Cancer Screening Programmes

BREAST SCREENING PUNJABI

The Facts

ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਐਕਸਰੇਅ ਕਰਵਾਉਣਾ ਪੰਜਾਬੀ

ਸੱਚੀਆਂ ਗੱਲਾਂ

ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਐਕਸਰੇਅ ਕਰਵਾਉਣਾ ਕਿਹਨੂੰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ?

- ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਐਕਸਰੇਅ (ਬ੍ਰੈਸਟ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਜਾਂ ਮੈਮੋਗਰਾਫ਼ੀ) ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਐਕਸਰੇਅ ਨਾਲ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਪੜਤਾਲ ਕਰਨਾ।
- ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਐਕਸਰੇਅ ਜਾਂ ਮੈਮੋਗਰਾਫ਼ ਕਰਵਾਉਣ ਨਾਲ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਪਛਾਣ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿਚ ਹੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਦ ਇਹ ਇੰਨਾ ਛੋਟਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਇਹਨੂੰ ਦੇਖ ਜਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ।
- ਮੈਮੋਗਰਾਫ਼ ਕਰਨ ਨੂੰ ਕੁਝ ਹੀ ਮਿੰਟ ਲਗਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਥੋੜੀ ਜਿਹੀ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਇਹਦੇ ਕਾਰਨ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਖ਼ਤਰਾ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ਬ੍ਰੈਸਟ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਯੂਨਿਟ ਵਿਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅੱਧਾ ਕੁ ਘੰਟਾ ਠਹਿਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਐਕਸਰੇਅ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਮੈਨੂੰ ਕਿਉਂ ਹੈ?

ਹਰ ਨੌਂ ਔਰਤਾਂ ਵਿਚੋਂ ਇਕ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਕਦੇ ਨਾ ਕਦੇ ਛਾਤੀਆਂ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਰੋਗ 50 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਐਕਸਰੇਅ ਕਰਵਾਉਣ ਨਾਲ ਹੋਰ ਕੋਈ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਜਾਂ ਲੱਛਣ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਛੋਟੀਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦਿਸ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇ ਇਹ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਵੇਲੇ ਹੀ ਦਿਸ ਜਾਣ, ਤਾਂ ਠੀਕ ਹੋਣ ਦੀ ਕਾਫ਼ੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਕੀ ਸਭ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਐਕਸਰੇਅ ਕਰਵਾਉਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ?

ਅਸੀਂ 50 ਅਤੇ 70 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਵਿਚਾਲੇ ਦੀਆਂ ਸਭ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਹਰ ਤਿੰਨ ਸਾਲਾਂ ਬਾਅਦ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਐਕਸਰੇਅ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਬੁਲਾਉਂਦੇ ਹਾਂ।

ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਉਮਰ ਵਧਣ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਛਾਤੀਆਂ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਵਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਕਰਕੇ, ਭਾਵੇਂ 70 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਹੀ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਐਕਸਰੇਅ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਨਹੀਂ ਬੁਲਾਇਆ ਜਾਂਦਾ, ਪਰ ਤਦ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਹਰ ਤਿੰਨ ਸਾਲਾਂ ਮਗਰੋਂ ਇਹ ਜਾਂਚ ਪੜਤਾਲ ਕਰਵਾਓ। ਅਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਬਣਵਾਉਣ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਦੇ ਬ੍ਰੈਸਟ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਯੂਨਿਟ ਨਾਲ ਰਾਬਤਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ ਕੁਝ ਵੀ ਹੋਵੇ, ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੇਲੇ ਵੀ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਕਿਸੇ ਤਕਲੀਫ਼ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਾ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ, ਜੋ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਲਾਹ ਲੈਣ ਲਈ ਕਿਸੇ ਮਾਹਿਰ ਕੋਲ ਭੇਜ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਐਨ ਐਚ ਐੱਸ ਦਾ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਐਕਸਰੇਅ ਕਰਨ ਦਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਕੀ ਹੈ?

ਇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਰਾਹੀਂ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ 50 ਅਤੇ 70 ਸਾਲ ਦੇ ਵਿਚਾਲੇ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਸੀਂ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਐਕਸਰੇਅ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਬੁਲਾਈਏ। ਤੁਹਾਡਾ ਨਾਂ ਅਸੀਂ ਹੈਲਥ ਅਥਾਰਿਟੀ ਤੋਂ ਲਵਾਂਗੇ। ਇਹ ਰਿਕਾਰਡ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਲਿਸਟ ਤੋਂ ਬਣਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਕਰਕੇ ਇਹ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਤੁਹਾਡਾ ਸਹੀ ਨਾਂ ਅਤੇ ਪਤਾ ਹਰ ਵੇਲੇ ਹੋਵੇ।

ਦੇਸ਼ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿਚ, ਅਸੀਂ ਵਾਰੀ ਵਾਰੀ ਡਾਕਟਰਾਂ ਦੀਆਂ ਸਰਜਰੀਆਂ ਵਿਚ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਐਕਸਰੇਅ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਬੁਲਾਉਂਦੇ ਹਾਂ। ਇਸ ਕਰਕੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ 50 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਵਿਚ ਹੀ ਸੱਦਾ ਆਏ। ਜਦ ਤਕ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਰਜਿਸਟਰ ਰਹੋਗੇ, ਤਦ ਤਕ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਐਕਸਰੇਅ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ 53-ਵੇਂ ਜਨਮ ਦਿਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸੱਦਾ ਭੇਜਾਂਗੇ।

ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਐਕਸਰੇਅ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਮੈਨੂੰ ਕਿੱਥੇ ਜਾਣਾ ਪਏਗਾ?

ਇਹ ਐਕਸਰੇਅ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਸੈਂਟਰ ਕਿਸੇ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਇਹ ਕਿਸੇ ਚਲੰਤ ਯੂਨਿਟ ਵਿਚ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਦਿਨ ਤੁਸੀਂ ਛਾਤੀਆਂ ਦਾ ਐਕਸਰੇਅ ਕਰਵਾਉਣਾ ਹੈ, ਉਸ ਦਿਨ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ 'ਤੇ ਟੈਲਕਮ ਪਾਊਡਰ ਜਾਂ ਡਿਓਡੋਰੈਂਟ ਸਪ੍ਰੇਅ ਨਾ ਛਿੜਕੋ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਅਸਰ ਮੈਮੋਗਰਾਮ (ਐਕਸਰੇਅ) 'ਤੇ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਐਕਸਰੇਅ ਵੇਲੇ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਆਉਣ ਮਗਰੋਂ, ਤੁਸੀਂ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਐਕਸਰੇਅ ਬਾਰੇ ਜਿਹੜੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਉਹ ਬੇਝਿਜਕ ਪੁੱਛੋ।

ਜਦ ਤੁਸੀਂ ਕੱਪੜੇ ਲਾਹੁਣ ਮਗਰੋਂ, ਆਰਾਮ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਲੱਗੋ, ਤਦ ਸਟਾਫ਼ ਦੀ ਕੋਈ ਮਾਹਰ ਔਰਤ ਮੈਂਬਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੈਮੋਗਰਾਫ਼ੀ ਬਾਰੇ ਸਮਝਾਏਗੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੇਗੀ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਨੂੰ ਵਾਰੀ ਵਾਰੀ ਦੋ ਖ਼ਾਸ ਪਲੇਟਾਂ ਦੇ ਵਿਚਾਲੇ ਰੱਖ ਕੇ ਐਕਸਰੇਅ ਲਏਗੀ।

ਮੈਮੋਗਰਾਫ਼ੀ ਕਰਨ ਨੂੰ ਕੁਝ ਹੀ ਮਿੰਟ ਲਗਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਨੂੰ ਕੁਝ ਸਕਿੰਟਾਂ ਲਈ ਹੀ ਪਲੇਟਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਕੋਈ ਸਬੂਤ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ ਕਿ ਇਹਦੇ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਨੂੰ ਕੋਈ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਦਾ ਹੈ।

ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਕੱਪੜੇ ਲਾਹੁਣੇ ਪੈਣਗੇ?

ਹਾਂ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਮਰ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਵਾਲੇ ਸਾਰੇ ਕੱਪੜੇ ਲਾਹੁਣ ਲਈ ਆਖਿਆ ਜਾਏਗਾ। ਇਸ ਕਰਕੇ ਡ੍ਰੈਸ ਪਹਿਨਣ ਦੀ ਬਜਾਇ ਉੱਪਰ ਵਾਲੇ ਵੱਖਰੇ ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਨਣਾ ਚੰਗੀ ਗੱਲ ਹੋਏਗੀ।

ਕੀ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਐਕਸਰੇਅ ਕਰਵਾਉਣ ਨਾਲ ਤਕਲੀਫ਼ ਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?

ਛਾਤੀਆਂ ਦਾ ਐਕਸਰੇਅ ਕਰਵਾਉਣ ਨਾਲ ਕੁਝ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਬੇਆਰਾਮੀ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਕਈਆਂ ਨੂੰ ਤਕਲੀਫ਼ ਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਚੰਗਾ ਐਕਸਰੇਅ ਲੈਣ ਲਈ ਛਾਤੀਆਂ ਨੂੰ ਕੱਸ ਕੇ ਸਹੀ ਥਾਂ ਦਬਾ ਕੇ ਰੱਖਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਰਦ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਹ ਥੋੜ੍ਹੀ ਦੇਰ ਹੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਕਈ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਕੁਝ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦੇਰ ਵੀ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਮੇਰੇ ਨਤੀਜੇ ਮੈਨੂੰ ਕਦ ਮਿਲਣਗੇ?

ਮੈਮੋਗਰਾਫ਼ ਕਰਵਾਉਣ ਵੇਲੇ, ਐਕਸਰੇਅ ਸਟਾਫ਼ ਦੀ ਕੋਈ ਮਾਹਿਰ ਔਰਤ ਮੈਂਬਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸੇਗੀ ਕਿ ਇਹਦੇ ਨਤੀਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਦ ਤਕ ਮਿਲ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਯੂਨਿਟ ਵਿਚੋਂ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਗੱਲ ਪੁੱਛ ਲਓ।

ਜੇ ਮੈਨੂੰ ਦੁਬਰਾ ਬੁਲਾਇਆ ਜਾਏ, ਤਾਂ ਇਹਦਾ ਮਤਲਬ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਜਿਹਨਾਂ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਐਕਸਰੇਅ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕੁਝ ਨੂੰ (ਲੱਗਭਗ 20 ਵਿਚੋਂ ਇਕ ਨੂੰ) ਦੁਬਾਰਾ ਬੁਲਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਐਕਸਰੇਅ ਤੋਂ ਜਾਪਦਾ ਹੈ ਕਿ ਹੋਰ ਟੈਸਟ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਜੇ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਬੁਲਾਈਏ, ਅਤੇ ਟੈਸਟਾਂ ਤੋਂ ਪਤਾ ਲੱਗੇ ਕਿ ਚਿੰਤਾ ਵਾਲੀ ਕੋਈ ਗੱਲ ਨਹੀਂ, ਤਾਂ ਹੈਰਾਨ ਨਾ ਹੋਵੋ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਕੋਈ ਤਕਲੀਫ਼ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਤਿੰਨ ਸਾਲਾਂ ਮਗਰੋਂ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਐਕਸਰੇਅ ਕਰਨ ਦੇ ਆਮ ਕੰਮ ਲਈ ਫਿਰ ਬੁਲਾਵਾਂਗੇ।

ਜੇ ਮੈਨੂੰ ਇਲਾਜ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ, ਤਦ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਜੇ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਬੁਲਾਈਏ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਲਾਜ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਕੋਈ ਟੀਮ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰੇਗੀ। ਉਹ ਖ਼ਾਸ ਖ਼ਿਆਲ ਰੱਖਣਗੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਹਰ ਵੇਲੇ ਵਧੀਆ ਦੇਖਭਾਲ ਹੋਵੇ। ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਵਿਚ ਲਗਾਤਾਰ ਸੁਧਾਰ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹਦੇ ਬਾਰੇ ਮੁੜ-ਵਿਚਾਰ ਹੁੰਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਕੰਮ ਲਈ, ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਜ਼ਮਾਇਸ਼ੀ ਇਲਾਜ ਲਈ ਬੁਲਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਜਿਹਦੇ ਵਿਚ ਵੱਖ ਵੱਖ ਇਲਾਜਾਂ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਿਸ ਆਜ਼ਮਾਇਸ਼ੀ ਇਲਾਜ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਅਸੀਂ ਕਰਾਂਗੇ, ਉਹਦੇ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਐਕਸਰੇਅ ਕਿੰਨੇ ਕੁ ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਹੁੰਦੇ ਹਨ?

ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿਚ ਹੀ ਪਛਾਣ ਕਰ ਲੈਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਢੰਗ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਐਕਸਰੇਅ ਜਾਂ ਮੈਮੋਗਰਾਫ਼ੀ ਹੈ, ਇਹ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮੁਕੰਮਲ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਕਿ:

- ਕੁਝ ਕੈਂਸਰ ਐਕਸਰੇਅ ਨਾਲ ਦੇਖਣੇ ਕਾਫ਼ੀ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ;
- ਕੁਝ ਕੈਂਸਰ ਜੇ ਹੋਣ ਵੀ ਤਦ ਵੀ ਉਹ ਐਕਸਰੇਅ ਨਾਲ ਬਿਲਕੁਲ ਨਹੀਂ ਦੇਖੇ ਜਾ ਸਕਦੇ;
- ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਐਕਸਰੇਅ ਦੀ ਜਾਂਚ ਪੜਤਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਪਤਾ ਨਾ ਲੱਗੇ (ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਕਿੰਨਾ ਵੀ ਤਜਰਬੇਕਾਰ ਕਿਉਂ ਨਾ ਹੋਵੇ, ਅਜਿਹਾ ਕਦੇ ਕਦਾਈਂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ)।

ਕੀ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਐਕਸਰੇਅ ਕਰਵਾਉਣ ਨਾਲ ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਨਹੀਂ, ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਐਕਸਰੇਅ ਕਰਵਾਉਣ ਨਾਲ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਦਾ ਹੈ, ਜੇ ਉਹ ਉੱਥੇ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਹੋਵੇ। ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਵੇਲੇ ਵੀ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸਭ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਰੱਖਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਛਾਤੀਆਂ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਕਿਸੇ ਵੇਲੇ ਵੀ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲੇ ਐਕਸਰੇਅ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵੀ ਅਤੇ ਦੋ ਐਕਸਰੇਅ ਕਰਵਾਉਣ ਦੇ ਵਿਚਾਲੇ ਦੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਵੀ ਛਾਤੀਆਂ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸਭ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਬਾਰੇ ਪੰਜ ਆਮ ਗੱਲਾਂ ਵਲ ਧਿਆਨ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ:

- ਇਹ ਪਤਾ ਕਰੋ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਆਮ ਹਾਲਤ ਕਿਹੋ ਜਿਹੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।
- ਆਪਣੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਨੂੰ ਦੇਖੋ ਅਤੇ ਟੋਹ ਕੇ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਰਹੋ।
- ਕੁਝ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਬਾਰੇ ਖ਼ਾਸ ਖ਼ਿਆਲ ਰੱਖੋ (ਜਿਵੇਂ, ਗਿਲ੍ਹਟੀਆਂ, ਦਰਦ, ਨਿੱਪਲ ਵਿਚੋਂ ਪਾਣੀ ਵਗਣਾ ਜਾਂ ਹੋਰ ਕੋਈ ਖ਼ਾਸ ਫ਼ਰਕ)।
- ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਬਦੀਲੀ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਇਕਦਮ ਗੱਲ ਕਰੋ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ 50 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੈ, ਤਾਂ ਹਰ ਤਿੰਨ ਸਾਲਾਂ ਮਗਰੋਂ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਐਕਸਰੇਅ ਕਰਵਾਓ।

ਛਾਤੀਆਂ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਹੋਣ ਦੇ ਕਈ ਕਾਰਣ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦਾ ਕੋਈ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਪਰ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਸਭਨਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਪੜਤਾਲ ਕਰਵਾਓ, ਕਿਉਂਕਿ ਥੋੜੀ ਜਿਹੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕਿਸੇ ਤਬਦੀਲੀ ਦਾ ਕਾਰਣ ਕੈਂਸਰ ਹੋਵੇ।

ਛਾਤੀਆਂ ਦਾ ਖ਼ਾਸ ਖ਼ਿਆਲ ਰੱਖਣਾ ਅਤੇ ਬਾਕਾਇਦਾ ਮੈਮੋਗਰਾਫ਼ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਰਹਿਣ ਨਾਲ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿਚ ਪਛਾਣ ਕਰ ਸਕਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਮੇਰੇ ਐਕਸਰੇਅ ਦੀ ਜਾਂਚ ਪੜਤਾਲ ਕਰਨ ਮਗਰੋਂ ਇਹਨੂੰ ਕੀ ਕੀਤਾ ਜਾਏਗਾ?

ਬ੍ਰੈਸਟ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਯੂਨਿਟ ਤੁਹਾਡੇ ਮੈਮੋਗਰਾਫ਼ ਨੂੰ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਅੱਠ ਸਾਲ ਸਾਂਭ ਕੇ ਰੱਖੇਗਾ। ਫਿਰ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਤਾਜ਼ਾ ਮੈਮੋਗਰਾਫ਼ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਪਹਿਲਾਂ ਕੀਤੇ ਗਏ ਮੈਮੋਗਰਾਫ਼ਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲਾ ਕੇ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਉੱਤਮ ਦਰਜੇ ਦੀ ਸੇਵਾ ਦੇਣ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਸਟਾਫ਼ ਦੀ ਮਹਾਰਤ ਵਿਚ ਵਾਧਾ ਕਰਨ ਦੀ ਖ਼ਾਤਿਰ, ਅਸੀਂ ਮੈਮੋਗਰਾਫ਼ਾਂ ਸਮੇਤ ਜਾਂਚ ਪੜਤਾਲ ਦੇ ਸਾਰੇ ਰਿਕਾਰਡਾਂ ਬਾਰੇ ਬਾਕਾਇਦਾ ਮੁੜ-ਵਿਚਾਰ ਕਰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਇਹਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇ ਹੋਰ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸਾਡੇ ਸਟਾਫ਼ ਨੂੰ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਰਿਕਾਰਡ ਦੇਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਮੁੜ-ਵਿਚਾਰ ਤੋਂ ਪਤਾ ਲੱਗੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਢੰਗ ਨਾਲ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਸੀ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਰਾਬਤਾ ਕਰਾਂਗੇ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੋ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੇਸ ਦੇ ਮੁੜ-ਵਿਚਾਰ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿਆਂਗੇ।

ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਰੱਖੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਤੁਹਾਡੇ ਰਿਕਾਰਡਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ, ਤੁਸੀਂ **ਐਨ ਐਚ ਐੱਸ ਡਾਇਰੈਕਟ** ਨੂੰ ਨੰਬਰ **0845 4647** 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ।

ਸੰਖੇਪ

ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਲਈ ਐਕਸਰੇਅ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਆਉਣ ਜਾਂ ਨਾ ਆਉਣ ਦਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰਨ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਲਈ, ਅਸੀਂ ਇਹਦੇ ਮੁੱਖ ਫ਼ਾਇਦਿਆਂ ਅਤੇ ਮੁਸ਼ਕਿਲਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅੱਗੇ ਦੇ ਰਹੇ ਹਾਂ।

- ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕੈਂਸਰਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿਚ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਠੀਕ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਕਾਫ਼ੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- ਐਕਸਰੇਅ ਨਾਲ ਪਛਾਣੇ ਗਏ ਲੱਗਭਗ ਅੱਧੇ ਕੈਂਸਰ ਹਾਲੇ ਇੰਨੇ ਛੋਟੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਛਾਤੀ ਵਿਚੋਂ ਕੱਢਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਪੂਰੀ ਛਾਤੀ ਕੱਟਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਪਏਗੀ।
- ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਦੇਸ਼ ਵਿਚ ਹਰ ਸਾਲ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਐਕਸਰੇਅ ਕਰਵਾਉਣ ਨਾਲ 1,400 ਜਾਨਾਂ ਬਚਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਐਕਸਰੇਅ ਕਰਵਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਨਾਲ ਮਰਨ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਘਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- ਜਿਹਨਾਂ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਮੈਮੋਗਰਾਫ਼ ਤੋਂ ਸਪਸ਼ਟ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਾ ਮਿਲੇ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਹੋਰ ਜਾਂਚ ਪੜਤਾਲ ਕਰਨ ਲਈ ਬੁਲਾਉਂਦੇ ਹਾਂ। ਹੋਰ ਵੱਧ ਟੈਸਟ ਕਰਨ ਮਗਰੋਂ ਸਾਨੂੰ ਪਤਾ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਨਹੀਂ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫਿਰ ਬੁਲਾਇਆ ਜਾਏ, ਤਾਂ ਇਹਦੇ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫ਼ਿਕਰ ਲਗ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੁਝ ਕਿਸਮ ਦੇ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਐਕਸਰੇਅ ਕਰਵਾਉਣ ਨਾਲ ਨਾ ਲੱਗੇ।
- ਐਕਸਰੇਅ ਨਾਲ ਜਿਹਨਾਂ ਕੈਂਸਰਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕੁਝ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ।
- ਕਈ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਮੈਮੋਗਰਾਫ਼ੀ ਕਰਵਾਉਣ ਨਾਲ ਬੇਆਰਾਮੀ ਜਾਂ ਤਕਲੀਫ਼ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਹ ਥੋੜੀ ਦੇਰ ਹੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਮਦਦ

ਜੇ ਇਸ ਸੇਵਾ ਬਾਰੇ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਣੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ:

- ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ;
- ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਦੇ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਆਫ਼ਿਸ ਨਾਲ ਰਾਬਤਾ ਕਰੋ;
- ਸਾਡੇ ਕੈਂਸਰ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਡੀ ਇਸ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਤੋਂ ਲਓ - www.cancerscreening.nhs.uk; ਜਾਂ
- ਐਨ ਐਚ ਐੱਸ ਡਾਇਰੈਕਟ ਦੀ ਇਹ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਪੜ੍ਹੋ - www.nhsdirect.nhs.uk

ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਆੱਫ਼ ਹੈਲਥ ਨੇ ਐਨ ਐਚ ਐੱਸ ਕੈਂਸਰ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਜ਼ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ, ਅਤੇ ਕੈਂਸਰ ਰਿਸਰਚ ਯੂ ਕੇ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਕੇਅਰ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਰਿਸਰਚ ਗਰੁਪ ਦੀ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਮਦਦ ਨਾਲ, ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ।

CANCER RESEARCH UK

© ਕ੍ਰਾਊਨ ਕਾਪੀਰਾਈਟ 2006
ਸੀ ਓ ਆਈ ਨੇ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਆੱਫ਼ ਹੈਲਥ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ।
ਆਖ਼ਰੀ ਸੋਧ 2006

ਇਸ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਵਿਚ ਦੱਸੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਨੂੰ ਨਿਜੀ ਵਰਤੋਂ ਜਾਂ ਸੰਸਥਾ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਇਜਾਜ਼ਤ ਲਏ ਬਿਨਾਂ ਜਾਂ ਪੈਸੇ ਦਿੱਤੇ ਬਿਨਾਂ ਛਾਪਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਪਰਚਾ 272856/ਬ੍ਰੈਸਟ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ (Breast Screening 272856) ਮੰਗ ਕਰਨ 'ਤੇ ਬ੍ਰੇਲ ਵਿਚ, ਆੱਡੀਓ ਟੇਪ 'ਤੇ ਅਤੇ ਵੱਡੇ ਅੱਖਰਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਨੂੰ ਹੋਰ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਇਸ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਪੜ੍ਹਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ -
www.cancerscreening.nhs.uk/breastscreen/publications/ia-02.html

www.cancerscreening.nhs.uk