

ਕੋਲਨ ਕੈਂਸਰ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਪਤਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ

ਕੋਲਨ ਕੈਂਸਰ ਕੀ ਹੈ?

ਕੋਲਨ ਕੈਂਸਰ, ਕੋਲਨ (ਪਾਚਨ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦਾ ਹੇਠਲਾ ਹਿੱਸਾ) ਜਾਂ ਗੁਦੇ (ਕੋਲਨ ਦੇ ਆਖਰੀ 6 ਇੰਚ) ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਕੋਲੋਰੈਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਜਾਂ ਅੰਤੜੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਓਨਟਾਰੀਓ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ ਦੀਆਂ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਕਿਸਮਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਲੋਕ ਮਰਦੇ ਹਨ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਜਦੋਂ ਕੋਲਨ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਵਿੱਚ ਪਤਾ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ 10 ਵਿੱਚੋਂ 9 ਬਿਮਾਰ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕੋਲਨ ਕੈਂਸਰ, ਕੋਲਨ ਜਾਂ ਗੁਦਾ ਦੀ ਪਰਤ 'ਤੇ ਅਸਧਾਰਨ ਵਾਧੇ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਪੌਲੀਪਸ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਾਰੇ ਪੌਲੀਪਸ ਕੈਂਸਰ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਬਦਲਦੇ, ਪਰ ਕੁਝ ਪੌਲੀਪਸ ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਕੈਂਸਰ ਵਿੱਚ ਬਦਲ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਕੈਂਸਰ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?

ਕੈਂਸਰ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ (ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣਾ) ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ 'ਤੇ ਕੀਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਜਾਂਚ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦਾ ਜੋਖਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਅੰਦਰ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਅਤੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਠੀਕ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਕੋਲਨਕੈਂਸਰਚੈਕ (ColonCancerCheck) ਓਨਟਾਰੀਓ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੈ, ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੋਲਨ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿ ਉਹ ਨਿਯਮਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾ ਸਕਣ।

ਕੋਲਨ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਿਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਕਰਵਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?

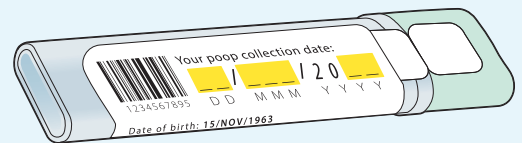
ਕੋਲਨਕੈਂਸਰਚੈਕ (ColonCancerCheck) ਯੋਗ ਲੋਕਾਂ ਦੇ 2 ਸਮੂਹਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਦਾ ਹੈ: ਉਹ ਲੋਕ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੋਲਨ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦਾ ਔਸਤ ਖ਼ਤਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੋਲਨ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦਾ ਵੱਧ ਖ਼ਤਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਔਸਤ ਖ਼ਤਰਾ: ਉਹ ਲੋਕ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਉਮਰ 50 ਤੋਂ 74 ਸਾਲ ਹੈ ਅਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ, ਭਰਾ, ਭੈਣ ਜਾਂ ਬੱਚਿਆਂ (ਪਹਿਲੇ-ਦਰਜੇ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ) ਨੂੰ ਕੋਲਨ ਕੈਂਸਰ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਔਸਤ ਖ਼ਤਰਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ 50 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਹਰ 2 ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ **ਫੇਕਲ ਇਮਯੂਨੋਕੈਮੀਕਲ ਟੈਸਟ (FIT)** ਦੇ ਨਾਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ (ਜਾਂਚ) ਕਰਵਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਵੱਧ ਖ਼ਤਰਾ: ਉਹ ਲੋਕ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾਤਾ/ਪਿਤਾ/ਦੋਵਾਂ ਨੂੰ, ਭਰਾ, ਭੈਣ ਜਾਂ ਬੱਚਿਆਂ (ਪਹਿਲੇ-ਦਰਜੇ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ) ਨੂੰ ਕੋਲਨ ਕੈਂਸਰ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਖ਼ਤਰਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ 50 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਪਹਿਲੇ-ਦਰਜੇ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਨੂੰ ਕੋਲਨ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ 10 ਸਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਕੋਲੋਨੋਸਕੋਪੀ ਨਾਲ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਵੀ ਪਹਿਲਾਂ ਆਵੇ। ਤੁਹਾਡੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕਿੰਨੀ ਵਾਰ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਪਹਿਲੇ-ਦਰਜੇ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਦੀ ਉਮਰ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।



ਫੇਕਲ ਇਮਯੂਨੋਕੈਮੀਕਲ ਟੈਸਟ (FIT)
ਇੱਕ ਸਟੂਲ (ਮਲ-ਤਿਆਗ) ਅਧਾਰਿਤ ਟੈਸਟ ਹੈ

ਮੈਂ ਐੱਫ.ਆਈ.ਟੀ. (FIT) ਕਿਵੇਂ ਕਰਵਾ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣੇ
ਪਰਿਵਾਰਕ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ
ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਐੱਫ.
ਆਈ.ਟੀ. (FIT) ਸਹੀ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕੋਈ ਪਰਿਵਾਰਕ
ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਨਹੀਂ
ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਟੈਲੀਹੈਲਪ ਓਨਟਾਰੀਓ ਨੂੰ
1-866-828-9213 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰਕੇ ਐੱਫ.
ਆਈ.ਟੀ. ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਫ਼ਸਟ ਨੇਸ਼ਨ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿੱਚ
ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਤੁਸੀਂ
ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਕੇਂਦਰ ਜਾਂ ਨਰਸਿੰਗ ਸਟੇਸ਼ਨ
ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

**ਜਾਂਚ (ਸਕ੍ਰੀਨ) ਕਰਵਾਉਣ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ
ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।**



Ontario Health
Cancer Care Ontario

ਜੇਕਰ ਕੋਲਨ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਵਿੱਚ ਪਤਾ ਲੱਗ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ 10 ਵਿੱਚੋਂ 9 ਲੋਕ ਠੀਕ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਮੈਂ ਕੋਲਨ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਿਵੇਂ ਕਰਵਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?

ਫੇਕਲ ਇਮਯੂਨੋਕੈਮੀਕਲ ਟੈਸਟ (FIT)

ਇੱਕ ਐੱਫ.ਆਈ.ਟੀ. (FIT) ਥੋੜ੍ਹੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਖੂਨ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਕੋਲਨ ਕੈਂਸਰ ਜਾਂ ਕੁਝ ਕਿਸਮ ਦੇ ਪੌਲੀਪਸ ਦੇ ਕਾਰਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

- ਐੱਫ.ਆਈ.ਟੀ. (FIT) ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਦਰਦ ਰਹਿਤ ਹੈ
- ਇਹ ਟੈਸਟ ਘਰ ਵਿੱਚ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਿਰਫ਼ ਕੁਝ ਮਿੰਟ ਲੱਗਦੇ ਹਨ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ 1 ਸਟੂਲ (ਟੱਟੀ) ਦਾ ਨਮੂਨਾ ਇਕੱਤਰ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ
- ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵਾਂਗ ਹੀ ਭੋਜਨ ਖਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ
- ਐੱਫ.ਆਈ.ਟੀ. (FIT) ਕੋਲਨਕੈਂਸਰਚੈਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੁਆਰਾ ਯੋਗ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਮੁਫ਼ਤ ਹੈ
- ਐੱਫ.ਆਈ.ਟੀ. (FIT) ਤੁਹਾਡੀ ਪਸੰਦ ਦੇ ਪਤੇ 'ਤੇ ਭੇਜਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ

ਇੱਕ ਅਸਧਾਰਨ ਐੱਫ.ਆਈ.ਟੀ. (FIT) ਨਤੀਜੇ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਸਟੂਲ (ਟੱਟੀ) ਵਿੱਚ ਖੂਨ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਸਟੂਲ (ਟੱਟੀ) ਵਿੱਚ ਖੂਨ ਹੋਣ ਦਾ ਹਮੇਸ਼ਾ ਇਹ ਮਤਲਬ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਹੈ। ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਲੋਨੋਸਕੋਪੀ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਵੇਗੀ।

ਕੋਲੋਨੋਸਕੋਪੀ

ਕੋਲੋਨੋਸਕੋਪੀ ਕਿਸੇ ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਂ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਪੂਰੇ ਕੋਲਨ ਦੀ ਪਰਤ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਦੇ ਦੌਰਾਨ, ਡਾਕਟਰ ਕੋਲਨ ਅਤੇ ਗੁਦੇ ਰਾਹੀਂ ਅੰਤ 'ਤੇ ਇੱਕ ਛੋਟੇ ਕੈਮਰੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਲੰਮੀ, ਲਚਕਦਾਰ ਟਿਊਬ ਪਾਸ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਕੋਲੋਨੋਸਕੋਪੀ ਅਸਧਾਰਨ ਐੱਫ.ਆਈ.ਟੀ. (FIT) ਨਤੀਜੇ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੋਲਨ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦਾ ਵਧੇਰੇ ਖ਼ਤਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾਤਾ/ਪਿਤਾ/ਦੇਵਾਂ ਨੂੰ, ਭਰਾ, ਭੈਣ ਜਾਂ ਬੱਚਿਆਂ (ਪਹਿਲੇ-ਦਰਜੇ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ) ਨੂੰ ਇਹ ਬਿਮਾਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਔਸਤ ਖ਼ਤਰੇ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਕੋਲੋਨੋਸਕੋਪੀ ਨਾਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਦੀ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ।

ਕੋਲਨ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਕਾਰਨ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਲੱਛਣ ਅਤੇ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਕੀ ਹਨ?

ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਜਾਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ। ਜਿਵੇਂ-ਜਿਵੇਂ ਕੋਲਨ ਕੈਂਸਰ ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਵਧਦਾ ਹੈ, ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਲੱਛਣ ਜਾਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ:

- ਖੂਨ ਵਹਾਉਣ ਵਾਲੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਕਾਰਨ ਖੂਨ ਦੇ ਲਾਲ ਸੈੱਲਾਂ ਦਾ ਘਟਨਾ (ਅਨੀਮੀਆ)
- ਸਟੂਲ (ਟੱਟੀ) ਵਿੱਚ ਖੂਨ (ਚਮਕਦਾਰ ਲਾਲ ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਗੂੜ੍ਹਾ)
- ਭਾਰ ਦਾ ਬਹੁਤ ਘਟ ਜਾਣਾ
- ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ (ਨਵੀਂ ਅਤੇ ਲਗਾਤਾਰ ਦਸਤ ਜਾਂ ਕਬਜ਼) ਜਾਂ ਅੰਤੜੀ ਲਈ ਇਹ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ ਕਿ ਇਹ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਖ਼ਾਲੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ
- ਨਵੀਂ ਅਤੇ ਲਗਾਤਾਰ ਪੇਟ ਦੀ ਬੇਅਰਾਮੀ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਜਾਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਮੈਂ ਕੋਲਨ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦੇ ਆਪਣੇ ਖ਼ਤਰੇ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਘੱਟ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?

- ਸਰੀਰ ਦਾ ਭਾਰ ਸਥਿਰ ਰੱਖੋ
- ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਸਰੀਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਰਹੋ
- ਫਾਈਬਰ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਖੁਰਾਕ ਲਓ (ਸਬਜ਼ੀਆਂ, ਫਲ ਅਤੇ ਸਾਬਤ ਅਨਾਜ ਸਮੇਤ)
- ਲਾਲ ਮੀਟ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਨੂੰ ਸੀਮਤ ਕਰੋ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਸੈਸਡ ਮੀਟ ਨਾ ਖਾਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ (ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਬੇਲੋਗਨਾ, ਸਲਾਮੀ)
- ਅਲਕੋਹਲ (ਸ਼ਰਾਬ) ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਨੂੰ ਸੀਮਤ ਕਰੋ
- ਸਿਗਰਟਨੋਸ਼ੀ ਛੱਡੋ ਅਤੇ ਤੰਬਾਕੂ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਬੰਦ ਕਰੋ
- ਦੁੱਧ ਦੇ ਉਤਪਾਦਾਂ ਜਾਂ ਕੈਲਸ਼ੀਅਮ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਵਿਕਲਪਾਂ ਦਾ ਸੇਵਨ ਕਰੋ
- ਕੋਲਨ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਨਿਯਮਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਓ

ਕੋਲਨ ਕੈਂਸਰ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ:
cancercareontario.ca/colon

ਕੀ ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਕਿਸੇ ਪਹੁੰਚਯੋਗ ਫਾਰਮੈਟ ਵਿੱਚ ਲੋੜ ਹੈ?

1-877-280-8538, TTY 1-800-855-0511, info@ontariohealth.ca

PCC4200