基督教聯合那打素社康服務
UNITED CHRISTIAN NETHERSOLE COMMUNITY HEALTH SERVICE

Punjabi version

ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਛਾਤੀ, ਅੰਡਕੋਸ਼ ਅਤੇ ਗਰਭਕੋਸ਼ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਹਾਂਗਕਾਂਗ ਦੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਆਮ ਕੈਂਸਰ ਹੈ।

ਖ਼ਤਰੇ ਦੇ ਕਾਰਨ

- ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸੰਭੋਗ ਕਰਨ ਨਾਲ ਫੈਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ।
- ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਸੰਭੋਗ ਕਰਨਾ।
- ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਸਰੀਰਿਕ ਸੰਬੰਧ ਹੋਣੇ।
- ਸਿਗਰਟਨੋਸ਼ੀ।
- ਸਰੀਰ ਦੀ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਲੜਨ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਸ਼ਕਤੀ ਦਾ ਘੱਟ ਹੋਣਾ।

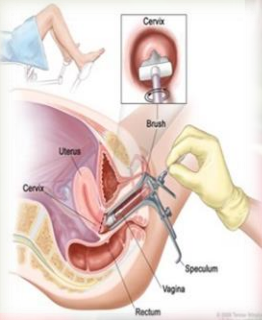
ਔਰਤਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਬਚਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ

- ਜੇ ਉਹ ਸੰਭੋਗ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਗਰਭ-ਨਿਰੋਧਿਕ ਸਾਧਨਾਂ ਜਿਵੇਂ ਨਿਰੋਧ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ।
- ਆਪਣੇ ਸੰਭੋਗ ਸੰਬੰਧਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਹੀ ਵਿਅਕਤੀ ਤੱਕ ਸੀਮਿਤ ਰੱਖਣ।
- ਸਿਗਰਟਨੋਸ਼ੀ ਨਾ ਕਰਨ।
- ਸਿਹਤਮੰਦ ਜੀਵਨ-ਸ਼ੈਲੀ ਅਪਨਾਉਣ।

Safe Sex. No Regrets.

ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਜਾਂਚ

- ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਜਾਂਚ ਇੱਕ ਸਾਧਾਰਨ ਵਿਧੀ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਯੋਨੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਕੇ ਗਰਭਕੋਸ਼ ਦੇ ਮੁਹਾਨੇ ਤੇ ਆਏ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅਣਚਾਹੇ ਬਦਲਾਉ ਨੂੰ ਪਰਖਿਆ ਜਾਂਦਾਂ ਹੈ।
- ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਜਾਂਚ ਦਰਦ-ਰਹਿਤ, ਘੱਟ ਖਰਚੇ ਤੇ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਇਸ ਜਾਂਚ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਜਿਆਦਾ ਸਮਾਂ ਵੀ ਨਹੀ ਲੱਗਦਾ।
- ਯੋਨੀ ਵਿੱਚ ਆਏ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬਦਲਾਅ ਦੀ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਜਾਂਚ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਕਰਕੇ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਵੱਧਣ ਤੋ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤੁਸੀ ਇੱਕ ਸਿਹਤਮੰਦ ਜੀਵਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।



ਉਹ ਕਿਹੜੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਹਨ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?

- ੨੫ ਤੋਂ ੬੪ ਸਾਲ ਤੱਕ ਦੀਆਂ ਉਹ ਸਭ ਔਰਤਾਂ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਜਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਕਦੀ ਸੰਭੋਗ ਕੀਤਾ ਹੋਵੇ।
- ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਲਗਾਤਾਰ ੨ ਸਾਲ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਨਿਯਮਿਤ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਪਹਿਲੇ ੨ ਸਾਲ ਜਾਂਚ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਠੀਕ ਆਉਣ ਤਾਂ ਅਗਲੀ ਜਾਂਚ ਹਰ ੩ ਸਾਲ ਬਾਅਦ ਕਰਵਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਜਾਂਚ ੬੪ ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੱਕ ਕਰਵਾਓਂਦੇ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

- ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੀ ਨਿਯਮਿਤ ਜਾਂਚ ਲਈ ਤੁਸੀ ਆਪਣੇ ਫੈਮਲੀ ਡਾਕਟਰ, ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਦੇ ਮਾਹਿਰ ਡਾਕਟਰ, ਜਨਰਲ ਡਾਕਟਰ, ਗੈਰ-ਸਰਕਾਰੀ ਸਿਹਤ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਵੱਲੋਂ ਚਲਾਏ ਜਾਂਦੇ ਜੱਚਾ-ਬੱਚਾ ਸਿਹਤ ਕੇਂਦਰ ਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕੁਝ ਔਰਤਾਂ ਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਦਵਾਈ ਲੈ ਲਈ ਹੋਵੇ, ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਨਿਯਮਿਤ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਓਂਦੇ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਸੰਬੰਧੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਤਹਿਤ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਜਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਤੁਸੀ ਇਸ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਾਾਾ.ਚੲਰਵਚਿੳਲਸਚਰੲੲਨਨਿਗ.ਗੋਵ.ਹਕ