ਕੈਂਸਰ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ



ਕੈਂਸਰ ਇੱਕ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ, ਜੋ ਸਾਡੇ ਵਿੱਚੋਂ ਬਹੁਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਹਰ ਕੋਈ ਸਮਾਨ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਜਲਦੀ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣਾ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ – ਪਰ ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਇਸਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਵਧੇਰੇ ਰੁਕਾਵਟਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

ਸਨਰਾਈਜ਼ ਮਲਟੀਕਲਚਰਲ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਬੈਨਬਰੀ ਨੀਥਰੋਪ ਅਤੇ ਰਸਕੋਟ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਦੇ ਅਨੁਭਵਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਸੀ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਉਹ ਸਮਰਥਨ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਦੱਖਣੀ ਏਸ਼ੀਆਈ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਅਨੁਭਵਾਂ ਨੂੰ। ਹੈਲਥਵਾਚ ਆਕਸਫੋਰਡਸ਼ਾਇਰ ਦੇ ਸਮਰਥਨ ਨਾਲ, ਇੱਕ ਭਾਈਚਾਰਕ ਖੋਜ ਪਹੁੰਚ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਅਸੀਂ ਇਕੱਠੇ ਮਿਲਕੇ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਦੇ ਦੋ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਸਹਾਇਤਾ ਗਰੁੱਪ ਨਾਲ ਫੋਕਸ ਗਰੁੱਪ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤੇ। ਅਸੀਂ 20 ਔਰਤਾਂ ਤੋਂ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਜਾਂਚ, ਨਿਦਾਨ ਅਤੇ ਇਲਾਜ, ਅਤੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਦੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅਨੁਭਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ।

ਅਸੀਂ ਸੁਣਿਆ

ਕੁਝ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਰੁਕਾਵਟਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪਿਆ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ Gps (ਜਨਰਲ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ, General Practitioner), ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਅਤੇ ਹਸਪਤਾਲ ਦੀਆਂ ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਸਨ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟਾਂ ਲਈ ਲੰਮਾ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਅਤੇ ਫ਼ੋਨ ਦੁਆਰਾ ਆਪਣੇ GP ਅਭਿਆਸ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਸ਼ਾਮਲ ਸੀ।

ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦੋਭਾਸ਼ੀਏ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪਿਆ ਸੀ, ਜਿਸਦੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ਰੂਰਤ ਸੀ – ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਇੱਕ ਅਜਿਹੇ ਦੋਭਾਸ਼ੀਏ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ, ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਬੋਲੀ ਨਹੀਂ ਬੋਲਦਾ ਸੀ – ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਇਹ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮਦਦ ਲਈ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ।

ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਅਤੇ ਸਮਝ ਹੈ, ਜੋ ਅਕਸਰ ਦੋਸਤਾਂ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੇ ਅਨੁਭਵਾਂ ਦੇ ਅਧਾਰ ‘ਤੇ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟਾਂ 'ਤੇ ਜਾਣਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਭਾਵੇਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅਸਹਿਜ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਕੁਝ ਔਰਤਾਂ, ਪਰ ਸਾਰੀਆਂ ਨਹੀਂ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਦੀਆਂ ਸਨ ਕਿ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਕਿਉਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸੀ।

ਅਸੀਂ ਇਹ ਸੁਣਿਆ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰਤਾ ਨਾਲ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ, ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਜਿਹੇ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਚੰਗਾ ਸਮਰਥਨ ਮਿਲਦਾ ਸੀ, ਜੋ ਆਪਣੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਨੂੰ ਸਮਝਦੇ ਸਨ, ਤਾਂ ਇਸ ਨਾਲ ਕਾਫੀ ਫ਼ਰਕ ਪੈਂਦਾ ਸੀ।

> “ਮੇਰਾ ਡਾਕਟਰ ਮੇਰੀ ਭਾਸ਼ਾ ਬੋਲਦਾ ਹੈ ਪਰ ਜੇਕਰ ਮੈਨੂੰ ਕਿਸੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਪਵੇ, ਤਾਂ ਮੈਂ ਅਗਲੇ ਦਿਨ ਤੱਕ ਕੋਈ ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟ ਨਹੀਂ ਮਿਲ ਸਕੇਗੀ ਅਤੇ ਮੈਨੂੰ ਅਨੁਵਾਦ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਜਾਣਾ ਪਵੇਗਾ।”

> “ਮੇਰੀ ਇੱਕ ਚਚੇਰੀ ਭੈਣ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਲਈ ਜਾਣ ਤੋਂ ਘਬਰਾ ਰਹੀ ਸੀ, ਇਸ ਲਈ ਮੈਂ ਉਸਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਮੈਂ ਗਈ ਸੀ ਅਤੇ ਮੈਨੂੰ ਦਰਦ ਹੋਇਆ ਸੀ, ਪਰ ਮੈਂ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪੈਰਾਸੀਟਾਮੋਲ ਲੈਂਦੀ ਹਾਂ, ਅਤੇ ਇਹ ਜਾਂਚ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਤੁਹਾਡਾ ਇਲਾਜ ਕਰ ਸਕਣ।”

ਅੱਗੇ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

ਸਨਰਾਈਜ਼ ਮਲਟੀਕਲਚਰਲ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ, ਹੈਲਥਵਾਚ ਆਕਸਫੋਰਡਸ਼ਾਇਰ ਦੇ ਸਮਰਥਨ ਨਾਲ, ਰਿਪੋਰਟ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ – ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਛਾਤੀ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਨਰਸ ਦੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਗਰੁੱਪਾਂ ਨੂੰ ਅਨੁਵਾਦਿਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਲਬਧ ਕਰਵਾਉਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

ਇਹ ਰਿਪੋਰਟ ਆਕਸਫੋਰਡਸ਼ਾਇਰ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਫ਼ੈਸਲੇ ਲੈਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨਾਲ ਵੀ ਸਾਂਝੀ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਨਵੀਂ ਥੇਮਸ ਵੈਲੀ 10 ਸਾਲਾ ਕੈਂਸਰ ਰਣਨੀਤੀ ਨੂੰ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ।

ਅਕਤੂਬਰ 2025 ਵਿੱਚ, ਆਕਸਫੋਰਡ ਬ੍ਰੈਸਟ ਇਮੇਜਿੰਗ ਸੈਂਟਰ ਤੋਂ ਸੈਮ ਇਵਾਨਸ ਸਨਰਾਈਜ਼ ਮਲਟੀਕਲਚਰਲ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਮੰਗਲਵਾਰ ਨੂੰ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਗਰੁੱਪ ਨਾਲ ਛਾਤੀ ਦੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਆਏ। ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਜਾਂਚ ਅਤੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੇ ਗਏ ਕੁਝ ਸਵਾਲ ਅਤੇ ਜਵਾਬ ਇੱਥੇ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਹਨ:



ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਕੀ ਕਾਰਨ ਹਨ – ਕੀ ਇਹ ਜੈਨੇਟਿਕ ਹੈ?

7 ਵਿੱਚੋਂ 1 ਔਰਤ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਕਾਲ ਵਿੱਚ ਛਾਤੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਹੋਵੇਗਾ – ਇਸਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਵਾਲੀ ਸਭ ਵੱਡੀ ਵਜ੍ਹਾ ਹੈ, ਵਧਦੀ ਉਮਰ। ਇਹ ਜੈਨੇਟਿਕ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ – ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰ ਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ GP ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਲਈ ਜੈਨੇਟਿਕਸ ਕੋਲ ਭੇਜੇ ਜਾਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਅਤੇ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਾਧੂ ਜਾਂਚ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।

ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਿਵੇਂ ਅਤੇ ਕਦੋਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?

ਛੂਹੋ ਅਤੇ ਦੇਖੋ – ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਕੁਝ ਨਵਾਂ ਜਾਂ ਅਸਾਧਾਰਨ ਦੇਖ ਜਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ? ਮਹੀਨੇ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵਾਰ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ, ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ, ਨਹਾਉਂਦੇ ਸਮੇਂ ਜਾਂ ਕੱਪੜੇ ਪਾਉਂਦੇ ਸਮੇਂ। ਤੁਹਾਡੀ ਮਾਹਵਾਰੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਦੌਰਾਨ ਤਹਾਡੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਮਾਹਵਾਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਦਾ ਇੱਕ ਚੰਗਾ ਸਮਾਂ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਗਲਤ ਜਾਂ ਵੱਖਰਾ ਨਜ਼ਰ ਆਵੇ, ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

ਆਪਣੇ GP ਨੂੰ ਮਿਲੋ। ਤੁਹਾਡਾ GP ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਂਚ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਇਹ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਛਾਤੀ ਦੇ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿੱਚ ਭੇਜਣਾ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।

ਜੇਕਰ ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਗੰਢ ਹੈ, ਤਾਂ ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਮਦਦ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਇਹ ਦਰਦਨਾਕ ਨਾ ਹੋਵੇ?

ਹਾਂ! ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਵੱਖਰਾ ਦੇਖਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ GP ਨੂੰ ਮਿਲਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ – ਭਾਵੇਂ ਇਹ ਕੈਂਸਰ ਨਾ ਵੀ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਵੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨਾ ਬਿਹਤਰ ਹੈ। ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਯੋਗ ਗੱਲਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਛਾਤੀ ਜਾਂ ਕੱਛ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਗੰਢ ਜਾਂ ਮੋਟਾਪਣ
- ਚਮੜੀ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਅ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਡਿੰਪਲਿੰਗ (ਟੋਏ ਪੈਣਾ) ਜਾਂ ਲਾਲੀ
- ਤੁਹਾਡੀ ਛਾਤੀ ਦੇ ਆਕਾਰ ਜਾਂ ਸ਼ਕਲ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਅ
- ਤੁਹਾਡੀ ਨਿੱਪਲ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਅ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਧੱਫੜ (ਦਾਣੇ), ਰਿਸਾਵ (ਤੁਹਾਡੇ ਨਿੱਪਲ ਵਿੱਚੋਂ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਨਿਕਲਣਾ) ਜਾਂ ਨਿੱਪਲ ਉਲਟਣਾ (ਤੁਹਾਡੇ ਨਿੱਪਲ ਦਾ ਅੰਦਰ ਖਿੱਚਿਆ ਜਾਣਾ)।

“ਮੇਰੀ ਛਾਤੀ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਧੱਫੜ (ਦਾਣੇ) ਹੋ ਗਏ – ਮੈਂ ਡੈਟੋਲ ਸਾਬਣ ਵਰਤਿਆ ਅਤੇ ਇਹ ਠੀਕ ਹੋ ਗਿਆ।”

ਇਹ ਸ਼ਾਇਦ ਕੈਂਸਰ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਪਰ ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਛਾਤੀ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਚਮੜੀ 'ਤੇ ਦਰਦ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਸਨੂੰ ਇੰਟਰਟ੍ਰੀਗੋ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ – ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜਿਹਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ GP ਨੂੰ ਮਿਲਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਇਲਾਜ ਕਰਵਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ, ਕੀ ਇਹ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ? ਜੇਕਰ ਛਾਤੀ ਨੂੰ ਹਟਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਕੀ ਇਸ ਨਾਲ ਕੈਂਸਰ ਰੁਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?

ਕੈਂਸਰ ਜਿੰਨਾ ਜਲਦੀ ਲੱਭਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਇਸਦਾ ਇਲਾਜ ਓਨਾ ਹੀ ਸਫ਼ਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਇਲਾਜ ਥੋੜ੍ਹਾ ਜਿਹਾ ਬਾਗਬਾਨੀ ਵਰਗਾ ਹੈ – ਤੁਸੀਂ ਨਦੀਨਾਂ ਨੂੰ ਪੁੱਟ ਸਕਦੇ ਹੋ (ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਜਾਂ ਸਰਜਰੀ), ਅਤੇ ਨਦੀਨ ਨਾਸ਼ਕ (ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ) ਫੈਲਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਕੀ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਛਾਤੀ ਦਾ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਘੱਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਹਾਂ, ਛਾਤੀ ਦਾ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣ ਨਾਲ ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਘੱਟ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਿੰਨਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮਾਂ ਤੁਸੀਂ ਛਾਤੀ ਦਾ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਂਦੇ ਹੋ, ਓਨਾ ਹੀ ਖ਼ਤਰਾ ਘੱਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਛਾਤੀ ਦਾ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਛਾਤੀ ਦਾ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਅਜਿਹਾ ਕਰੋ!

ਮੇਰੇ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਤੋਂ ਸਕੈਨਾਂ ਨਾਲ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਸਕੈਨਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਦੋ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਡਾਕਟਰਾਂ ਦੁਆਰਾ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਲੱਛਣ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਉਹ ਕੁਝ ਅਜਿਹਾ ਦੇਖਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਅਸਾਧਾਰਨ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਹੋਰ ਸਕੈਨ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਸੱਦਣਗੇ।

ਮੈਂ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਭਾਲ ਵਿੱਚ ਦੂਜੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਬਜ਼ੁਰਗ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੱਪੜੇ ਧੋਣ ਅਤੇ ਕੱਪੜੇ ਪਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨਾ, ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਬਦਲਾਅ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਲਈ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖੋ। ਨੌਜਵਾਨ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਕਹੋ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ।

ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਸਾਂਝੇ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਇਸ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ।

ਇਸ ਕੰਮ ਬਾਰੇ ਸਾਡੀ ਪੂਰੀ ਰਿਪੋਰਟ ਪੜ੍ਹਨ ਲਈ ਇਸ QR ਕੋਡ ਨੂੰ ਸਕੈਨ ਕਰੋ।