

# ਛਾਤੀਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਜਾਗਰੂਕਤਾ

ਛਾਤੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਛਾਤੀ ਦੀਆਂ ਨਾੜੀਆਂ ਜਾਂ ਲੇਬਿਊਲਜ਼ 'ਤੇ ਪਰਤ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲੇ ਸੈੱਲਾਂ (ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ) ਦਾ ਅਸਧਾਰਨ ਵਾਧਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਅਸਧਾਰਨ ਸੈੱਲ ਵਧਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਦੂਜੇ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਫੈਲਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਰੱਖਦੇ ਹਨ।

## ਲੱਛਣ - ਛਾਤੀ ਪ੍ਰਤੀ ਜਾਗਰੂਕ ਰਹੋ

ਹਰ ਉਮਰ ਦੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਛਾਤੀ ਪ੍ਰਤੀ ਜਾਗਰੂਕ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਆਮ ਦਿੱਖ ਅਤੇ ਅਹਿਸਾਸ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਅਸਧਾਰਨ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦਾ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਪਤਾ ਲਗਾ ਸਕੋਗੇ।

ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਲਗਾਤਾਰ ਬਦਲਦੀਆਂ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਵਾਧੇ, ਵਿਕਾਸ ਅਤੇ ਬਦਲਾਅ ਦੇ ਮੁੱਖ ਪੜਾਅ ਜਵਾਨੀ, ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ, ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣ ਅਤੇ ਮਾਹਵਾਰੀ ਰੁਕਣ (ਮੀਨੋਪੌਜ਼) ਦੌਰਾਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਬੁੱਢਾ ਹੋਣਾ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਭਾਰ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਅ ਤੁਹਾਡੇ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਬਣਤਰ, ਆਕਾਰ ਅਤੇ ਅਹਿਸਾਸ ਨੂੰ ਵੀ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਛਾਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਅਕਸਰ ਕਾਫ਼ੀ ਗੰਢਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਇਹ ਕੁੱਝ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਆਮ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਾਹਵਾਰੀ ਆਉਣ ਤੋਂ ਠੀਕ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਵਧੇਰੇ ਨਾਜ਼ੁਕ ਅਤੇ ਗੰਢ ਭਰਪੂਰ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਦੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੰਘਣੀਆਂ ਅਤੇ ਰੇਸ਼ੇਦਾਰ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਚਰਬੀ ਵਾਲੇ ਟਿਸ਼ੂ ਨਾਲੋਂ ਗ੍ਰੰਥੀ ਟਿਸ਼ੂ ਵਧੇਰੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜਿਵੇਂ-ਜਿਵੇਂ ਸਾਡੀ ਉਮਰ ਵਧਦੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਛਾਤੀਆਂ ਘੱਟ ਗ੍ਰੰਥੀਆਂ ਵਾਲੀਆਂ ਅਤੇ ਵੱਧ ਚਰਬੀ ਵਾਲੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਜੋ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨਰਮ ਅਤੇ ਘੱਟ ਗੰਢ ਵਾਲਾ ਬਣਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।

## ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਅਸਧਾਰਨ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦੇਖਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲੋ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਇੱਕ ਗੰਢ, ਛਾਤੀ ਜਾਂ ਕੱਛ ਦਾ ਭਾਰਾ ਜਾਂ ਮੋਟਾ ਹੋਣਾ।
- ਛਾਤੀ ਦੀ ਚਮੜੀ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਵੱਟ/ਸੁੰਗੜਨਾ, ਡੂੰਘਾ/ਟੇਏ ਜਾਂ ਧੱਫੜ ਹੋਣਾ
- ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਲਗਾਤਾਰ ਜਾਂ ਅਸਧਾਰਨ ਦਰਦ
- ਨਿੱਪਲ ਤੋਂ ਰਿਸਾਵ, ਨਿੱਪਲ 'ਤੇ ਧੱਫੜ, ਜਾਂ ਇਸਦੀ ਬਣਤਰ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ
- ਛਾਤੀ ਦੀ ਬਣਤਰ ਜਾਂ ਆਕਾਰ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ
- ਇੱਕ ਹਿੱਸਾ ਜੋ ਛਾਤੀ ਦੇ ਦੂਜੇ ਹਿੱਸਿਆਂ ਨਾਲੋਂ ਵੱਖਰਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਜਾਂਚ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਵੀ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ।



ਮਰਦਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਇਹ ਜਾਣਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਕੀ ਆਮ ਹੈ।  
**ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਅਸਧਾਰਨ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲੋ ਜਿਵੇਂ ਕਿ:**

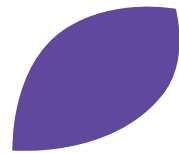
- ਨਿੱਪਲ ਦੇ ਨੇੜੇ ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਰਹਿਤ ਗੰਢ (ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਲੱਛਣ)
- ਨਿੱਪਲ ਤੋਂ ਰਿਸਾਵ
- ਨਿੱਪਲ ਜਾਂ ਪੈਕਟੋਰਲ ਦੀ ਬਣਤਰ ਜਾਂ ਦਿੱਖ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ
- ਛਾਤੀ ਦੀ ਬਣਤਰ ਜਾਂ ਦਿੱਖ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸੋਜ ਜਾਂ ਡੂੰਘਾ/ਟੇਏ ਪੈਣਾ
- ਬਾਂਹ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਦਰਦ ਜਾਂ ਸੋਜ ਵਾਲੀਆਂ ਗੰਢਾਂ (ਲਿੰਫ ਨੋਡਸ) (ਗ੍ਰੰਥੀਆਂ)।

## ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਜਾਂਚ

ਬ੍ਰੈਸਟ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ (ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਫਿਕ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਜਾਂ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ) ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਪੜਾਅ 'ਤੇ ਕੈਂਸਰਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਲਈ ਬਹੁਤ ਛੋਟੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ ਇਸਦੇ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

50-74 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਹਰ ਦੋ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਫਿਕ ਜਾਂਚ (ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ) ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਪਰ 40-49 ਸਾਲ ਜਾਂ 75 ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਦੇਖਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਨਿਯਮਤ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਕਰਵਾਉਣਾ ਛੇਤੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਦੁਆਰਾ, ਖ਼ਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ 50-69 ਸਾਲ ਦੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਆਖਰੀ-ਪੜਾਅ ਦੇ ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਦੇ ਤੁਹਾਡੇ ਜ਼ਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕਰਵਾਉਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਸਮਾਂ ਕਦੋਂ ਹੈ।

ਬ੍ਰੈਸਟਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਇੱਕ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਫੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੈ ਜੋ 40 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਮੁਫਤ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਦੇਸ਼ ਭਰ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ 500 ਸਥਾਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਇੱਕ 'ਤੇ ਯੋਗ ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਹਰ ਦੋ ਸਾਲ ਬਾਅਦ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਰਾਹੀਂ ਛਾਤੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਛਾਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਬਦਲਾਅ ਨਹੀਂ ਦੇਖਿਆ ਜਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਆਪਣੀ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਬ੍ਰੈਸਟਸਕਰੀਨਿੰਗ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਸੇਵਾ 'ਤੇ ਮੁਲਾਕਾਤ ਲਈ, 13 20 50 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਬਦਲਾਅ ਦੇਖਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇੱਥੇ ਹੋਰ ਟੈਸਟ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਵਧੇਰੇ ਢੁਕਵੇਂ ਹਨ।



## ਜ਼ੋਖਮ ਕਾਰਕ

ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਕਾਰਨ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਅਣਜਾਣ ਹੈ। ਇਹ ਗੱਲ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੈ ਕਿ ਇਸਦਾ ਕੋਈ ਇੱਕ ਕਾਰਨ ਹੈ ਅਤੇ ਸੰਭਵ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੁੱਝ ਕਾਰਕ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਲਈ ਇਕੱਠੇ ਮਿਲਕੇ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕੁੱਝ ਕਾਰਕ ਹਨ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਛਾਤੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਵਧਾ ਸਕਦੇ ਹਨ; ਹਾਲਾਂਕਿ, ਹਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਇਹ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਗੈਰ-ਮੇਲਾਨੋਮਾ ਚਮੜੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਛਾਤੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆਈ ਔਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਕੈਂਸਰ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਇਹ ਕਿਸੇ ਵੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ 40 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਆਮ ਹੈ।

### ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਇਸਦੇ ਹੋਣ ਦੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਜ਼ੋਖਮ ਕਾਰਕ ਹਨ, ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਨਿੱਜੀ ਕਾਰਕ
  - > ਵੱਡੀ ਉਮਰ; ਸੰਘਣੀ ਛਾਤੀ ਦੇ ਟਿਸ਼ੂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ 'ਤੇ ਦੇਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ
- ਜੀਵਨਸ਼ੈਲੀ ਦੇ ਕਾਰਕ
  - > ਮਾਹਵਾਰੀ ਰੁਕਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮੋਟਾਪਾ ਆਉਣਾ ਜਾਂ ਭਾਰ ਵਧਣਾ; ਹਰ ਰੋਜ਼ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣਾ
  - > ਸਰੀਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਰਗਰਮ ਨਾ ਹੋਣਾ
- ਮੈਡੀਕਲ ਕਾਰਕ
  - > ਮੀਨੋਪੌਜ਼ ਹਾਰਮੋਨ ਥੈਰੇਪੀ (MHT) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਐਸਟ੍ਰੋਜਨ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਜੇਸਟੋਨ ਦੋਵੇਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ
  - > ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਗਰਭ ਨਿਰੋਧਕ ਗੋਲੀ ਲੈਣਾ
  - > ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਦੌਰਾਨ ਡਾਇਬਾਈਲਸਟੀਬੋਏਸਟ੍ਰਾਲ (DES) ਲੈਣਾ
  - > ਹੌਜਕਿਨ (Hodgkin) ਲਿੰਫੋਮਾ ਲਈ ਛਾਤੀ ਉੱਤੇ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਥੈਰੇਪੀ ਕਰਵਾਉਣਾ
  - > ਐਟੀਪੀਕਲ ਡਕਟਲ ਹਾਈਪਰਪਲਸੀਆ ਜਾਂ ਐਟੀਪੀਆ ਤੋਂ ਬਿਨ੍ਹਾਂ ਫੈਲਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋਣਾ
  - > LCIS ਜਾਂ DCIS ਦੀ ਪਹਿਲਾਂ ਹੋਈ ਰੋਗ ਜਾਂਚ
- ਪ੍ਰਜਨਨ ਕਾਰਕ
  - > 12 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਦੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲੀ ਮਾਹਵਾਰੀ ਆਉਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣਾ
  - > ਪਹਿਲੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਜਨਮ ਸਮੇਂ ਉਮਰ ਦਾ 30 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੋਣਾ
  - > ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜਨਮ ਨਾ ਦੇਣਾ
  - > ਛਾਤੀ ਦਾ ਦੁੱਧ ਨਾ ਪਿਲਾਉਣਾ
  - > 55 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮਾਹਵਾਰੀ ਆਉਣਾ ਬੰਦ ਹੋਣਾ
- ਪਰਿਵਾਰਕ ਇਤਿਹਾਸ ਦੇ ਕਾਰਕ
  - > ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਪਰਿਵਾਰਕ ਇਤਿਹਾਸ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਇੱਕੋ ਪਾਸੇ ਦੇ ਪਹਿਲੀ-ਕਤਾਰ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮਾਂ, ਭੈਣ) ਵਿੱਚ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦਾ ਖ਼ਾਸ ਕਿਸਮ ਦਾ ਕੈਂਸਰ, ਖ਼ਾਸ ਕਰਕੇ ਜੇਕਰ ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗਿਆ ਹੋਵੇ।

ਮਰਦਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਹਾਲਾਂਕਿ ਇਹ ਬਹੁਤ ਹੀ ਘੱਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਛਾਤੀ ਦੇ ਸਾਰੇ ਕੈਂਸਰਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਲਗਭਗ 1% ਮਰਦਾਂ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

### ਮਰਦਾਂ ਲਈ ਜ਼ੋਖਮ ਕਾਰਕਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਨਿੱਜੀ ਕਾਰਕ
  - > ਵੱਡੀ ਉਮਰ
- ਮੈਡੀਕਲ ਕਾਰਕ
  - > ਇੱਕ ਦੁਰਲੱਭ ਅਨੁਵੰਸ਼ਿਕ (ਜੈਨੇਟਿਕ) ਸਿੰਡਰੋਮ ਜਿਸਨੂੰ ਕਲਾਈਨਫੇਲਟਰ ਸਿੰਡਰੋਮ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਸਿੰਡਰੋਮ ਵਾਲੇ ਮਰਦਾਂ ਵਿੱਚ ਆਮ ਦੋ (XY) ਦੀ ਬਜਾਏ ਤਿੰਨ ਸੈਕਸ ਕ੍ਰੋਮੋਸੋਮ (XXY) ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
- ਪਰਿਵਾਰਕ ਇਤਿਹਾਸ ਦੇ ਕਾਰਕ
  - > ਕਈ ਪਹਿਲੀ-ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ (ਮਰਦ ਜਾਂ ਔਰਤ) ਦਾ ਇੱਕ ਪਰਿਵਾਰਕ ਇਤਿਹਾਸ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ BRCA2 ਛਾਤੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਹੋਇਆ ਹੈ
  - > 40 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਨੂੰ ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗਿਆ ਹੈ
  - > ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਜਾਂ ਕੋਲਨ ਕੈਂਸਰ ਵਾਲੇ ਕਈ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ
- BRCA1 ਜਾਂ BRCA2 ਜੀਨਾਂ ਵਿੱਚ ਪਰਿਵਰਤਨ ਵਿਰਾਸਤ ਵਿੱਚੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ।

ਟ੍ਰਾਂਸਜੈਂਡਰ ਅਤੇ ਲਿੰਗ ਵਿਭਿੰਨ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਛਾਤੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਟ੍ਰਾਂਸਜੈਂਡਰ ਔਰਤ ਜੋ ਮਾਦਾ ਹਾਰਮੋਨਾਂ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਅਤੇ ਨਰ ਹਾਰਮੋਨਾਂ ਨੂੰ ਦਬਾਉਣ ਲਈ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈ ਰਹੀ ਹੈ, ਨੂੰ ਛਾਤੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦਾ ਵੱਧ ਖ਼ਤਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਟ੍ਰਾਂਸਜੈਂਡਰ ਮਰਦ ਜਿਸਦੀ ਮਾਸਟੈਕਟੋਮੀ ਹੋਈ ਹੈ, ਉਸਨੂੰ ਅਜੇ ਵੀ ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਹੈ। ਇਹ ਸੰਭਵ ਤੌਰ 'ਤੇ ਛਾਤੀ ਦੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦੀ ਥੋੜ੍ਹੀ ਮਾਤਰਾ ਦੇ ਕਾਰਨ ਹੈ ਜੋ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਬਾਕੀ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ।