Ontario Health
Cancer Care Ontario

نیوز لیٹر مواد بلاکس

نیوز لیٹرز ، مریض/عوامی ای میل ، یا ویب سائٹس کے مواد کے لیے درج ذیل کو استعمال کریں اور موافق بنائیں

عنوان کی تجاویز

کینسر کی اسکریننگ کی اہمیت
کینسر کی جانچ کرانا
آپ کے کینسر کی اسکریننگ کا پورا دھیان رکھنا

100 الفاظ یا اس سے کم

اپنی صحت کا پورا دھیان رکھنا ضروری ہے۔ کینسر کی اسکریننگ ان لوگوں پر کی جاتی ہےجنہیں کینسر ہونے کا خطرہ ہوتا ہے، لیکن جن میں کوئی علامات نہیں ہوتیں اور وہ عام طور پر ٹھیک محسوس کرتے ہیں۔ باقاعدگی سے اسکریننگ ضروری ہے کیونکہ یہ کینسر کا جلد پتہ لگا سکتا ہے جب علاج کے کام کرنے کا بہتر موقع ہوتا ہے یا لوگوں کو کچھ کینسر ہونے سے روکنے میں مدد ملتی ہے۔

اپنے فیملی ڈاکٹر یا نرس پریکٹیشنر سے بات کریں کہ آپ کے لیے کون سی اسکریننگ جانچ (جانچیں) درست ہیں۔ اگر آپ کے پاس فیملی ڈاکٹر یا نرس پریکٹیشنر نہیں ہے، تو آپ ہیلتھ کنیکٹ اونٹاریو کو 811 (TTY: 1-866-797-0007) پر کال کر سکتے ہیں یا یہاں وزٹ کر سکتے ہیں۔

150 الفاظ یا کم

اپنی صحت کا پورا دھیان رکھنا ضروری ہے۔ باقاعدگی سے اسکریننگ ضروری ہے کیونکہ یہ کینسر کا جلد پتہ لگا سکتا ہے جب علاج کے کام کرنے کا بہتر موقع ہوتا ہے یا لوگوں کو کچھ کینسر ہونے سے روکنے میں مدد ملتی ہے۔ کینسر کی اسکریننگ ان لوگوں پر کی جاتی ہےجنہیں کینسر ہونے کا خطرہ ہوتا ہے، لیکن جن میں کوئی علامات نہیں ہوتیں اور وہ عام طور پر ٹھیک محسوس کرتے ہیں۔ اپنے فیملی ڈاکٹر یا نرس پریکٹیشنر سے اس بارے میں بات کریں کہ آپ کن اسکریننگ جانچوں کے لیے اہل ہیں۔ اگر آپ کے پاس فیملی ڈاکٹر یا نرس پریکٹیشنر نہیں ہے، تو آپ ہیلتھ کنیکٹ اونٹاریو کو 811 (TTY: 1-866-797-0007) پر کال کر سکتے ہیں یا یہاں وزٹ کے سکتے ہیں۔

اونٹاریو میں کینسر کی اسکریننگ کے چار پروگرام ہیں: اونٹاریو بریسٹ اسکریننگ پروگرام، اونٹاریو سرویکل اسکریننگ پروگرام، کولن کینسر چیک اور اونٹاریو پھیپھڑوں کی اسکریننگ پروگرام۔

200 الفاظ یا کم

کینسر کی اسکریننگ ان لوگوں پر کی جاتی ہے جنہیں کینسر ہونے کا خطرہ ہوتا ہے، لیکن جن میں کوئی علامات نہیں ہوتیں اور وہ عام طور پر ٹھیک محسوس کرتے ہیں۔ باقاعدگی سے اسکریننگ ضروری ہے کیونکہ یہ کینسر کا جلد پتہ لگا سکتا ہے جب علاج کے کام کرنے کا بہتر موقع ہوتا ہے یا لوگوں کو کچھ کینسر ہونے سے روکنے میں مدد ملتی ہے۔

سروائیکل اسکریننگ

- گریوا (سرویکس) کے ساتھ کوئی بھی شخص جو جنسی طور پر متحرک ہے یا رہا ہے اسے سروائیکل کینسر ہو سکتا ہے۔ سروائیکل اسکریننگ ٹیسٹ کینسر کے شروع ہونے سے پہلے اس کی علامات کی جانچ کرتا ہے
- سروائیکل کینسر کو روکنے میں مدد کے لیے ٹیسٹ کروانے کے بارے میں اپنے ڈاکٹر، نرس پریکٹیشنر یا دائی سے بات کریں*

بریسٹ کینسر اسکریننگ

- اگر آپ کی عمر 50 یا اس سے زیادہ ہے، تو اپنے فیملی ڈاکٹر یا نرس پریکٹیشنر سے اپنی چھاتی کی صحت اور اسکریننگ ٹیسٹ کے اختیارات کے بارے میں بات کریں*

کولون کینسر کی جانچ

- 50 سے 74 سال کی عمر کے لوگوں کو بڑی آنت کے کینسر کی جانچ کرانی چاہیے، چاہے ان کے خاندان میں کسی کو بھی یہ مرض نہ ہوا ہو
- اپنے فیملی ڈاکٹر یا نرس پریکٹیشنر سے اس بارے میں بات کریں کہ بڑی آنت کے کینسر کی جانچ کے لیے اپنا مفت گھر پر ٹیسٹ کیسے کروائیں*

* گر آپ کے پاس فیملی ڈاکٹر یا نرس پریکٹیشنر نہیں ہے، تو آپ ہیلتھ کنیکٹ اونٹاریو کو 811 (TTY: 1-866-797-0007) پر کال کر سکتے ہیں یا یہاں وزٹ کر سکتے ہیں۔

250 الفاظ یا اس سے کم- اسکریننگ کی اہلیت

اونٹاریو کینسر اسکریننگ کی اہلیت

اونٹاریو سروائیکل اسکریننگ پروگرام

- فی الحال، اونٹاریو سروائیکل اسکریننگ پروگرام تجویز کرتا ہے کہ گریوا (سرویکس) کے ساتھ کوئی بھی شخص جو جنسی طور پر فعال ہے یا رہا ہے، ہر 3 سال بعد 21 سال کی عمر سے شروع ہونے والا سروائیکل اسکریننگ ٹیسٹ کروائے۔ تاہم، ہم اس تجویز کو اپ ڈیٹ کرنے کی کاروائی میں ہیں۔ اگر آپ کی عمر 25 سال سے کم ہے، تو اپنے فیملی ڈاکٹر، نرس پریکٹیشنر یا دائی سے بات کریں کہ آیا آپ کو سروائیکل اسکریننگ شروع کرنے سے پہلے 25 سال کی عمر تک انتظار کرنا چاہیے*۔

کولون کینسر کی جانچ

- 50 سے 74 سال کی عمر کے لوگوں کو بڑی آنت کے کینسر کی جانچ کرانی چاہیے، چاہے ان کے خاندان میں کسی کو بھی یہ مرض نہ ہوا ہو۔ بڑی آنت کے کینسر کی جانچ کرنے کے لیے، اپنے فیملی ڈاکٹر یا نرس پریکٹیشنر سے بات کریں کہ آپ کے لیے کون سی اسکریننگ جانچ بہترین ہے*۔ اگر اہل ہیں، تو آپ گھر پر مفت ٹیسٹ حاصل کر سکتے ہیں جسے فیکل امیونو کیمیکل ٹیسٹ (FIT)کہا جاتا ہے جو آپ کے منتخب پتے پر بھیج دیا جاتا ہے۔

اونٹاریو بریسٹ اسکریننگ پروگرام

- اگر آپ کی عمر 50 سے 74 سال ہے، تو اونٹاریو بریسٹ اسکریننگ پروگرام (OBSP) تجویز کرتا ہے کہ آپ کی عمر کے زیادہ تر لوگ ہر 2 سال بعد میموگرام کے ذریعے چیک کرائیں۔
- اگر آپ کی عمر 30 سے 69 سال ہے اور اعلی خطرہ والے OBSP کے لیے اہلیت کے معیار پر پورا اترتے ہیں، تو پروگرام تجویز کرتا ہے کہ آپ سال میں ایک بار میموگرام اور بریسٹ میگنیٹک ریزوننس امیجنگ (MRI) (یا چھاتی کا الٹراساؤنڈ اسکریننگ کرائیں اگر MRI طبی طور پر مناسب نہیں ہے)
- اگر آپ کی عمر 30 سے 69 سال ہے اور آپ کو لگتا ہے کہ آپ کو اپنی ذاتی یا خاندانی تاریخ کی بنیاد پر بریسٹ کینسر ہونے کا زیادہ خطرہ ہے، تو آپ کو اپنے فیملی ڈاکٹر یا نرس پریکٹیشنر سے بات کرنی چاہیے*۔

*گر آپ کے پاس فیملی ڈاکٹر یا نرس پریکٹیشنر نہیں ہے، تو آپ ہیلتھ کنیکٹ اونٹاریو کو 811 (TTY: 1-866-797-0007) پر کال کر سکتے ہیں یا یہاں وزٹ کر سکتے ہیں۔