

ਬਰੈੱਸਟ ਡੈਨਸਿਟੀ: ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

## ਜੇ ਮੇਰੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਸੰਘਣੀਆਂ (ਡੈਨਸ) ਹੋਣ ਤਾਂ ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਅਜੇ ਵੀ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

ਹਾਂ। ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਹੀ ਇਕ ਅਜਿਹਾ ਟੈੱਸਟ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਛਾਤੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਨਾਲ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਮੌਤਾਂ ਘਟਾਉਣ ਵਾਲਾ ਸਾਬਤ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਡੀ ਛਾਤੀ ਦਾ ਟਿਸੂ ਸੰਘਣਾ ਹੋਵੇ, ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਕੈਂਸਰਾਂ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਉੱਪਰ ਦੇਖੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

## ਨੇਮ ਨਾਲ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਕਰਵਾਉਣ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਮੈਨੂੰ ਹੋਰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਆਪਣੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੂ ਹੋਵੋ

ਹਰ ਇਕ ਨੂੰ, ਭਾਵੇਂ ਉਮਰ ਜਾਂ ਬਰੈੱਸਟ ਡੈਨਸਿਟੀ ਕੋਈ ਵੀ ਹੋਵੇ, ਆਪਣੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਦਿੱਖ ਅਤੇ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣੂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਛਾਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦੇਖੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਹੁਣੇ ਹੁਣੇ ਕੀਤਾ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਨੌਰਮਲ ਵੀ ਆਇਆ ਹੋਵੇ।

ਛਾਤੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਆਪਣੇ ਸਮੁੱਚੇ ਖਤਰੇ ਨੂੰ ਸਮਝੋ

ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਛਾਤੀ ਦਾ ਸੰਘਣਾ (ਡੈਨਸ) ਟਿਸੂ ਛਾਤੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਖਤਰੇ ਦਾ ਇਕ ਪੱਖ ਹੈ, ਪਰ ਛਾਤੀ ਦੇ ਟਿਸੂ ਦੇ ਸੰਘਣੇ ਹੋਣ ਦਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਹੀ ਇਹ ਮਤਲਬ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਬੀਮਾਰੀ ਲੱਗਣ ਦਾ “ਜ਼ਿਆਦਾ” ਖਤਰਾ ਹੈ। ਬਰੈੱਸਟ ਡੈਨਸਿਟੀ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਮਰ ਨਾਲ ਘਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਆਪਣਾ ਖਤਰਾ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਕਦਮ ਚੁੱਕੋ

ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਛਾਤੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਚੋਕਥਾਮ ਕਰਨ ਦਾ ਕੋਈ ਪੱਕਾ ਤਰੀਕਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਪਰ ਤੁਸੀਂ ਛਾਤੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਆਪਣਾ ਖਤਰਾ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਕੁਝ ਖਾਸ ਕਦਮ ਚੁੱਕ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਆਪਣਾ ਭਾਰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਅਤੇ ਰਹਿਣੀ-ਬਹਿਣੀ ਸਰਗਰਮ ਰੱਖੋ।
- ਸ਼ਰਾਬ ਘੱਟ ਪੀਉ।
- ਜੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਛਾਤੀ ਦਾ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉ।
- ਮਾਹਵਾਰੀ ਪੱਕੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬੰਦ ਹੋਣ ਦੀਆਂ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਲਈ ਹਾਰਮੋਨ ਥੈਰੇਪੀ ਦੇ ਖਤਰਿਆਂ ਅਤੇ ਫਾਇਦਿਆਂ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਕਰੋ।

ਛਾਤੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਆਪਣਾ ਖਤਰਾ ਘਟਾਉਣ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ [www.fiveplus.ca](http://www.fiveplus.ca) 'ਤੇ ਦੇਖੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

## ਛਾਤੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਮੇਰੇ ਖਤਰੇ ਦੇ ਹੋਰ ਕੀ ਕਾਰਨ ਹਨ?

ਬਰੈੱਸਟ ਡੈਨਸਿਟੀ ਦੇ ਇਲਾਵਾ, ਵਿਚਾਰ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਲਈ ਖਤਰੇ ਦੇ ਹੋਰ ਪੱਖ ਵੀ ਹਨ:

- ਉਮਰ - ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡਾ ਖਤਰਾ ਵਧਦਾ ਹੈ।
- ਛਾਤੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਨਿੱਜੀ ਹਿਸਟਰੀ (ਜਿਵੇਂ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਛਾਤੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਹੋਈ ਸੀ)
- ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਦਰਜੇ ਦੇ ਕਿਸੇ ਮੈਂਬਰ ਵਿੱਚ ਛਾਤੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਹਿਸਟਰੀ (ਮਾਂ, ਧੀ, ਜਾਂ ਭੈਣ)।
- ਵਿਰਸੇ ਵਿੱਚ ਮਿਲੇ ਖਾਸ ਜੀਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਬੀ ਆਰ ਸੀ ਏ 1 ਅਤੇ ਬੀ ਆਰ ਸੀ ਏ 2 ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਛਾਤੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਆਪਣੇ ਖਤਰੇ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਇਹ ਗਿਆਨ ਹੋਣਾ ਆਪਣੇ ਅਗਲੇ ਕਦਮਾਂ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ।

## ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ

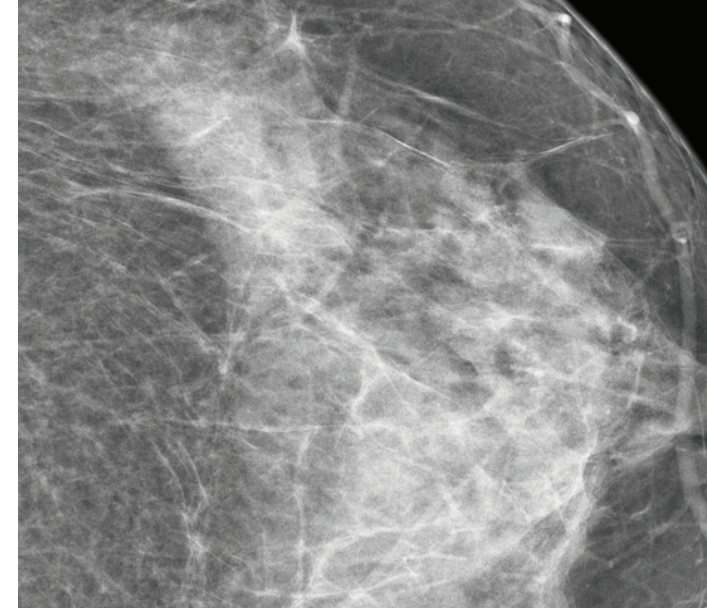
BC Cancer Cervix Screening  
801-686 West Broadway  
Vancouver, BC V5Z 1G1

ਫੋਨ: 1-877-702-6566  
ਈਮੇਲ: [screening@bccancer.bc.ca](mailto:screening@bccancer.bc.ca)  
ਵੈੱਬ: [www.screeningbc.ca/cervix](http://www.screeningbc.ca/cervix)

ਤੁਹਾਡੀ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਹਿਫਾਜ਼ਤ ਦੇ ਐਕਟ, ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦਾ ਹੋਵੇ, ਵੀਡਮ ਐਂਡ ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ ਐਂਡ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਐਂਡ ਪ੍ਰਾਈਵੇਸੀ ਐਕਟ ਦੇ ਮੁਤਾਬਕ ਇਕੱਠੀ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦੀ ਅਣਅਧਿਕਾਰਤ ਵਰਤੋਂ ਤੋਂ ਅਤੇ ਅਗਾਂਹ ਦੱਸੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਰੱਖਿਆ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਿਰਫ ਇਨ੍ਹਾਂ ਐਕਟਾਂ ਮੁਤਾਬਕ ਹੀ ਵਰਤੀ ਅਤੇ ਅਗਾਂਹ ਦੱਸੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੁਆਲਟੀ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੈਲਥਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਫੈਸ਼ਨਲਾਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਜਾਂ ਜਦੋਂ ਕਾਨੂੰਨ ਮੁਤਾਬਕ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋਵੇ।

ਬੀ ਸੀ ਕੈਂਸਰ ਵਲੋਂ ਇਕੱਠੀ ਕੀਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸੰਬੰਧ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਵੀ ਸਵਾਲ ਓਪਰੇਸ਼ਨਜ਼ ਡਾਇਰੈਕਟਰ, ਕੈਂਸਰ ਸਕਰੀਨਿੰਗ ਤੋਂ ਪੁੱਛੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ (ਐਡਰੈਸ: 801 - 686 West Broadway, Vancouver BC V5Z 1G1, ਵੈੱਬ: [www.screeningbc.ca](http://www.screeningbc.ca) ਜਾਂ ਈਮੇਲ: [screening@bccancer.bc.ca](mailto:screening@bccancer.bc.ca))

Version: November 2020  
Punjabi



## ਬਰੈੱਸਟ ਡੈਨਸਿਟੀ ਕੀ ਹੈ?

ਤੁਹਾਡੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਇਸ ਚੀਜ਼ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਦੇਣਾ ਕਿ ਬਰੈੱਸਟ ਡੈਨਸਿਟੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਿਉਂ ਹੈ

[www.screeningbc.ca/breast](http://www.screeningbc.ca/breast)

## ਬਰੈੱਸਟ ਡੈਨਸਿਟੀ ਕੀ ਹੈ?

ਛਾਤੀਆਂ ਟਿਸੂ ਦੀਆਂ ਦੋ ਮੁੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਤੋਂ ਬਣੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ - ਫਾਇਬਰੋਗਲੈਂਡੂਲਰ ਟਿਸੂ ਅਤੇ ਫੈਟੀ ਟਿਸੂ। ਫਾਇਬਰੋਗਲੈਂਡੂਲਰ ਟਿਸੂ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਉੱਪਰ ਸੰਘਣਾ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਜਦ ਕਿ ਫੈਟੀ ਟਿਸੂ ਨਹੀਂ।

ਬਹੁਤੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਦੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਵਿਚ ਸੰਘਣੇ ਅਤੇ ਨਾ-ਸੰਘਣੇ (ਫੈਟੀ) ਟਿਸੂ ਦੋਨਾਂ ਦਾ ਮਿਸ਼ਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਵਿਚ ਨਾ-ਸੰਘਣੇ ਟਿਸੂ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਸੰਘਣੇ ਟਿਸੂ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਬਰੈੱਸਟ ਡੈਨਸਿਟੀ ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਛਾਤੀ ਦੇ ਸੰਘਣੇ ਟਿਸੂ ਦੀ ਕੋਈ ਵੀ ਮਾਤਰਾ ਹੋਣਾ ਸਾਧਾਰਨ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਆਮ ਗੱਲ ਹੈ।

## ਮੈਨੂੰ ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮੇਰੀ ਛਾਤੀ ਦਾ ਟਿਸੂ ਕਿੰਨਾ ਸੰਘਣਾ ਹੈ?

ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਵਿਚ ਸੰਘਣੇ (ਡੈਨਸ) ਟਿਸੂ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਰੇਡਿਓਲੋਜਿਸਟ ਵਲੋਂ ਬਰੈੱਸਟ ਇਮੇਜਿੰਗ ਰਿਪੋਰਟਿੰਗ ਐਂਡ ਡੈਟਾ ਸਿਸਟਮ (ਬਾਇ-ਰੈਡਜ਼) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਮਿਣੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਬਾਇ-ਰੈਡਜ਼ ਅਸੈਸਮੈਂਟ ਤੁਹਾਡੇ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਵਾਲੀ ਚਿੱਠੀ ਉੱਪਰ ਦੇਖੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਛਾਤੀ ਦੇ ਸੰਘਣੇ ਟਿਸੂ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਹਰ ਔਖਰ ਨਾਲ ਵਧਦੀ ਹੈ:

ਸ਼੍ਰੇਣੀ	ਕਿਸਮ
ਬਾਇ-ਰੈਡਜ਼ ਏ	ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਤਕਰੀਬਨ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾ-ਸੰਘਣੇ (ਫੈਟੀ) ਟਿਸੂ ਤੋਂ ਬਣੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ।
ਬਾਇ-ਰੈਡਜ਼ ਬੀ	ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਮੁੱਖ ਤੌਰ 'ਤੇ ਨਾ-ਸੰਘਣੇ (ਫੈਟੀ) ਟਿਸੂ ਤੋਂ ਬਣੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ, ਪਰ ਸੰਘਣੇ ਟਿਸੂ ਦੇ ਕੁਝ ਖਿੱਡੇ-ਪੁੱਡੇ ਏਰੀਏ ਹਨ।
ਬਾਇ-ਰੈਡਜ਼ ਸੀ	ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਨਾ-ਸੰਘਣੇ (ਫੈਟੀ) ਟਿਸੂ ਅਤੇ ਸੰਘਣੇ ਟਿਸੂ ਦੇ ਮਿਸ਼ਰਨ ਤੋਂ ਬਣੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ।
ਬਾਇ-ਰੈਡਜ਼ ਡੀ	ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਤਕਰੀਬਨ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੰਘਣੇ ਟਿਸੂ ਤੋਂ ਬਣੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ।

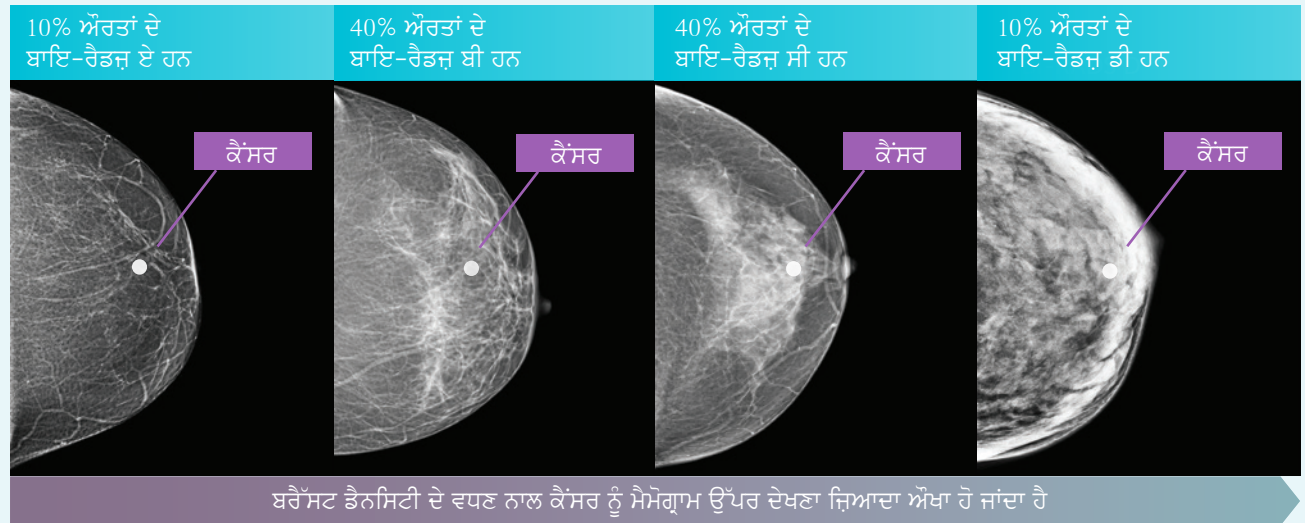
ਤੁਹਾਡੀ ਬਰੈੱਸਟ ਡੈਨਸਿਟੀ ਸਿਰਫ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਉੱਪਰ ਹੀ ਦੇਖੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦਾ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਆਕਾਰ ਜਾਂ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣ ਨਾਲ ਕੋਈ ਸੰਬੰਧ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਹ ਇਕ ਔਰਤ ਤੋਂ ਦੂਜੀ ਔਰਤ ਵਿਚ ਵੱਖਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਮੇਂ ਨਾਲ ਘਟ ਜਾਂ ਬਦਲ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਜਦੋਂ ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਉਮਰ ਵਧਦੀ ਹੈ।

## ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੀ ਬਰੈੱਸਟ ਡੈਨਸਿਟੀ ਦਾ ਪਤਾ ਕਿਉਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਦੋ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਾਰਨ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਬਰੈੱਸਟ ਡੈਨਸਿਟੀ ਦਾ ਪਤਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ:

**1** ਖੋਜ ਇਹ ਦਿਖਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਛਾਤੀ ਵਿਚ ਸੰਘਣੇ ਟਿਸੂ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਵਧਣ ਨਾਲ ਛਾਤੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਖਤਰਾ ਵਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪਰ, ਤੁਹਾਡੇ ਸਮੁੱਚੇ ਖਤਰੇ ਉੱਪਰ ਬਰੈੱਸਟ ਡੈਨਸਿਟੀ ਦਾ ਸਿਰਫ ਥੋੜ੍ਹਾ ਜਿਹਾ ਅਸਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਛਾਤੀ ਦਾ ਟਿਸੂ ਸੰਘਣਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਘਬਰਾਉਣਾ ਨਹੀਂ ਚਾਹੀਦਾ, ਸਗੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਛਾਤੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਆਪਣੇ ਸਮੁੱਚੇ ਖਤਰੇ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

**2** ਛਾਤੀ ਦਾ ਸੰਘਣਾ ਟਿਸੂ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਉੱਪਰ ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਲੱਭਣਾ ਔਖਾ ਬਣਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਛਾਤੀ ਦੀਆਂ ਗਿਲਟੀਆਂ ਜਾਂ ਰਸੋਲੀਆਂ ਵੀ ਚਿੱਠੀਆਂ ਦਿਖਾਈ ਦੇ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਸੰਘਣਾ ਟਿਸੂ ਕੁਝ ਰਸੋਲੀਆਂ ਨੂੰ ਲੁਕਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਕਰਕੇ ਹੀ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਵਿਚ ਕੋਈ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦੇਖੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਡਾ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਹੁਣੇ ਹੁਣੇ ਨੌਰਮਲ ਵੀ ਕਿਉਂ ਨਾ ਆਇਆ ਹੋਵੇ।



ਬਰੈੱਸਟ ਡੈਨਸਿਟੀਡ: ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

## ਕੀ ਸੰਘਣੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਵਾਲੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਕੋਈ ਹੋਰ ਟੈੱਸਟ ਉਪਲਬਧ ਹਨ?

ਇਸ ਵੇਲੇ, ਇਕੱਲੀ ਬਰੈੱਸਟ ਡੈਨਸਿਟੀ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਹੋਰ ਟੈੱਸਟਾਂ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਫੀ ਵਿਗਿਆਨਕ ਸਬੂਤ ਨਹੀਂ ਹੈ:

- ਸਬੂਤ ਇਹ ਦਿਖਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਹੋਰ ਟੈੱਸਟ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਛਾਤੀ ਦਾ ਅਲਟਰਾਸਾਊਂਡ, ਛਾਤੀ ਦੇ ਸੰਘਣੇ ਟਿਸੂ ਵਾਲੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਵਿਚ ਹੋਰ ਕੈਂਸਰਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਪਰ, ਛਾਤੀ ਦੇ ਅਲਟਰਾਸਾਊਂਡ ਦੀ ਟੈੱਸਟਿੰਗ ਨਾਲ, ਗਲਤ-ਪੌਜ਼ਟਿਵ ਨਤੀਜਿਆਂ ਦੀ ਦਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਗਲਤ ਪੌਜ਼ਟਿਵ ਨਤੀਜਾ ਟੈੱਸਟ ਦਾ ਅਬਨੌਰਮਲ (ਅਸਾਧਾਰਨ) ਨਤੀਜਾ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਹੋਰ ਟੈੱਸਟਾਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਨੌਰਮਲ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ (ਜਿਸ ਵਿਚ ਬਾਇਓਪਸੀ ਜਾਂ ਸਰਜਰੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ)। ਇਹ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਛਾਤੀ ਦੇ ਅਲਟਰਾਸਾਊਂਡ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ

ਬਰੈੱਸਟ ਡੈਨਸਿਟੀ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆਦਾਇਕ ਵੀਡੀਓ ਦੇਖਣ ਲਈ [www.screeningbc.ca/breast](http://www.screeningbc.ca/breast) 'ਤੇ ਜਾਓ।