්ජාතික මට්ටමේ වෛද්‍ය ප්‍රතිකාර සමගින් ඔබේ සියලු සෞඛ්‍ය සේවා අවශ්‍යතා ආවරණය වන පරිදි සැකසූ එක් පුළුල් රක්ෂණ සැලැස්මක්.

- කපා හැරීමකින් තොරව වසරක් දක්වා ඇමරිකානු ඩොලර් මිලියන 1.5 ක සෞඛ්‍ය රක්ෂණ ආවරණයක්
- ඔබට සහ ඔබේ ආදරණීයයන්ට උසස්ම අන්තර්ජාතික මට්ටමේ සෞඛ්‍ය සේවා සහ වෛද්‍ය සේවාවන් සඳහා ප්‍රවේශය
- රෝග විනිශ්චය, පෙර සහ පසු රෝහල් ගත වීමේදී ප්‍රතිකාර සඳහා වන සේවාවන් ඇතුළු පූර්ණ ආවරණය

- **අලියාන්ස් හෙල්ත්කෙයාර්***

ඔබ සහ ඔබේ පවුල සඳහා ශාරීරික යහපැවැත්ම සහ මානසික සුවය යන දෙකම ආවරණය වන පරිදි සැකසූ ඉහළ පෙළේ රෝහල් ගත කිරීමේ සැලැස්මක්.

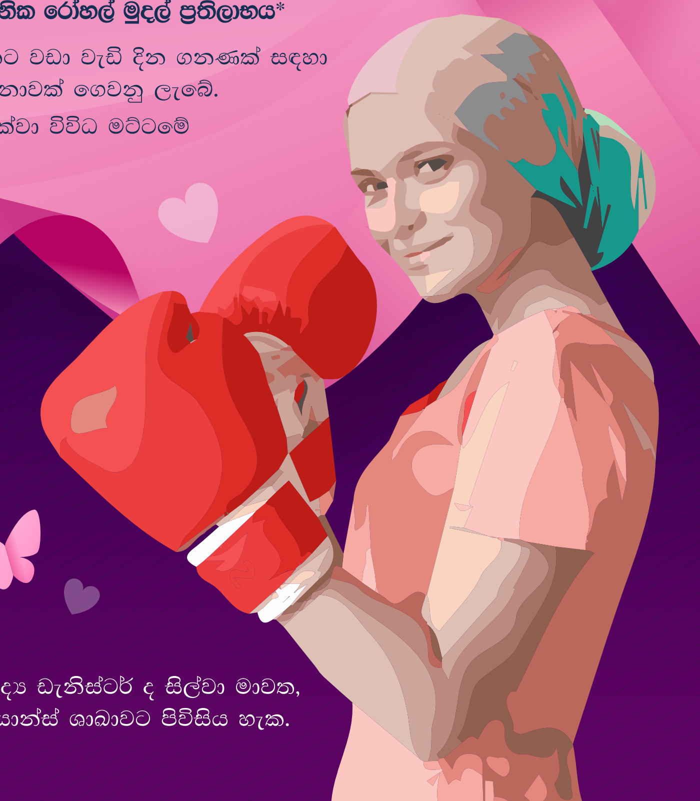
- ඔබගේ අවශ්‍යතාවයට සරිලන සේ සැකසූ විවිධ මට්ටමේ ආවරණයන්ගෙන් වසරකට රුපියල් ලක්ෂ 10 දක්වා වූ වෛද්‍ය ආවරණයක්
- රෝහල් ගත කිරීමේදී වන වෛද්‍ය වියදම් ගණනාවක් සඳහා වන ආවරණය
- ඔබට සහ ඔබේ සමීපතමයින් සඳහා උසස්ම දේශීය සෞඛ්‍ය සේවා සහ වෛද්‍ය සේවාවන් සඳහා ප්‍රවේශය

- **අලියාන්ස් හෙල්ත් ඉන්ෂුවරන්ස් - දෛනික රෝහල් මුදල් ප්‍රතිලාභය***

තෝරාගත් සැලැස්මට අනුව එක් දිනකට වඩා වැඩි දින ගනණක් සඳහා රෝහල් ගත වීමේදී දෛනික මුදල් දීමනාවක් ගෙවනු ලැබේ.

- වසරක් තුළ දිනකට රු. 37, 500 ක් දක්වා විවිධ මට්ටමේ මුදල් ප්‍රතිලාභ

* කොන්දේසි ඇතුලත්ය.



වැඩිදුර විස්තර සඳහා

+94 11 2 303 300
info@allianz.lk
www.allianz.lk
ප්‍රධාන කාර්යාලය: අංක. 675, වෛද්‍ය ඩැනිස්ටර් ද සිල්වා මාවත, කොළඹ 09 හෝ ළඟ ම පිහිටි අලියාන්ස් ශාඛාවට පිවිසිය හැක.

Allianz

வாழ்க்கை மிகவும் குறுகியது... நீங்கள் விரும்பும் வாழ்க்கையை வாழ்ந்திடுங்கள்

அன்பார்ந்த வாடிக்கையாளரே,

நாம் வாழ்கின்ற இந்த வாழ்வில் ஒவ்வொருவரும் மனைவியாகவோ, மகளாகவோ, சகோதரிகளாகவோ அல்லது வலிமைமிக்க பெண்ணாகவோ வாழ்ந்து வருகின்றோம். அவ்வாறான ஒவ்வொரு பெண்ணின் வாழ்வும் முக்கியமான ஒன்றாகும். அதேவேளை அவர்கள் நேசிக்கப்பட வேண்டியவர்களாகவும் கருதப்படுகிறார்கள்.

நாம் நெருக்கடியான வாழ்க்கையை வாழ்ந்துகொண்டு இருப்பதால் , நம் உடல்நலம் மற்றும் நல்வாழ்வின் மீது செலுத்த வேண்டிய நேரத்தை அடிக்கடி விட்டுவிடுகின்றோம். நம் ஆரோக்கியத்திற்கு முன்னுரிமை அளிப்பது மற்றும் வாழ்நாள் முழுவதும் நீடிக்கும் நேர்மறையான மாற்றங்களில் முதலீடு செய்வது போன்றவை உங்கள் எதிர்காலத்துக்கான ஒரு முக்கியமான முதலீடாகும். நீங்களே அதிக நேரத்தை முதலீடு செய்வதன் மூலம் நீங்கள் விரும்பும் மற்றும் உங்கள் அன்புக்குரியவர்களை நீங்கள் நன்றாகப் பார்த்துக்கொள்ள முடியும்.

அலியான்ஸில் நாங்கள் எப்போதும் எங்கள் வாடிக்கையாளர்கள் மற்றும் கூட்டாளர்களின் ஆரோக்கியம் மற்றும் நல்வாழ்வைப் பற்றி அதிகமாகவே அக்கறை கொள்கிறோம். அதனால் தான் மார்பகப் புற்றுநோயைப் பற்றி அதிக விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்துவது மற்றும் கடினமான நேரங்களில் எங்கள் வாடிக்கையாளர்களுக்கு உறுதுணையாக இருப்பது முக்கியம் என நாங்கள் கருதுகிறோம்.

மார்பக புற்றுநோய் விழிப்புணர்வு ஏற்படுத்தும் இந்த மாதத்தில், உங்கள் ஆரோக்கியத்தை சொந்தமாக்கிக் கொள்ளவும், அதற்கான வாழ்க்கை வடிவமைப்புகளைக் கற்றுக்கொள்ளவும், உங்கள் வாழ்க்கையை மதிப்பீடு செய்யவும் அல்லது உங்கள் வாழ்வில் உள்ள பெண்களிடம், அவர்களின் வாழ்க்கையின் வழக்கமான சோதனைகளை வாழ்க்கையின் பகுதியாக மாற்ற ஊக்குவிக்கவும்.

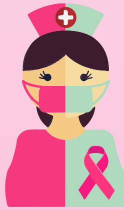
2020 ஆம் ஆண்டின் இறுதியில், கடந்த 5 ஆண்டுகளில் 7.8 மில்லியன் பெண்கள் மார்பக புற்றுநோயால் பாதிக்கப்பட்டிருந்தமை இனங்காணப்பட்டதுடன், இது உலகின் மிகவும் பரவலான புற்றுநோயாக மாறியது (WHO, 2021).

இருப்பினும், பல்வேறு காரணங்களுக்காக மார்பக புற்றுநோய் சோதனை நுட்பங்கள் பற்றி இன்னும் நிறைய சந்தேகங்கள் உள்ளன. உண்மைகளிலிருந்து கட்டுக்கதைகளைப் பிரித்து, முன்னோக்கிச் செல்லும் சிறந்த வழி எதுவென்பது குறித்து ஒரு நிபுணரை அணுகுவது மிகவும் முக்கியமாகும்.

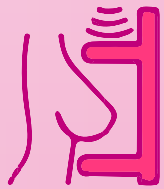
கட்டுக்கதைகள் | உண்மை

கட்டுக்கதைகள்	உண்மை
எனக்கோ அல்லது எனது குடும்ப வம்சாவளியிலோ மார்பக புற்றுநோய்க்கான எவ்வித அறிகுறியும் இல்லை.	அறிகுறிகள் அல்லது குடும்ப வம்சாவளி நோய்த்தன்மையை பொருட்படுத்தாமல் இருக்கும் 40 வயதிற்கு மேற்பட்ட பெண்களுக்கு வருடாந்தம் மேமோகிராம் பரிசோதனை செய்ய பரிந்துரைக்கப்படுகிறது, ஏனெனில் ஆரம்பகாலத்திலேயே மார்பக புற்றுநோயை கண்டறிதல் முக்கியமானது.
மேமோகிராம் (முலை ஊடுகதிர்ப்படம் சோதனை) பரிசோதனையானது என்மீது பாதுகாப்பற்ற கதிர்வீச்சின் அளவை அதிகரிக்கும்.	ஒரு மேமோகிராம் பரிசோதனையில் கதிர்வீச்சைப் பயன்படுத்தும் போது, அது மிகக் குறைந்த அளவில் பயன்படுத்தப்படுவதோடு, மருத்துவ வழிகாட்டுதல்களுக்குள் அமைவாக பயன்படுத்தப்படும். அதிகாரிகளால் சான்றளிக்கப்பட்ட ஒரு பரிசோதனை வசதியை நீங்கள் தேர்ந்தெடுக்க வேண்டும்.
கடந்த வருடம் நான் மேமோகிராம் (முலை ஊடுகதிர்ப்படம் சோதனை) பரிசோதனை ஒன்றை மேற்கொண்டேன் ஆகையால் மறுபடியும் அதனை செய்ய வேண்டிய அவசியமில்லை.	மேமோகிரா∴பி என்பது புற்றுநோயை கண்டறிவதற்கு பயன்படுத்தும் பரிசோதனை மாத்திரமே, அது புற்றுநோய்க்கான தடுப்பு அல்ல. வருடாந்தம் மேற்கொள்ளப்படும் மேமோகிராம் சோதனை புற்றுநோய் சிறியதாக இருக்கும் போதே கண்டறிய உதவுகிறது. அத்துடன் ஆரம்பகாலத்தில் இதற்கான சிகிச்சையளிக்கப்படும் போதும் இந்த நோயிலிருந்து விடுபடுவதற்கான வாய்ப்பும் உள்ளது.

மார்பக புற்றுநோயை முன்கூட்டியே கண்டறிவதற்காக இலங்கையில் பின்வரும் முறைகள் பின்பற்றப்படுகின்றன.



ஒரு சுகாதாரப் பணியாளரால் சிகிச்சை ரீதியான மார்பக பரிசோதனை



மேமோகிராபி மற்றும் / அல்லது அல்ட்ராசவுண்ட் ஸ்கேன்

மார்பக சுய பரிசோதனை

மார்பகப் புற்றுநோயைப் பற்றி அடிக்கடி கேள்விப்படுவதும், அதை நீங்களோ அல்லது நேசிப்பவர் மூலம் அனுபவித்ததும், அதைப் பற்றி கவலைப்படுவது இயல்பானதொரு விடயமாகும். சோதனை முடிவுகளுக்காகக் காத்திருக்கும் எவரும் பயம் மற்றும் பதட்டத்தின் பல்வேறு நிலைகளைக் கடந்து செல்கின்றனர், ஆனால் மார்பகப் பரிசோதனைகள் மற்றும் மேமோகிராம்கள் போன்ற பரிசோதனைகளைத் தள்ளி வைக்கும் அபாயத்தில், நாம் கொண்டிருக்கும் பயம் நம்மை முந்தக்கூடாது. உங்களுக்கு இது சவாலாக இருந்தால், மருத்துவர்களின் ஆலோசனைகளைப் பெற்றுக்கொள்ளவும். அத்துடன் உங்களுடன் ஒரு குடும்ப உறுப்பினர் அல்லது நண்பரை வைத்தியரைப் பார்க்க செல்வதற்காக உங்களுடன் வருமாறு கேட்டுக்கொள்ளவும்.

மார்பக புற்றுநோய் தொடர்பான புதுப்பிக்கப்பட்ட தகவல் மற்றும் மார்பக புற்றுநோய் சோதனைக்கான சிறந்த முறைகள் பற்றி உங்களுக்குள் இருக்கும் கேள்விகளுக்கு பதிலளிக்கும் வகையிலும், இந்நோய் தொடர்பான விழிப்புணர்வை உங்களுக்கு வழங்கி, உங்களுக்கு மேலும் ஆதரவளிக்க நாங்கள் மார்பக அறுவை சிகிச்சை வைத்திய நிபுணரான டாக்டர் தத்யா டி சில்வாவுடன் இலவச வெபினரை ஏற்பாடு செய்யவுள்ளோம். இதுதொடர்பான விவரங்கள் பின்வருமாறு:

சந்திப்பிற்கான ஊடகம் : Cisco WebEx

திகதி : 11 ஒக்டோபர், 2021
நேரம் : 4.00 பி.ப.

நிகழ்ச்சி இலக்கம் : 128 525 3052
நிகழ்ச்சிக்கான கடவுச்சொல் : 123456

நிகழ்வில் கலந்து கொள்வதற்கான இணைதள முகவரி :
https://allianz-agn.webex.com/allianz-agn/onstage/g.php?MTID=ecdd52c9670d5bcd3185e40f8dcfe8b14

அத்தோடு நாம் ஆசிரி வைத்தியசாலைகளுடன் இணைந்து எமது பெறுமதிமிக்க வாடிக்கையாளர்களுக்கு சிறப்பான நன்மைகளை வழங்க காத்துள்ளோம்.

மார்பக பராமரிப்பு மருத்துவ பரிவு - மதிப்பீட்டு பரிசோதனை: ஆசிரி சர்ஜிகல் (பெண் வைத்திய நிபுணர்), ஆசிரி சென்ட்ரல், ஆசிரி மாத்தறை (பெண் மருத்துவ அதிகாரியுடன்) மற்றும் ஆசிரி கண்டியில் மேமோகிராம் பரிசோதனைக்கு சிறப்பு விலை ரூ. 5,000/-

ஆசிரி சர்ஜிக்கல் மற்றும் ஆசிரி கண்டியில் புற்றுநோயியல் நிபுணரால் இலவச புற்றுநோய் மருத்துவ சேவை

மேலும், பல நன்மைகளுடன் தொடர்புடைய பின்வரும் அலியான்ஸின் காப்பீட்டுத் திட்டங்களை நாங்கள் உங்களுக்கு நினைவூட்ட விரும்புகிறோம்.

அலியான்ஸ் லைஃப் இன்சூரன்ஸ் லங்கா லிமிடெட் இடமிருந்து

- **அலியான்ஸ் சுவசஹன - உங்களுக்கும் உங்கள் அன்புக்குரியவர்களுக்கும் பொருந்தக்கூடிய ஒரு சுகாதார பாதுகாப்பு***

உங்கள் உடல்நலக் காப்பீட்டுத் தேவைகளுக்காக மிகவும் சிறப்பாக வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளதோடு சுகாதார காப்பீட்டு தீர்வுகள் உள்ளடங்கிய உலகின் சிறந்த மருத்துவ பராமரிப்புக்கான மருத்துவ அணுகலை உங்களுக்கு வழங்குகிறது. நீங்கள் வைத்தியசாலையில் இருக்கும் போது எதிர்பாராத நிகழ்வுகளை தவிர்க்கும் வகையில் சில காப்பீட்டு நன்மைகள் இந்த காப்புறுதியில் சேர்க்கப்பட்டுள்ளதோடு. காப்பீடுகளை கோரும்போது, உங்கள் வசதிக்கேற்ப காசற்ற சேவையையும் பெற்றுக்கொள்ள முடியும்.

- **அலியான்ஸ் ஆரோக்யா - உங்களை முழுவதுமாக பாதுகாக்கிறது***

மேம்பட்ட பாதுகாப்பு மற்றும் மன அமைதியின் அவசியத்தை உணர்ந்து, அலியான்ஸ் ஆயுட் காப்புறுதி நிறுவனம், 26 நோய்களுக்கு பாதுகாப்பு அளிக்கும் ஒரு விரிவான முக்கியமான மருத்துவக் காப்பீட்டுத் திட்டமான அலியான்ஸ் ஆரோக்யாவை வழங்குகின்றது. இது சிறியது முதல் முக்கியமானது வரையிலான 3 வெவ்வேறு நிலைகளில் மருத்துவ ரீதியான பாதுகாப்பை காப்பீட்டாளருக்கு அளிக்கிறது. இது ஒரு முதலீட்டுத் திட்டமாகவும் செயல்படுவதோடு நிதிச் சுமையிலிருந்து விடுபடவும் உதவுகிறது. முக்கியமான சூழ்நிலைகளில் இந்த காப்பீட்டுத்திட்டம் உங்கள் மற்றும் உங்கள் குடும்பத்தவர்களின் இலக்குகளை நிறைவேற்ற உதவியாக அமைகின்றது.

அலியான்ஸ் இன்சூரன்ஸ் லங்காவிடமிருந்து

- **உலகளாவிய மருத்துவ காப்பீடு (global medical cover)***

உலகத்தரம் வாய்ந்த மருத்துவ சேவைகளை உள்ளடக்கிய விரிவான சுகாதார காப்புறுதிக் கொள்கைகளை நாங்கள் வழங்குகின்றோம்.

- எவ்வித விலக்குகளும் இன்றி ஒரு வருடத்திற்கு 1.5 அமெரிக்க டொலர் பெறுமதிக்கதக்க சுகாதார காப்புறுதி கொள்கைகள்
- சிறந்த உலகளாவிய மருத்துவ சேவைகளை அளிக்கும் காப்புறுதியினை நீங்களும் உங்கள் அன்புக்குரியவர்களுக்காகவும் பெற்றுக்கொள்ளுங்கள்
- மருத்துவமனைப்படுத்தலுக்கு முன்னரும் அதற்கு பின்னருமான, நோய் கண்டறியப்பட்ட பின் மற்றும் சிகிச்சைக்கு பின்னைய வசதிகளுடன் கூடிய விரிவானாதோர் காப்புறுதிக்கொள்கை

- **அலியான்ஸ் ஹெல்த் கெயர் (Allianz healthcare)***

உங்களுக்கும் உங்கள் குடும்பத்தவர்களின் உடல் உள்ள நன்மை கருதி வடிவமைக்கப்பட்ட மருத்துவமனையாக்கல் திட்டம்

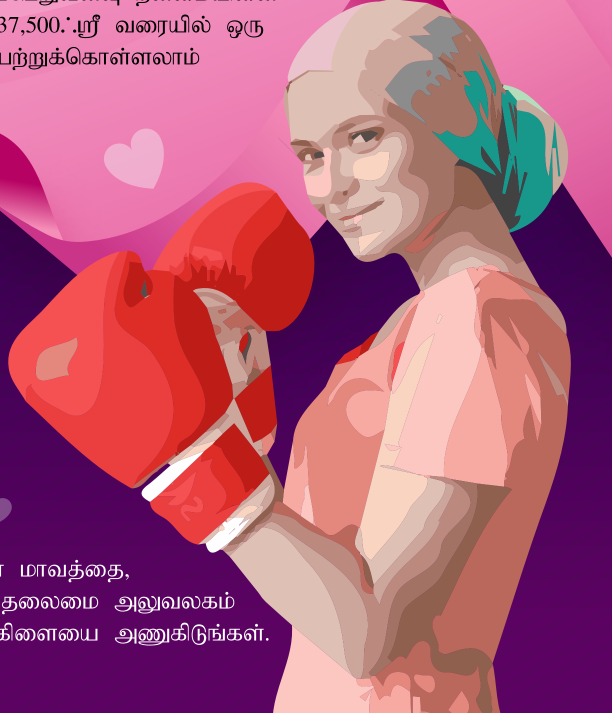
- ஒரு வருடம் வரை மருத்துவ வசதியளிக்கக்கூடிய 1 மில்லியன் ‘ரூபாய் வரையிலான பல வகைப்பட்ட காப்புறுதிக்கொள்கைகள்

- **அலியான்ஸ் சுகாதார காப்பீடு - தினசரி மருத்துவமனை கட்டண நன்மை (Az health insurance - daily cash benefit)***

நீங்கள் தெரிவு செய்யும் காப்புறுதிக்கொள்கையிணை பொறுத்து தினசரி மருத்துவ கட்டண நன்மை வழங்கப்படும்.

- பல வகையான மட்டங்களில் உள்ள பணப்பெறுவனவு நன்மையினை தெரிவுசெய்வதன் ஊடாக நாள் ஒன்றிற்கு 37,500.்.ஸ்ரீ வரையில் ஒரு வருடத்திற்கான மருத்துவ சேவையினை பெற்றுக்கொள்ளலாம்

* நிபந்தனைகள் பொருந்தும்



மேலதிக தகவல்களுக்கு

+94 11 2 303 300
info@allianz.lk
www.allianz.lk
எண் 675, டாக்டர். டெனிஸ்டர் டி சில்வா மாவத்தை, கொழும்பு 09 இல் அமைந்துள்ள எமது தலைமை அலுவலகம் அல்லது அருகில் உள்ள அலியான்ஸ் கிளையை அணுகிடுங்கள்.