



BreastScreen
Aotearoa

ਪੰਜਾਬੀ (Punjabi)

ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਕਰਵਾਉਣਾ

TimeToBreastScreen.nz

ਬ੍ਰੈਸਟਸਕ੍ਰੀਨ ਏਓਟੀਰੇਆ ਪ੍ਰੋਗ੍ਰਾਮ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਧੰਨਵਾਦ। ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੁਹਾਡੇ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ।

ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਇੱਕ ਐਕਸ-ਰੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਛਾਤੀ ਦੇ ਅੰਦਰਲੇ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਤਸਵੀਰਾਂ ਦੇ ਮਾਹਰ ਡਾਕਟਰਾਂ ਨੂੰ ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਤਸਵੀਰਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਹੋਰ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਲਈ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਛਾਤੀ ਦੇ ਇਮਪਲਾਂਟ ਨਾਲ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਬਦਲਾਅ ਦੇਖਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਤੁਰੰਤ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲੋ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡਾ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਮੁਫਤ ਹੈ।

ਬ੍ਰੈਸਟਸਕ੍ਰੀਨ ਏਓਟੀਰੇਆ ਕਲੀਨਿਕਾਂ ਅਤੇ ਮੋਬਾਈਲ ਯੂਨਿਟਾਂ ਨੂੰ ਲੱਭਣਾ

ਤੁਸੀਂ ਬ੍ਰੈਸਟਸਕ੍ਰੀਨ ਏਓਟੀਰੇਆ ਕਲੀਨਿਕ ਜਾਂ ਮੋਬਾਈਲ ਯੂਨਿਟ ਵਿੱਚ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਵੂਲਚੇਅਰ ਪਹੁੰਚਯੋਗ ਹਨ।

ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਦੇ ਕਲੀਨਿਕ ਜਾਂ ਮੋਬਾਈਲ ਯੂਨਿਟ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਲਈ, ਜਾਂ ਆਪਣਾ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਕਿੱਥੇ ਕਰਵਾਉਣਾ ਹੈ, ਇਸ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਲਈ, ਆਪਣੇ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਸੱਦੇ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਲਿੰਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਜਾਂ **0800 270 200** 'ਤੇ ਮੁਫਤ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ। ਮੋਬਾਈਲ ਯੂਨਿਟ ਸ਼ਡਿਊਲ ਔਨਲਾਈਨ ਦੇਖਣ ਲਈ ਇੱਥੇ ਜਾਓ info.health.nz/keeping-healthy/cancer-screening/breast-screening/breast-screening-clinic-locations



ਹੁਣ ਮੈਂ ਕੀ ਕਰਾਂ?

ਆਪਣੇ ਪਹਿਲੇ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਮਾਂਕਣ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਨ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਬੁੱਕ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਆਪਣੇ ਸੱਦੇ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਲਿੰਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ, ਜਾਂ **0800 270 200** 'ਤੇ ਮੁਫਤ ਫ਼ੋਨ ਕਰਕੇ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਰ 2 ਸਾਲਾਂ ਬਾਅਦ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਦੇ ਸੱਦੇ ਭੇਜੇ ਜਾਣਗੇ। ਤੁਸੀਂ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਲਿੰਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਜਾਂ ਫ੍ਰੀਫੋਨ ਨੰਬਰ ਰਾਹੀਂ ਹਰੇਕ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਵੇਰਵਿਆਂ ਨੂੰ ਅਪਡੇਟ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਆਪਣਾ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਕਦੋਂ ਜਾਂ ਕਿੱਥੇ ਕਰਵਾਉਣਾ ਹੈ, ਇਸ ਨੂੰ ਬਦਲ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਹੀ **ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਜਾਂਚ** ਪੈਂਫਲੈਟ ਨਹੀਂ ਪੜ੍ਹਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਪੜ੍ਹੋ।

ਹਰੇਕ ਮੁਲਾਕਾਤ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਅਸੀਂ ਪੁੱਛਾਂਗੇ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ/ਤੁਹਾਨੂੰ:

- ਪਹਿਲਾਂ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਕਰਵਾਇਆ ਹੈ
- ਵ੍ਹੀਲਚੇਅਰ ਪਹੁੰਚ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ
- ਇੱਕ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ
- ਆਪਣੇ ਮੋਢੇ ਜਾਂ ਬਾਂਹ ਨੂੰ ਹਿਲਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹਨ
- ਛਾਤੀ ਦੇ ਇਮਪਲਾਂਟ ਹਨ
- ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਪੇਸਮੇਕਰ ਵਰਗਾ ਦਿਲ ਦਾ ਯੰਤਰ ਹੋਵੇ।

ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਆਪਣੇ ਸੱਦੇ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਲਿੰਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਜਾਂ **0800 270 200** 'ਤੇ ਮੁਫਤ ਫ਼ੋਨ ਕਰਕੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਬਦਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਲੰਬੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਵਾਲੇ ਦਿਨ

ਤੁਹਾਡਾ ਸਵਾਗਤ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਸਹਾਇਤਾ ਵਿਅਕਤੀ ਲਿਆ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਮਰੇ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣਾ ਪਵੇਗਾ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦੌਰਾਨ ਐਕਸ-ਰੇ ਲਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

- ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਜਾਂ ਕੱਛਾਂ 'ਤੇ ਡੀਓਡੋਰੈਂਟ, ਟੈਲਕਮ ਪਾਊਡਰ, ਮਾਇਸਚਰਾਈਜ਼ਰ, ਸਨਸਕ੍ਰੀਨ, ਪਰਫਿਊਮ ਜਾਂ ਕ੍ਰੀਮਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ। ਇਹਨਾਂ ਕਾਰਨ ਐਕਸ-ਰੇ 'ਤੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇਖਣਾ ਔਖਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਚਮੜੀ 'ਤੇ ਕੁਝ ਵਰਤਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਮੈਡੀਕਲ ਇਮੇਜਿੰਗ ਟੈਕਨੋਲੋਜਿਸਟ (MIT) (ਜੋ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਲੈਂਦਾ ਹੈ) ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਅਤੇ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸਨੂੰ ਪੂੰਝਣ ਲਈ ਇੱਕ ਕੱਪੜਾ ਦੇਣਗੇ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਮਰ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਤੱਕ ਕੱਪੜੇ ਉਤਾਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਅਜਿਹੇ ਟਾਪ ਪਹਿਨੇ ਜੋ ਉਤਾਰਨ ਵਿੱਚ ਆਸਾਨ ਹੋਣ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਮੀਜ਼ ਜਾਂ ਜਰਸੀ।
- ਤੁਸੀਂ ਤਾਓਂਗਾ ਪਹਿਨ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਪਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਦੌਰਾਨ ਇਸਨੂੰ ਆਪਣੀ ਪਿੱਠ 'ਤੇ ਲਟਕਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਗਹਿਣੇ ਉਤਾਰਨਾ ਸੌਖਾ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ।

- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਪੜ੍ਹਨ ਵਾਲੀ ਐਨਕਾਂ ਨਾਲ ਲਿਆਓ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਛਾਤੀ ਦੇ ਇਮਪਲਾਂਟ ਕਰਵਾਏ ਹਨ ਜਾਂ ਹਾਰਮੋਨ ਰਿਪਲੇਸਮੈਂਟ ਥੈਰੇਪੀ 'ਤੇ ਹੋ ਤਾਂ MIT ਨੂੰ ਦੱਸੋ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਪੇਸਮੇਕਰ ਵਰਗਾ ਦਿਲ ਦਾ ਯੰਤਰ ਹੋਵੇ ਤਾਂ MIT ਨੂੰ ਦੱਸੋ।

ਤੁਹਾਡੀ ਮੁਲਾਕਾਤ 20-30 ਮਿੰਟਾਂ ਦੀ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਪਹੁੰਚਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਪਹੁੰਚੋਗੇ ਤਾਂ ਰਿਸੈਪਸ਼ਨਿਸਟ ਤੁਹਾਡਾ ਨਾਮ ਅਤੇ ਵੇਰਵੇ ਪੁੱਛੇਗਾ/ਪੁੱਛੇਗੀ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਸਹਿਮਤ ਹੋਣ ਲਈ ਇੱਕ ਡਿਜੀਟਲ ਫਾਰਮ ਪੜ੍ਹਨ ਅਤੇ ਦਸਤਖਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਤੁਹਾਡਾ ਨਾਮ ਲਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਕੋਪ ਜਾਂ ਗਾਊਨ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਕਮਰ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਤੱਕ ਕੱਪੜੇ ਉਤਾਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਨਿੱਜੀ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਲੈ ਕੇ ਜਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਫਿਰ ਤੁਸੀਂ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਮਸ਼ੀਨ (ਐਕਸ-ਰੇ ਮਸ਼ੀਨ) ਅਤੇ ਮੈਡੀਕਲ ਇਮੇਜਿੰਗ ਟੈਕਨੋਲੋਜਿਸਟ (MIT) ਨਾਲ ਉਸ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਜਾਓਗੇ ਜੋ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਸਾਰੀਆਂ MIT ਔਰਤਾਂ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਜਾਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਹਨ, ਤਾਂ MIT ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਦੌਰਾਨ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

MIT ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਮਸ਼ੀਨ ਦੇ ਨੇੜੇ ਖੜ੍ਹਾ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਡਾ ਕੋਪ ਜਾਂ ਗਾਊਨ ਪਾਛਿ ਕਰੇਗੀ।

MIT ਤੁਹਾਡੀ ਇੱਕ ਛਾਤੀ ਨੂੰ ਮਸ਼ੀਨ 'ਤੇ ਦੋ ਪਲੇਟਾਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਰੱਖੇਗੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਛਾਤੀ ਨੂੰ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਘੁੰਮਾਏਗੀ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਇਹ ਸਹੀ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਨਹੀਂ ਆ ਜਾਂਦੀ। MIT ਪਲੇਟਾਂ ਨੂੰ ਇਕੱਠਾ ਕਰੇਗੀ ਤਾਂ ਜੋ ਐਕਸ-ਰੇ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੀ ਛਾਤੀ ਨੂੰ ਇੱਕ ਮਿੰਟ ਤੱਕ ਮਜ਼ਬੂਤੀ ਨਾਲ ਦਬਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ।



ਆਪਣੀ ਛਾਤੀ ਨੂੰ ਸਿੱਧਾ ਦਬਾਉਣ ਨਾਲ ਇਹ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ:

- ਐਕਸ-ਰੇ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਛੋਟੀਆਂ-ਛੋਟੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਦਿਖਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਛਾਤੀ ਨੂੰ ਪਤਲਾ ਚਪਟਾ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੀ ਛਾਤੀ ਦੇ ਅੰਦਰਲੇ ਹਿੱਸੇ ਦੀ ਸਪਸ਼ਟ ਐਕਸ-ਰੇ ਤਸਵੀਰ ਦੇਣ ਲਈ ਛਾਤੀ ਨੂੰ ਸਥਿਰ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਦੀ ਡੋਜ਼ ਨੂੰ ਘਟਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।



MIT ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੇਗੀ ਪਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਛਾਤੀ ਨੂੰ ਜ਼ੋਰ ਨਾਲ ਦਬਾਉਣ ਨਾਲ ਬੇਆਰਾਮੀ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦਾ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਦਰਦਨਾਕ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਤਾਂ MIT ਨੂੰ ਦੱਸਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਬਣਾ ਸਕਣ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰਨ ਦਾ ਵੀ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ।



ਜਦੋਂ ਕਿ MIT ਤੁਹਾਡੀ ਛਾਤੀ ਦੀਆਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਦੋ ਐਕਸ-ਰੇ ਤਸਵੀਰਾਂ ਲਵੇਗਾ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਮਿੰਟ ਤੱਕ ਬਹੁਤ ਸਥਿਰ ਖੜ੍ਹੇ ਰਹਿਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਹਰ ਆਕਾਰ ਦੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਦਾ ਐਕਸ-ਰੇ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਵੱਡੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀਆਂ ਚੰਗੀਆਂ ਐਕਸ-ਰੇ ਤਸਵੀਰਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਵਧੇਰੇ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ

ਰੇਡੀਓਗ੍ਰਾਫਰ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਛਾਤੀ ਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਾਰ ਦੁਬਾਰਾ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਹੋਰ ਤਸਵੀਰਾਂ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

MIT ਜਾਂਚ ਕਰੇਗੀ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਐਕਸ-ਰੇ ਤਸਵੀਰਾਂ ਰੇਡੀਓਲੋਜਿਸਟ (ਇੱਕ ਮਾਹਰ ਡਾਕਟਰ) ਨੂੰ ਭੇਜਣ ਲਈ ਕਾਫ਼ੀ ਚੰਗੀਆਂ ਹਨ। ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਛਾਤੀ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਸਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਤਸਵੀਰ ਧੁੰਦਲੀ ਨਹੀਂ ਹੈ। MIT ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਜਾਂਚ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ; ਇਹ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਰੇਡੀਓਲੋਜਿਸਟ ਦੁਆਰਾ ਹੀ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ MIT ਕੋਲ ਚੰਗੇ ਐਕਸ-ਰੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਣਗੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਪੂਰਾ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਕੱਪੜੇ ਪਾ ਕੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜਾਣਨ ਲਈ ਹੋਰ ਗੱਲਾਂ

ਪਰਿਵਾਰਕ ਇਤਿਹਾਸ

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਇਤਿਹਾਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਥੋੜ੍ਹੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਛਾਤੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਦਰਅਸਲ, ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਔਰਤਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਛਾਤੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਕੋਈ ਪਰਿਵਾਰਕ ਇਤਿਹਾਸ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਇਸ ਲਈ ਸਾਰੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਬਦਲਾਅ ਬਾਰੇ ਜਾਣੂ ਹੋਣ ਅਤੇ ਨਿਯਮਤ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਕਰਵਾਉਣ।

ਹਾਰਮੋਨ ਰਿਪਲੇਸਮੈਂਟ ਥੈਰੇਪੀ

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਹਾਰਮੋਨ ਰਿਪਲੇਸਮੈਂਟ ਥੈਰੇਪੀ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਛਾਤੀ ਦੇ ਅੰਦਰ ਕੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ਇਹ ਦਿਖਾਉਣਾ ਐਕਸ-ਰੇ ਲਈ ਔਖਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਛਾਤੀ ਦੇ ਇਮਪਲਾਂਟ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਛਾਤੀ ਦੇ ਇਮਪਲਾਂਟ ਹਨ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ MIT ਨੂੰ ਦੱਸੋ। ਇਮਪਲਾਂਟ ਤੁਹਾਡੇ ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੁਝ ਟਿਸ਼ੂ ਨੂੰ ਛੁਪਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣਾ ਵਧੇਰੇ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਆਮ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਐਕਸ-ਰੇ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਦੌਰਾਨ ਛਾਤੀ ਦੇ ਇਮਪਲਾਂਟ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਣ ਦਾ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਖਤਰਾ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਜੋਖਮ ਪੁਰਾਣੇ ਇਮਪਲਾਂਟ ਲਈ ਵੱਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ, ਨਰਸ ਜਾਂ ਹਾਊਰਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ,

TimeToBreastScreen.nz 'ਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ **0800 270 200** 'ਤੇ ਮੁਫ਼ਤ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ।



Scan the QR code to access available translations of BSA brochures into languages other than English and formats including Braille, audio, Large Print, Easy Read and NZSL.

ਫ਼ੀਫੋਨ

0800 270 200

ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਤੀਜੇ ਕਦੋਂ ਮਿਲਣਗੇ?

ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਦੋ ਮਾਹਰ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਡੇ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਤੋਂ ਐਕਸ-ਰੇ ਤਸਵੀਰਾਂ ਦੇਖਣਗੇ। ਬ੍ਰੈਸਟਸਕ੍ਰੀਨ ਏਓਟੀਰੇਆ 2-3 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੇਗਾ। ਤੁਹਾਡੇ ਨਤੀਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਵੀ ਭੇਜੇ ਜਾਣਗੇ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਸੀਂ ਸਾਨੂੰ ਅਜਿਹਾ ਨਾ ਕਰਨ ਲਈ ਨਹੀਂ ਕਹਿੰਦੇ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਅੱਪਡੇਟ ਰਹਿਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਤੀਜੇ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੇ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ **0800 270 200** 'ਤੇ ਮੁਫ਼ਤ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ।

ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਹੋਰ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਲਈ ਵਾਪਸ ਆਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇਗਾ ਕਿਉਂਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਕਾਫ਼ੀ ਸਪੱਸ਼ਟ ਨਹੀਂ ਹਨ।



ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਤੁਹਾਡੇ ਰਿਕਾਰਡ ਅਤੇ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਬ੍ਰੈਸਟਸਕ੍ਰੀਨ ਏਓਟੀਰੇਆ ਦੁਆਰਾ ਸਿਹਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਗੋਪਨੀਯਤਾ ਕੋਡ ਦੇ ਤਹਿਤ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਗੁਪਤ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸਟੋਰ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਛਾਤੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ, ਬ੍ਰੈਸਟਸਕ੍ਰੀਨ ਏਓਟੀਰੇਆ ਇਹ ਇਕੱਠਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੇ ਗਏ ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ
- ਤੁਹਾਡੀ ਕਲੀਨਿਕਲ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਅਤੇ ਰਿਪੋਰਟਾਂ।

ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਇਕੱਠਾ ਕਰਨ ਨਾਲ, ਤੁਹਾਡੇ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਵਧੇਰੇ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇਗੀ।

ਛਾਤੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਤੋਂ ਜਾਣਕਾਰੀ Health New Zealand - Te Whatu Ora ਜਾਂ ਇਸਦੇ ਏਜੰਟ ਤੁਹਾਡੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਿਹਤ ਸੂਚਕਾਂਕ ਨੰਬਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਇਕੱਠੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਕ

ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਅਪੰਗਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਖਪਤਕਾਰਾਂ ਦੇ ਹੱਕਾਂ ਦੇ ਕੋਡ ਦੁਆਰਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ।

ਛਾਤੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਦੌਰਾਨ ਅਤੇ ਬ੍ਰੈਸਟਸਕ੍ਰੀਨ ਏਓਟੀਰੋਆ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ:

- 1 ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸਤਿਕਾਰ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ ਆਇਆ ਜਾਵੇ।
- 2 ਨਿਰਪੱਖ ਵਿਵਹਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।
- 3 ਮਾਣ-ਮਰਿਆਦਾ ਅਤੇ ਸੁਤੰਤਰਤਾ।
- 4 ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਢੁਕਵਾਂ ਸਮਰਥਨ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ।
- 5 ਗੱਲਾਂ ਉਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਦੱਸੀਆਂ ਜਾਣ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸਮਝਦੇ ਹੋ।
- 6 ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਦੱਸਿਆ ਜਾਵੇ।
- 7 ਆਪਣੀ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਬਾਰੇ ਫੈਸਲੇ ਲੈਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ।
- 8 ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਕੋਈ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਲੋਕ ਹੋਣ।
- 9 ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਸਿਖਲਾਈ, ਅਧਿਆਪਨ ਜਾਂ ਖੋਜ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ।
- 10 ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰੋ।

ਸਾਰੀਆਂ ਬ੍ਰੈਸਟਸਕ੍ਰੀਨ ਏਓਟੀਰੋਆ ਸਹੂਲਤਾਂ ਨੂੰ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਮਾਪਦੰਡਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੁਤੰਤਰ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਬ੍ਰੈਸਟਸਕ੍ਰੀਨ ਏਓਟੀਰੋਆ ਕਲੀਨਿਕ ਜਾਂ ਮੋਬਾਈਲ ਯੂਨਿਟ 'ਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੰਗ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ **hdc.org.nz** 'ਤੇ ਵੀ ਪੜ੍ਹ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਸਿਹਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਗੋਪਨੀਯਤਾ ਕੋਡ ਤੁਹਾਡੀ ਗੋਪਨੀਯਤਾ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਕੋਡ ਬਾਰੇ **privacy.org.nz** 'ਤੇ ਪੜ੍ਹ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ ਜਾਂ ਬ੍ਰੈਸਟਸਕ੍ਰੀਨ ਏਓਟੀਰੋਆ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਬੰਦ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਇਹ ਜਾਣਨ ਲਈ **0800 270 200** 'ਤੇ ਮੁਫਤ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ। ਤੁਸੀਂ ਮਦਦ ਲਈ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਅਪੰਗਤਾ ਕਮਿਸ਼ਨ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵਕੀਲ ਨਾਲ ਵੀ **0800 11 22 33** 'ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।



BreastScreen
Aotearoa

Health New Zealand
Te Whatu Ora

Te Kāwanatanga o Aotearoa
New Zealand Government