ਐਨ ਐਚ ਐਸ (NHS)

ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ

ਨਿਰਣਾ ਕਰਨ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਲਈ

Punjabi

ਛਾਤੀਆਂ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ? 2

ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਸਕਰ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ? 3

ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਸਕਰ੍ਰੀਨਿੰਗ ਦੇ ਨਤੀਜੇ 6

ਚੋਣ ਕਰਨਾ - ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਸਕਰ੍ਰੀਨਿੰਗ ਦੇ ਸੰਭਾਵਤ ਲਾਭ ਅਤੇ ਜੋਖਮ 9

ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਲੱਛਣ ਕਿਹੜੇ ਹਨ? 12

ਜੇ ਮੈਂ ਕੋਈ ਸੁਆਲ ਪੁੱਛਣਾ ਹੋਏ ਤਾਂ ਮੈਂ ਕਿਸ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਾਂ? 13

ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕਰਵਾਉਣਾ ਜਾਂ ਨਾ ਕਰਵਾਉਣਾ ਤੁਹਾਡੀ ਮਰਜੀ ਹੈ। ਇਹ ਪਰਚਾ ਇਸ ਸਬੰਧ ਵਿਚ ਨਿਰਣਾ ਕਰਨ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਐਨ ਐਚ ਐਸ (NHS) ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਿਉਂ ਕਰਦੀ ਹੈ?

ਐਨ ਐਚ ਐਸ (NHS) ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀਆਂ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰਾਂ ਨੂੰ ਜਦੋਂ ਉਹ ਦੇਖੇ ਜਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਲਈ ਬਹੁਤ ਛੋਟੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਉਸ ਸਮੇਂ ਉਨਹ੍ਹਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾ ਕੇ ਅਜਿਹਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਤੁਹਾਨੂੰ ਛਾਤੀਆਂ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਦੇ ਕੁਝ ਜੋਖਮ ਹਨ। ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕਰਵਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕੁਝ ਔਰਤਾਂ ਵਿਚ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਅਜਿਹੇ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗੇਗਾ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਜਿਸਦਾ ਵੈਸੇ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗਣਾ ਸੀ, ਜਾਂ ਉਸ ਨਾਲ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਕੋਈ ਨੁਕਸਾਨ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਸੀ।

ਮੈਨੂੰ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਲਈ ਕਿਉਂ ਬੁਲਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ?

50 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਹਰ 3 ਸਾਲ ਬਾਅਦ ਉਨਹ੍ਹਾਂ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ 71ਵੇਂ ਸਾਲ ਤੱਕ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਲਈ ਸੱਦਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਆਪਣਾ ਪਹਿਲਾ ਸੱਦਾ 50ਵੇਂ ਸਾਲ ਅਤੇ 53ਵੇਂ ਜਨਮਦਿਨ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਕਿਸੇ ਸਮੇਂ ਭੇਜਦੇ ਹਾਂ। ਵੱਖ-ਵੱਖ ਉਮਰ ਸਮੂਹ ਵਾਲੀਆਂ ਕੁਝ ਵੱਧ ਅਤੇ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਦੇ ਅਧਿਐਨ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵੱਜੋ ਸੱਦਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ 71 ਸਾਲ ਜਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੈ, ਤੁਸੀਂ ਤਾਂ ਵੀ ਛਾਤੀਆਂ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦੇ ਜੋਖਮ ਤੇ ਹੋ। ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ 71ਵੇਂ ਜਨਮਦਿਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਦੇ ਸੱਦੇ ਸੁਤੇ-ਸਿਧ ਪਰ੍ਾਪਤ ਨਹੀਂ ਕਰੋਗੇ, ਤੁਸੀਂ ਫਿਰ ਵੀ ਹਰ 3 ਸਾਲ ਬਾਅਦ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੁਲਾਕਾਤ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਦੇ ਯੂਨਿਟ ਨੂੰ ਕਹਿਣਾ ਪਵੇਗਾ।

ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਸਥਾਨਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਦੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਬਾਰੇ ਬਾਰੇ ਯਾਦ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਐਸ ਐਮ ਐਸ (SMS) (ਟੈਕਸਟ) ਭੇਜ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਛਾਤੀਆਂ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਛਾਤੀਆਂ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਉਸ ਸਮੇਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਛਾਤੀਆਂ ਵਿਚਲੇ ਸੈੱਲ ਅਨਿਯੰਤ੍ਰਿਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਵੱਧਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਕ ਗੱਠ (ਜਿਸਨੂੰ ਕਿ ਟਿਊਮਰ ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ) ਬਣਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਜਿਵੇਂ-ਜਿਵੇਂ ਕੈਂਸਰ ਵੱਧਦਾ ਹੈ, ਸੈੱਲ ਸਰੀਰ ਦੇ ਦੂਜੇ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿਚ ਫੈਲ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਜੀਵਨ-ਖਤਰੇ ਵਿਚ ਪਾਉਣ ਵਾਲਾ ਵਰਤਾਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਛਾਤੀਆਂ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਯੂ ਕੇ (UK) ਵਿਚ ਪਾਈ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਕਿਸਮ ਹੈ। ਯੂ ਕੇ (UK) ਵਿਚ ਹਰ ਸਾਲ ਤਕਰੀਬਨ 12,000 ਔਰਤਾਂ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਨਾਲ ਮਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਜੀਉਂਦਾ ਨਿਕਲਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਵੱਧ ਰਹੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਹੁਣ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਨਾਲ ਗ੍ਰਸਤ 4 ਔਰਤਾਂ ਵਿਚੋਂ 3 ਔਰਤਾਂ 10 ਸਾਲ ਬਾਅਦ ਤੱਕ ਜੀਵਤ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਜਿਵੇਂ-ਜਿਵੇਂ ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ ਵੱਧਦੀ ਹੈ, ਛਾਤੀਆਂ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦਾ ਤੁਹਾਡਾ ਜੋਖਮ ਵੱਧਦਾ ਹੈ। ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ 5 ਕੈਂਸਰਾਂ ਵਿਚੋਂ ਤਕਰੀਬਨ 4 ਕੈਂਸਰ 50 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਵਿਚ ਪਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਵਾਲੀਆਂ ਬਹੁਤੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਵਿਚ ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਕੋਈ ਪਰਿਵਾਰਕ ਪਿਛੋਕੜ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?

ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਇਕ ਐਕਸ-ਰੇਅ ਟੈਸਟ ਜਿਸਨੂੰ ਮੈਮੋਗਰ੍ਾਮ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਲਈ ਛਾਤੀਆਂ ਜਾਂਚਣ ਲਈ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਅਜਿਹੇ ਕੈਂਸਰਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਲੱਭ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੋ ਦੇਖੇ ਜਾਣ ਲਈ ਜਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਲਈ ਬਹੁਤ ਛੋਟੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਜੇ ਮੈਂ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕਰਵਾਉਣਾ ਚੁਣਦੀ ਹਾਂ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕਰਵਾਉਣ ਵਾਲੇ ਯੂਨਿਟ ਵਿਖੇ ਪਹੁੰਚਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਅਮਲਾ ਤੁਹਾਡੇ ਵੇਰਵਿਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਛਾਤੀਆਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਕਿਸੇ ਤਰਹ੍ਾਂ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹੋਣ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੇਗਾ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਤਰਹ੍ਾਂ ਦੇ ਪਰ੍ਸ਼ਨ ਪੁੱਛਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਪੁੱਛ ਲਵੋ।

ਮੈਮੋਗਰ੍ਾਮਜ਼ ਨੂੰ ਮੈਮੋਗਰ੍ਾਫਰਜ਼ ਵੱਜੋਂ ਜਾਣੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮੈਮੋਗਰ੍ਾਫਰ ਦੱਸੇਗੀ ਪਹਿਲਾਂ ਦੱਸੇਗੀ ਕਿ ਅੱਗੇ ਕੀ ਵਾਪਰੇਗਾ। ਇਸ ਦੇ ਬਾਅਦ ਉਹ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਨੂੰ ਮੈਮੋਗਰ੍ਾਮ ਮਸ਼ੀਨ ਦੇ ਉੱਪਰ ਰੱਖ ਦੇਵੇਗੀ ਅਤੇ ਇਨਹ੍ਾਂ ਨੂੰ ਪੱਧਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਇਨਹ੍ਾਂ ਉੱਪਰ ਇਕ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੀ ਪਲੇਟ ਰੱਖ ਦੇਵੇਗੀ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਨੂੰ ਸਥਿਰ ਰੱਖਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਨਾਲ ਸਾਫ ਐਕਸ-ਰੇਅ ਆਉਂਦੇ ਹਨ।

ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਮੈਮੋਗਰ੍ਾਫਰ ਹਰੇਕ ਛਾਤੀ ਦੇ ਦੋ ਐਕਸ-ਰੇਅ ਲਵੇਗੀ-ਇਕ ਉੱਪਰ ਵਾਲੇ ਪਾਸੇ ਤੋਂ ਅਤੇ ਇਕ ਪਾਸੇ ਤੋਂ। ਜਦੋਂ ਐਕਸ-ਰੇਅ ਲਏ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋਣਗੇ, ਉਹ ਇਕ ਸਕ੍ਰੀਨ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਚਲੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਰ ਐਕਸ-ਰੇਅ ਲਈ ਕੁਝ ਸੈਕਿੰਡ ਤੱਕ ਸਥਿਰ ਰਹਿਣਾ ਪਵੇਗਾ।

ਪੂਰੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਵਿਚ ਅੱਧੇ ਘੰਟੇ ਤੋਂ ਘੱਟ ਸਮਾਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮੈਮੋਗਰ੍ਾਮ ਕਰਨ ਲਈ ਕੁਝ ਮਿਨਟ ਲੱਗਦੇ ਹਨ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੁੱਛਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਕਲੀਨਿਕਲ ਪਰਖ ਵਿਚ ਭਾਗ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ

ਇਹ ਚਿਕਿਤਸਾ ਦੇ ਖੇਤਰ ਦੇ ਖੋਜ ਅਧਿਐਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੇ ਗਈ ਕੋਈ ਵੀ ਪਰਖ, ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਟੈਸਟਾਂ ਅਤੇ ਇਲਾਜਾਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਇਕੱਠੀ ਕਰੇਗੀ ਤਾਂ ਜੋ ਅਸੀਂ ਭਵਿੱਖ ਵਿਚ ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਹੋਰ ਪਰ੍ਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕੀਏ। ਤੁਸੀਂ ਭਾਗ ਲੈਣਾ ਜਾਂ ਭਾਗ ਨਾ ਲੈਣਾ ਚੁਣ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਆਪਣੇ ਮੈਮੋਗਰ੍ਾਮ ਲਈ ਤਿਆਰੀ ਕਰਨੀ

ਮੈਮੋਗਰ੍ਾਮ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਕਮਰ ਤੱਕ ਕੱਪੜੇ ਉਤਾਰਨੇ ਪੈਣਗੇ। ਇਸ ਕਰਕੇ ਪੂਰੇ ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਨਣ ਨਾਲੋਂ ਸਕਰਟ ਜਾਂ ਪੈਂਟ ਨੂੰ ਪਹਿਨਣਾ ਜਿਆਦਾ ਠੀਕ ਹੋਵੇਗਾ।

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਪਰੇ੍ ਡਿਓਡਰੈਂਟ ਜਾਂ ਟੈਲਕਮ ਪਾਊਡਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਮੈਮੋਗਰ੍ਾਮ ਵਿਚ ਨਜਰ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀ ਰੋਲ-ਆਨ ਡਿਓਡਰੈਂਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਮੈਮੋਗਰ੍ਾਮ ਨੂੰ ਕਰਵਾਉਣਾ ਕਿਸ ਤਰਹ੍ਾਂ ਦਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਮੈਮੋਗਰ੍ਾਮ ਕਰਵਾਉਣਾ ਬੇਆਰਾਮੀ ਵਾਲਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਕੁਝ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਦਰਦਾਇਕ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰਹ੍ਾਂ ਦਾ ਦਰਦ ਜਲਦੀ ਚਲਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਵਿਚੋਂ ਕੁਝ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਸਕਰ੍ੀਨਿੰਗ ਦੇ ਯੂਨਿਟ ਵਿਖੇ ਆਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਫੋਨ ਕਰੋ:

- **ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਤਰਹ੍ਾਂ ਦੀ ਸਰੀਰਕ ਅਸਮਰੱਥਤਾ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੌੜਹ੍ੀਆਂ ਚੜਹ੍ਨਾ ਔਖਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ,** ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਡਾ ਸਕਰ੍ੀਨਿੰਗ ਯੂਨਿਟ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕਿਸੇ ਤਰਹ੍ਾਂ ਦੇ ਲੋੜੀਂਦੇ ਬਦਲਾਵ ਕਰ ਸਕੇ੫

- **ਤੁਸੀ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਇੰਪਲਾਂਟ ਲਗਵਾਏ ਹਨ -** ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਤੁਸੀ ਮੈਮੋਗਰ੍ਾਮ ਕਰਵਾ ਸਕੋਗੇ ਪਰ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਕਰ੍ੀਨਿੰਗ ਦੇ ਅਮਲੇ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਦੱਸ ਦਿਓ

- **ਤੁਸੀ ਪਿਛਲੇ 6 ਮਹੀਨੇ ਤੋਂ ਘੱਟ ਸਮਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮੈਮੋਗਰ੍ਾਮ ਕਰਵਾਇਆ ਸੀ**, ਜਾਂ ਤੁਸੀ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ ਜਾਂ ਛਾਤੀਆਂ ਦਾ ਦੁੱਧ ਪਿਲਾ ਰਹੇ ਹੋ, ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਸਕਰ੍ੀਨਿੰਗ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਪਾਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਸਕਰ੍ਹੀਨਿੰਗ ਦੇ ਨਤੀਜੇ

ਤੁਸੀ ਆਪਣੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੇ 2 ਹਫਤਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਆਪਣੀ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਸਕਰ੍ਹੀਨਿੰਗ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਇਕ ਪੱਤਰ ਪਰ੍ਹਾਪਤ ਕਰੋਗੇ। ਇਹ ਨਤੀਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਜੀ ਪੀ (GP) ਨੂੰ ਵੀ ਭੇਜੇ ਜਾਣਗੇ।

ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਨਤੀਜਾ ਪਰ੍ਹਾਪਤ ਕਰਨ ਤੋ ਪਹਿਲਾਂ ਇਕ ਵਾਰ ਹੋਰ ਮੈਮੋਗਰ੍ਹਾਮ ਕਰਵਾਉਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਵਾਰ ਤਕਨੀਕੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਮੈਮੋਗਰ੍ਹਾਮ ਪੜ੍ਹਨਯੋਗ ਸਫਾਈ ਵਿਚ ਨਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਅਜਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਸਾਫ ਫੋਟੋ ਲੈਣ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਕ ਵਾਰ ਹੋਰ ਮੈਮੋਗਰ੍ਹਾਮ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਅਧਿਕਤਰ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਸਧਾਰਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਸਕਰ੍ਹੀਨ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਰ 100 ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਮੈਮੋਗਰ੍ਹਾਮ 96 ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਵਿਚ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਤਰਹ੍ਹਾਂ ਦੇ ਲੱਛਣ ਨਹੀ ਦਿਖਾਏਗਾ - ਇਹ ਸਧਾਰਣ ਨਤੀਜਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਮੈਮੋਗਰ੍ਹਾਮ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀਆਂ ਅਵਧੀਆਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਵੀ ਕੈਂਸਰ ਵਿਕਸਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨਾ ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਜੇ ਤੁਸੀ ਕੋਈ ਅਸਧਾਰਣ ਚੀਜ ਦੇਖਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਸਿੱਧੇ ਆਪਣੇ ਜੀ ਪੀ (GP) ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰੋ।

ਕੁਝ ਔਰਤਾਂ ਜਿਨਹ੍ਹਾਂ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਅਸਧਾਰਣ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਨੂੰ ਹੋਰ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਜਰੂਰਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ

ਕਿਉਂਕਿ ਨਤੀਜੇ ਅਸਧਾਰਣ ਪਰ੍ਹਤੀਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਇਸ ਕਰਕੇ ਨਤੀਜੇ ਬਾਰੇ ਸੂਚਿਤ ਕਰਦਾ ਪੱਤਰ ਹੋਰ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਜਰੂਰਤ ਬਾਰੇ ਦੱਸ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹਰ 100 ਵਿਚੋ ਤਕਰੀਬਨ 4 ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਸਕਰ੍ਹੀਨਿੰਗ ਦੇ ਬਾਅਦ ਹੋਰ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਦੁਬਾਰਾ ਆਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਨਹ੍ਹਾਂ 4 ਔਰਤਾਂ ਵਿਚੋ 1 ਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣਾ ਪਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਬਾਕੀਆਂ ਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਨਹੀ ਹੋਵੇਗਾ ਅਤੇ ਉਹ ਹਰ 3 ਸਾਲ ਬਾਅਦ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਸਕਰ੍ਹੀਨਿੰਗ ਦੇ ਲਈ ਸੱਦਾ ਪਰ੍ਹਾਪਤ ਕਰਨਗੀਆਂ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਟੈਸਟਾਂ ਲਈ ਵਾਪਸ ਬੁਲਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਹੋਰ ਮੈਮੋਗਰ੍ਹਾਮ ਅਤੇ ਅਲਟਰਾਸਾਊਂਡ ਸਕੈਨ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੀ ਬਾਇਓਪਸੀ ਵੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਿਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸੂਖਮਦਰਸੀ ਹੇਠਾਂ ਜਾਂਚਣ ਦੇ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਵਿਚੋ ਸੂਈ ਦੇ ਨਾਲ ਇਕ ਨਮੂਨਾ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਤੀਜੇ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਇਕ ਹਫਤੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਮਿਲ ਜਾਣਗੇ।

ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕਰਵਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ 100 ਔਰਤਾਂ ਨਾਲ ਹਰ ਵਾਰ ਕੀ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਚ ਛਾਤੀਆਂ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਜਾਂ ਤਾਂ ਫੈਲਣ ਵਾਲਾ ਹੋਵੇਗਾ ਜਾਂ ਨਾ-ਫੈਲਣ ਵਾਲਾ ਹੋਵੇਗਾ

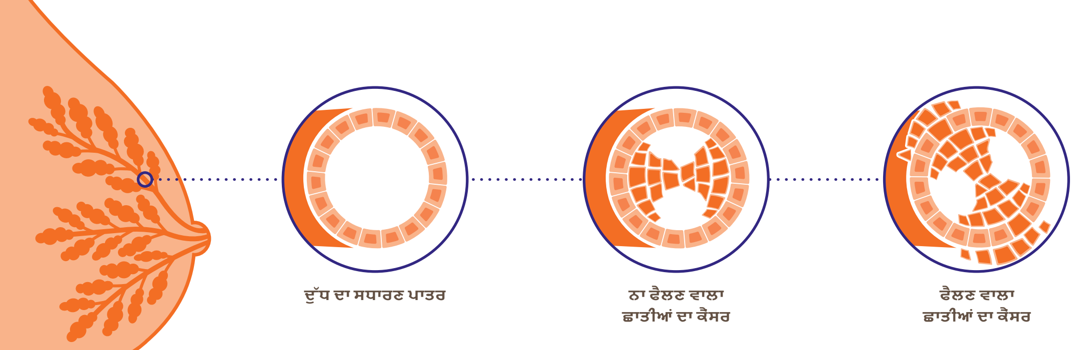
ਨਾ-ਫੈਲਣ ਵਾਲਾ ਛਾਤੀਆਂ ਦਾ ਕੈਂਸਰ

ਸਕਰ੍ਰੀਨਿੰਗ ਦੇ ਰਾਹੀਂ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਨਾਲ ਗਰ੍ਸਤ ਪਾਈਆਂ ਗਈਆਂ ਹਰ 5 ਔਰਤਾਂ ਵਿਚੋਂ 1 ਵਿਚ ਨਾ-ਫੈਲਣ ਵਾਲਾ ਕੈਂਸਰ ਹੋਏਗਾ। ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੋਏਗਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਵਿਚ ਕੈਂਸਰ ਸੈੱਲ ਪਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਪਰ ਇਹ ਕੇਵਲ ਦੁੱਧ ਦੇ ਪਾਤਰਾਂ (ਟਿਊਬਾਂ) ਵਿਚ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਹੋਰ ਅੱਗੇ ਨਹੀਂ ਫੈਲਿਆ ਹੈ। ਇਸਨੂੰ ਡੱਕਟਲ ਕਾਰਸੀਨੋਮਾ ਇਨ ਸੀਟੂ (ਡੀ ਸੀ ਆਈ ਐਸ) (ductal carcinoma in situ, DCIS) ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਵਿਚ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਸੈੱਲ ਪਾਤਰਾਂ ਦੇ ਵਿਚ ਹੀ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਹੋਰਾਂ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਵਿਚ ਇਹ ਭਵਿੱਖ ਵਿਚ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਲੱਗਦੇ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿਚ ਵੱਧ (ਦਾਖਲ ਹੋ) ਜਾਣਗੇ।

ਡਾਕਟਰ ਇਹ ਨਹੀਂ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਕਿ ਨਾ-ਫੈਲਣ ਵਾਲੇ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਨਾਲ ਲੱਗਦੀ ਛਾਤੀ ਵਿਚ ਫੈਲਣਗੇ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।

ਫੈਲਣ ਵਾਲਾ ਛਾਤੀਆਂ ਦਾ ਕੈਂਸਰ

ਸਕਰ੍ਰੀਨਿੰਗ ਦੇ ਰਾਹੀਂ ਕੈਂਸਰ ਨਾਲ ਗਰ੍ਸਤ ਪਾਈਆਂ ਗਈਆਂ ਹਰ 5 ਔਰਤਾਂ ਵਿਚੋਂ 4 ਵਿਚ ਫੈਲਣ ਵਾਲਾ ਕੈਂਸਰ ਹੋਏਗਾ। ਇਹ ਅਜਿਹਾ ਕੈਂਸਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਦੁੱਧ ਦੇ ਪਾਤਰਾਂ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਨਾਲ ਲੱਗਦੀ ਛਾਤੀ ਵਿਚ ਫੈਲ ਗਿਆ ਹੈ। ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਫੈਲਣ ਵਾਲੇ ਬਹੁਤੇ ਕੈਂਸਰਾਂ ਦਾ ਜੇ ਇਲਾਜ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਤਾਂ ਇਹ ਸਰੀਰ ਦੇ ਹੋਰ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿਚ ਫੈਲ ਜਾਣਗੇ।



ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਇਲਾਜ

ਚਾਹੇ ਇਹ ਫੈਲਣ ਵਾਲਾ ਕੈਂਸਰ ਜਾਂ ਨਾ-ਫੈਲਣ ਵਾਲਾ ਕੈਂਸਰ ਹੋਏ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਮਾਹਰਾਂ ਦੀ ਇਕ ਟੀਮ ਤੋਂ ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਇਸ ਇਲਾਜ ਦੇ ਵਿਚ ਸਰਜਰੀ (ਮੈਸਟੈਕਟੋਮੀ, ਛਾਤੀਆਂ ਨੂੰ ਸਰਜਰੀ ਨਾਲ ਹਟਾਉਣਾ), ਰੇਡਿਓਥੈਰੇਪੀ, ਹਾਰਮੋਨ ਥੈਰੇਪੀ ਅਤੇ ਸੰਭਾਵਿਤ ਰੂਪ ਵਿਚ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ। ਇਨਹ੍ਹਾਂ ਇਲਾਜਾਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਦੀਰਘ-ਕਾਲੀਨ ਗੌਣ ਪਰ੍ਭਾਵ ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਚੋਣ ਕਰਨਾ: ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਦੇ ਸੰਭਾਵਤ ਲਾਭ ਅਤੇ ਜੋਖਮ

ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਮਰਜੀ ਹੈ ਕਿ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਕ ਕਰਵਾਉਣੀ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ। ਔਰਤਾਂ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕਰਵਾਉਣਾ ਜਾਂ ਨਾ ਕਰਵਾਉਣਾ ਕਿਉਂ ਚੁਣਦੀਆਂ ਹਨ ਇਸਦੇ ਪਿੱਛੇ ਕਈ ਕਾਰਨ ਹਨ। ਨਿਰਣਾ ਕਰਨ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ, ਅਸੀਂ ਸੰਭਾਵਤ ਲਾਭਾਂ ਅਤੇ ਜੋਖਮਾਂ ਦੇ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤੀ ਹੈ।

ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀਆਂ ਬਚਾਉਂਦੀ ਹੈ।
ਜ਼ਿੰਦਗੀਆਂ ਨੂੰ ਬਚਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਕੈਂਸਰਾਂ ਦਾ ਉਸ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪਤਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਬਿਨਾਂ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਦੀ ਹਾਲਤ ਲੱਗਣਾ ਸੀ।

ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਦੇ ਵਿਚ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਅਜਿਹੇ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸਨੇ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਕਦੇ ਨੁਕਸਾਨ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚਾਉਣਾ ਸੀ
ਕੁਝ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਵਿਚ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਅਜਿਹੇ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਦਾ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸਦਾ ਵੈਸੇ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗਣਾ ਸੀ ਅਤੇ ਜਿਸਨੇ ਜੀਵਨ ਜੋਖਮ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਪਾਉਣਾ ਸੀ। ਇਹ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਦਾ ਮੁੱਖ ਜੋਖਮ ਹੈ।

ਡਾਕਟਰ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਇਹ ਨਹੀਂ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਕਿ ਪਤਾ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ ਕੈਂਸਰ ਜੀਵਨ-ਜੋਖਮ ਵਿਚ ਪਾਉਣ ਵਾਲਾ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਉਹ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਨਾਲ ਗ੍ਰਸਤ ਪਾਈਆਂ ਗਈਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਇਲਾਜ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕੁਝ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਇਲਾਜ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਚਾਹੀਦਾ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਦੇ ਸੰਭਾਵਤ ਲਾਭਾਂ ਅਤੇ ਜੋਖਮਾਂ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਕਰਨੀ

ਇਸ ਬਾਰੇ ਵਾਦ-ਵਿਵਾਦ ਹੈ ਕਿ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਦੇ ਰਾਹੀ ਕਿੰਨੀਆਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀਆਂ ਬਚਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸ ਤਰਹ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਕਿੰਨੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਵਿਚ ਅਜਿਹਾ ਕੈਂਸਰ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਕਦੇ ਵੀ ਜੀਵਨ-ਜੋਖਮ ਵਿਚ ਪਾਉਣ ਵਾਲਾ ਨਹੀ ਹੋਣਾ ਸੀ। ਅਗਲੇ ਸਫੇ ਤੇ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਅੰਕ ਸਬੂਤਾਂ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਮਾਹਰਾਂ ਦੇ ਇਕ ਸਮੂਹ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਅਨੁਮਾਨ ਹਨ।

ਜ਼ਿੰਦਗੀਆਂ ਨੂੰ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਤੋ ਬਚਾਉਣਾ
ਸਕਰ੍ਰੀਨਿੰਗ, ਸਕਰ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਰ 200 ਔਰਤਾਂ ਵਿਚੋਂ ਤਕਰੀਬਨ 1 ਔਰਤ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਤੋ ਬਚਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤਰਹ੍ਹਾਂ ਯੂ ਕੇ (UK) ਵਿਚ ਹਰ ਸਾਲ ਤਕਰੀਬਨ 1300 ਜ਼ਿੰਦਗੀਆਂ ਨੂੰ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਤੋ ਬਚਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਅਜਿਹੇ ਕੈਂਸਰਾਂ ਨੂੰ ਲੱਭਣਾ ਜਿਸਦਾ ਔਰਤ ਨੂੰ ਕਦੇ ਨੁਕਸਾਨ ਨਹੀ ਹੋਣਾ ਸੀ
50 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋ ਉਨਹ੍ਹਾਂ ਦੇ 71ਵੇਂ ਜਨਮ ਦਿਨ ਤੱਕ ਹਰ 3 ਸਾਲ ਬਾਅਦ ਸਕਰ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਰ 200 ਔਰਤਾਂ ਵਿਚੋਂ 3 ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਅਜਿਹੇ ਕੈਂਸਰ ਨਾਲ ਗਰ੍ਸਤ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸਨੂੰ ਸਕਰ੍ਰੀਨਿੰਗ ਦੇ ਬਿਨਾਂ ਨਹੀ ਲੱਭਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਸੀ ਅਤੇ ਜਿਸਨੇ ਕਦੇ ਵੀ ਜੀਵਨ-ਜੋਖਮ ਵਿਚ ਪਾਉਣ ਵਾਲਾ ਨਹੀ ਬਣਨਾ ਸੀ। ਇਸ ਤਰਹ੍ਹਾਂ ਯੂ ਕੇ (UK) ਵਿਚ ਹਰ ਸਾਲ ਤਕਰੀਬਨ 4,000 ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਅਜਿਹੇ ਇਲਾਜ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜੋ ਉਨਹ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਚਾਹੀਦਾ ਨਹੀ ਸੀ।

ਕੁੱਲ ਮਿਲਾ ਕੇ ਹਰ 1 ਔਰਤ ਜਿਸਦਾ ਜੀਵਨ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਤੋ ਬਚਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਦੇ ਲਈ ਤਕਰੀਬਨ 3 ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਅਜਿਹੇ ਕੈਂਸਰ ਨਾਲ ਗਰ੍ਸਤ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸਨੇ ਕਦੇ ਵੀ ਜੀਵਨ-ਜੋਖਮ ਵਿਚ ਪਾਉਣ ਵਾਲਾ ਨਹੀ ਬਣਨਾ ਸੀ।

ਖੋਜਾਰਥੀ ਇਸ ਬਾਰੇ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕੇ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਜੋ ਇਹ ਦੱਸੇ ਕਿ ਕਿਸ ਔਰਤ ਨੂੰ ਛਾਤੀਆਂ ਦਾ ਅਜਿਹਾ ਕੈਂਸਰ ਹੋਏਗਾ ਜੋ ਜਵੀਨ ਜੋਖਮ ਵਿਚ ਪਾਉਣ ਵਾਲਾ ਹੋਏਗਾ ਅਤੇ ਕਿਸ ਔਰਤ ਨੂੰ ਅਜਿਹਾ ਕੈਂਸਰ ਹੋਏਗਾ ਜੋ ਜੀਵਨ ਜੋਖਮ ਵਿਚ ਨਹੀ ਪਾਵੇਗਾ।

ਕੀ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਸਕਰ੍ਰੀਨਿੰਗ ਦੇ ਹੋਰ ਜੋਖਮ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ?

ਬਹੁਤੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਜਿਨਹ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਕਰ੍ਰੀਨਿੰਗ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਅਸਧਾਰਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਉਨਹ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਚ ਛਾਤੀਆਂ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਨਹੀ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਔਰਤਾਂ ਬੇਲੋੜੀ ਚਿੰਤਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਕੁਝ ਔਰਤਾਂ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਕੁਝ ਵਾਰ ਉਨਹ੍ਹਾਂ ਦੀ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਕਰਨ ਦੀ ਉਨਹ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਨੂੰ ਪਰ੍ਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਐਕਸ-ਰੇਆਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦੀ ਦੁਰਲੱਭ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। 20 ਸਾਲ ਦੇ ਲਈ ਹਰ 3 ਸਾਲ ਬਾਅਦ ਮੈਮੋਗਰ੍ਾਮ ਕਰਵਾਉਣਾ ਇਕ ਔਰਤ ਦੇ ਜੀਵਨ ਕਾਲ ਵਿਚ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਹਲਕਾ ਜਿਹਾ ਵਧਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਮੈਮੋਗਰ੍ਾਮ ਹਰ ਤਰਹ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਪਤਾ ਨਹੀ ਲਗਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਵਾਰ ਕੈਂਸਰਾਂ ਨੂੰ ਮੈਮੋਗਰ੍ਾਮ ਉੱਪਰ ਨਹੀ ਦੇਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ, ਅਤੇ ਕਈ ਵਾਰ ਮੈਮੋਗਰ੍ਾਮ ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਐਕਸ-ਰੇਅ ਦੇ ਵਿਚ ਖੁੰਝ ਜਾਣਗੇ। ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਵਿਚ ਸਕਰ੍ਰੀਨਿੰਗ ਦੀਆਂ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰਲੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਵੀ ਬਦਲਾਵ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ ਇਸ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੀ ਸਧਾਰਣ ਹੈ ਇਹ ਜਾਂਚਣ ਲਈ ਆਪਣੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਨਿਯਮਤ ਜਾਂਚ

ਕਰਨੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਤਰਹ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਹਨ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਜੀ ਪੀ (GP) ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਲੱਛਣ ਕੀ ਹਨ?

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਪਤਾ ਲੱਗ ਜਾਵੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਕਿਸ ਤਰਹ੍ਾਂ ਦੀਆਂ ਨਜਰ ਆਉਂਦੀਆਂ ਅਤੇ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਤਰਹ੍ਾਂ ਦੇ ਲੱਛਣ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਜਿਆਦਾ ਹੋਵੇਗੀ। ਜੇ ਤੁਸੀ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਸਕਰ੍ੀਨਿੰਗ ਲਈ ਗਏ ਹੋ ਇਹ ਤਾਂ ਵੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਓ:

- ਛਾਤੀ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਤਰਹ੍ਾਂ ਦੀ ਗੱਠ ਜਾਂ ਮੋਟਾਪਣ
- ਨਿਪਲ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਤਰਹ੍ਾਂ ਦਾ ਬਦਲਾਵ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਨਿਪਲ ਛਾਤੀ ਵੱਲ ਵਾਪਸ ਨੂੰ ਮੁੜਿਆ ਹੋਵੇ, ਜਾਂ ਇਸਦਾ ਆਕਾਰ ਬਦਲਿਆ ਹੋਵੇ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਤਰਹ੍ਾਂ ਦਾ ਧੱਫੜ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਨਿਪਲ ਲਾਲ ਜਾਂ ਛਿਲਕੇਦਾਰ ਨਜਰ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਖੂਨ ਜਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਤਰਲ ਨਿਪਲ ਦੇ ਵਿਚੋਂ ਵੱਗਣਾ
- ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣ ਜਾਂ ਦਿੱਖ ਵਿਚ ਬਦਲਾਵ। ਇਹ ਭਾਰਾ, ਨਿੱਘਾ ਜਾਂ ਅਸਮਤਲ ਨਜਰ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਚਮੜੀ ਤੇ ਡਿੰਪਲ ਨਜਰ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਛਾਤੀਆਂ ਦਾ ਆਕਾਰ ਅਤੇ ਬਣਤਰ ਬਦਲ ਸਕਦੇ ਹਨ
- ਛਾਤੀਆਂ ਜਾਂ ਕੱਛਾਂ ਵਿਚ ਦਰਦ ਜਾਂ ਬੇਆਰਾਮੀ
- ਕੱਛਾਂ ਵਿਚ ਸੋਜਸ ਜਾਂ ਗੱਠ

ਜੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਤਰਹ੍ਾਂ ਦੇ ਬਦਲਾਵ ਆਏ ਹਨ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਜੀ ਪੀ (GP) ਨਾਲ ਤੁਰੰਤ ਮੁਲਾਕਾਤ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਪਰ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਹੈ ਅਤੇ ਸੁਰੂਆਤੀ ਪੜਾਅ ਤੇ ਇਸਦਾ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਤੋ ਠੀਕ ਹੋਣ ਦੀ ਤੁਹਾਡੀ ਜਿਆਦਾ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ।

ਸਕਰ੍ੀਨਿੰਗ ਦੇ ਬਾਅਦ ਮੇਰੇ ਮੈਮੋਗਰ੍ਾਮਜ ਦਾ ਕੀ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?

ਐਨ ਐਚ ਐਸ (NHS) ਬਰੈ੍ਸਟ ਸਕਰ੍ੀਨਿੰਗ ਪਰੋ੍ਗਰ੍ਾਮ ਤੁਹਾਡੇ ਮੈਮੋਗਰ੍ਾਮਜ ਨੂੰ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 8 ਸਾਲ ਲਈ ਸੰਭਾਲ ਕੇ ਰੱਖੇਗਾ। ਇਨਹ੍ਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਸੇਵਾ ਜਿੰਨੀ ਜਿਆਦਾ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਓਨੀ ਵਧੀਆ ਹੈ, ਇਹ ਪਰੋ੍ਗਰ੍ਾਮ ਰਿਕਾਰਡਾਂ ਦੀ ਨਿਯਮਤ ਜਾਂਚ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇ ਹੋਰ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹੋ ਅਮਲਾ ਇਸ ਦੇ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਰਿਕਾਰਡਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਤੁਹਾਡੇ ਰਿਕਾਰਡਾਂ ਨੂੰ ਕੇਵਲ ਓਨਾ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਜਿਨਹ੍ਾਂ ਨੂੰ ਇਨਹ੍ਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਦੀ ਜਰੂਰਤ ਹੈ।

ਜੇ ਸਕਰ੍ੀਨਿੰਗਾਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰਲੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਚ ਛਾਤੀਆਂ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਅਸੀ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਸਕਰ੍ੀਨਿੰਗਾਂ ਦੇ ਪੁਰਾਣੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਾਂਗੇ। ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ। ਜੇ ਤੁਸੀ ਚਾਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀ ਇਸ ਸਮੀਖਿਆ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜੇ ਮੈਂ ਕੋਈ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੁੱਛਣੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਮੈਂ ਕਿਸ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਾਂ?

ਜੇ ਤੁਸੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਦੇ ਬਾਰੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੁੱਛਣੇ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਦੇ ਸਥਾਨਕ ਯੂਨਿਟ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਸੀ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕਰਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡਾ ਜੀ ਪੀ (GP) ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਕੱਠੇ ਮਿਲ ਕੇ ਤੁਸੀ ਤੁਹਾਡੇ ਨਿਰਣੇ ਲਈ ਸੰਭਾਵਿਤ ਲਾਭਾਂ ਅਤੇ ਜੋਖਮਾਂ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਦੇਖੋ:
www.nhs.uk/breast

ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਦੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਥਾਨਕ ਯੂਨਿਟ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਦੇਖੋ:
www.nhs.uk/breastscreening

ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਇੰਗਲੈਂਡ ਅਤੇ ਐਨ ਐਚ ਐਸ (NHS) ਤੁਹਾਡੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਿਵੇਂ ਕਰਦੇ ਹਨ ਪਤਾ ਕਰੋ:
www.gov.uk/phe/screening-data

ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਦੇ ਵਿਕਲਪ ਨੂੰ ਛੱਡਣ ਲਈ, ਦੇਖੋ:
www.gov.uk/phe/screening-opt-out

Corporate member of
Plain English Campaign
Committed to clearer communication
339

4Q

ਇਸ ਪਰਚੇ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਕਾਪੀਆਂ ਦੇ ਆਡਰ ਲਈ ਦੇਖੋ:
www.gov.uk/phe/screening-leaflets

ਇਸ ਪਰਚੇ ਦਾ ਮੋਟੀ ਛਪਾਈ ਵਾਲਾ ਸੰਸਕਰਣ ਇੱਥੇ ਮੌਜੂਦ ਹੈ:
www.gov.uk/government/publications/breast-screening-helping-women-decide

ਇਹ ਪਰਚਾ ਕਿੰਗ'ਜ ਹੈਲਥ ਪਾਰਟਰਨਜ (King's Health Partners) ਦੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਮਾਹਰਾਂ ਦੀ ਆਜਾਦਾਨਾ ਟੀਮ ਦੁਆਰਾ, ਕੈਂਸਰ ਰਿਸਰਚ ਯੂ ਕੇ (Cancer Research UK) ਤੋਂ ਪਰ੍ਹਾਪਤ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਲਿਖਤ ਸਹਾਇਤਾ ਨਾਲ ਵਿਕਸਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ।

ਇਕ ਜਨਤਕ ਸਲਾਹ-ਮਸਵਰੇ ਦੇ ਰਾਹੀਂ, ਐਨ ਐਚ ਐਸ (NHS) ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਸਕਰ੍ਹੀਨਿੰਗ ਪਰ੍ਹੋਗਰ੍ਹਾਮਾਂ ਦੇ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਨੂੰ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਲਈ 1000 ਤੋਂ ਵੱਧ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਇਆ।

ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਸੰਗਠਨਾਂ ਨੇ ਸਲਾਹ-ਮਸਵਰੇ ਵਿਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਇਆ: ਬੀਟਿੰਗ ਬੋਅਲ ਕੈਂਸਰ, ਬੀ ਐਮ ਈ (BME) ਕੈਂਸਰ ਕਮਿਊਨਿਟੀਜ, ਬੋਅਲ ਕੈਂਸਰ ਯੂ ਕੇ (UK), ਬਰ੍ਹੇਕਥਰੂ ਬਰ੍ਹੈਸਟ ਕੈਂਸਰ, ਬਰ੍ਹੈਸਟ ਕੈਂਸਰ ਕੈਂਪਨ, ਬਰ੍ਹੈਸਟ ਕੈਂਸਰ ਕੇਅਰ, ਕੈਂਸਰ ਰਿਸਰਚ ਯੂ ਕੇ (UK), ਇੰਡੀਪੈਂਡੈਂਟ ਕੈਂਸਰ ਪੇਸੈਂਟ'ਜ ਵਾਇਸ, ਜੋ'ਸ ਸਰਵਾਈਕਲ ਕੈਂਸਰ ਟਰੱਸਟ ਅਤੇ ਦਿ ਪੇਸੈਂਟ ਇਨਫਾਰਮੇਸਨ ਫੋਰਮ।

ਇਸ ਪਰਚੇ ਵਿਚ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੇ 25 ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਇਕ ਸਿਟੀਜਨ'ਜ ਜਿਊਰੀ ਦੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਸਕਰ੍ਹੀਨਿੰਗ ਦੇ ਸੰਭਾਵਤ ਲਾਭਾਂ ਅਤੇ ਜੋਖਮਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਤਰਹ੍ਹਾਂ ਪੇਸ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਸਬੰਧੀ ਸਿਫਾਰਸਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਹੈ।

ਉਤਪਾਦ ਦਾ ਕੋਡ: BSP01
ਪਹਿਲੀ ਪਰ੍ਹਕਾਸਨਾ: ਜੂਨ 2013
ਇਹ ਸੰਸਕਰਣ: ਜਨ 2019 (PN2126643)
ਸਮੀਖਿਆ ਦੀ ਤਾਰੀਖ: ਬਕਾਇਆ

CANCER RESEARCH UK

KING'S HEALTH PARTNERS

An Academic Health Sciences Centre for London

Pioneering better health for all