

ਸਰਵਿਕਸ ਦੀ ਆਪ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿੱਟ

ਹਿਦਾਇਤਾਂ

ਟੈਂਸਟ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ:

- ✓ ਇਨ੍ਹਾਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੜ੍ਹੋ ਜਾਂ ਹਰ ਕਦਮ ਬਾਰੇ ਦੱਸਦੀ ਵੀਡਿਓ ਦੇਖੋ।



screeningbc.ca/cervix

ਇਸ ਕਿੱਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ:

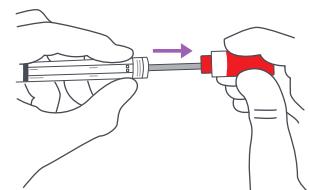
- ✗ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੀਰੀਅਡ ਆਇਆ ਹੋਵੇ। ਪੀਰੀਅਡ ਦੇ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਣ ਤੱਕ ਉਡੀਕ ਕਰੋ।
- ✗ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ ਜਾਂ ਗਰਭ ਰੋਕੁ ਪੈਸਰੀ ਦੀ ਵੁਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਆਪਣੀਆਂ ਟੈਂਸਟ ਦੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਬਾਰੋਂ ਕਿਸੇ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਅਜੇ ਵੀ ਸਰਵਿਕਸ ਦਾ ਟੈਂਸਟ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

- 1 ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋਵੋ। ਲੱਕ ਤੋਂ ਹੇਠਾਂ ਆਪਣੇ ਕੱਪੜੇ ਉਤਾਰੋ।

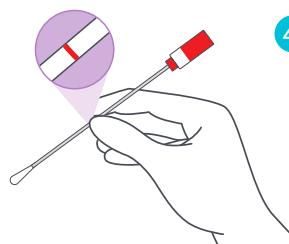


- 2 ਸਵਾਬ ਭਾਵ ਤੂੰਬੇ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਕਰੋ:

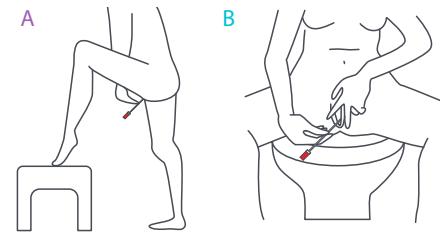
ਟਿਊਬ ਵਿੱਚੋਂ ਸਵਾਬ ਭਾਵ ਤੂੰਬਾ ਕੱਢਣ ਲਈ ਲਾਲ ਢੱਕਣ ਨੂੰ ਫੜੋ। ਟਿਊਬ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਸਾਫ਼ ਥਾਂ 'ਤੇ ਰੱਖੋ। ਸਵਾਬ ਦੇ ਨਰਮ ਸਿਰੇ ਨੂੰ ਨਾ ਛੂਹੋ।



- 3 ਸਵਾਬ ਨੂੰ ਲਾਲ ਲਾਈਨ 'ਤੇ ਫੜੋ। ਇਹ ਲਾਈਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸਵਾਬ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਯੋਨੀ ਵਿਚ ਕਿਨੀ ਦੁਰ ਤੱਕ ਪਾਉਣਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਵਾਬ ਨੂੰ ਉਸ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਪਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਉੱਗਲਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਯੋਨੀ ਦੇ ਬਾਹਰਲੇ ਹਿੱਸੇ (ਵੁਲਵਾ) ਨਾਲ ਲੱਗ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।



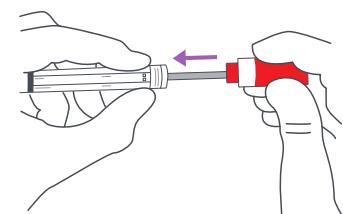
- 4 ਆਪਣਾ ਨਮੂਨਾ ਲਉਂ:
- ਆਪਣੀਆਂ ਲੱਤਾਂ ਚੰਝੀਆਂ ਕਰਕੇ ਖੜ੍ਹੋ ਹੋਵੋ (1) ਜਾਂ ਬੈਰੋ (ਬੀ)
- | ਆਪਣੇ ਦੂਜੇ ਹੱਥ ਨਾਲ, ਚਮੜੀ ਦੀਆਂ ਤਹਿਆਂ ਨੂੰ ਪਿੱਛੇ ਨੂੰ ਕਰਕੇ ਰੱਖੋ।



- 5 ਆਪਣੀ ਯੋਨੀ (ਵਜਾਇਨਾ) ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੋ, ਸਕਿਂਟ ਫਿਰ ਸਵਾਬ ਨੂੰ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਆਪਣੀ ਯੋਨੀ ਦੇ ਬਾਹਰਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿਚ ਪਾਉਂ ਵਿੱਚੋਂ ਤੁਸੀਂ ਟੈਂਪੋਨ ਪਾਉਂਦੇ ਹੋ। ਸਵਾਬ ਨੂੰ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ 20 ਗਿਣਣ ਤੱਕ ਘੁਮਾਉ ਅਤੇ ਫਿਰ ਸਵਾਬ ਨੂੰ ਕੱਢ ਲਉ।



- 6 ਸਵਾਬ ਨੂੰ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੀ ਟਿਊਬ ਵਿਚ ਪਾਉ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬੰਦ ਕਰੋ।



ਜੇ ਟੈਂਸਟ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿਚ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ:

- 7 ਦੋ ਵਾਰ ਇਹ ਚੈਕ ਕਰੋ ਕਿ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਨੇ ਤੁਹਾਡੀ ਟਿਊਬ ਉੱਪਰ ਨਮੂਨਾ ਲੈਣ ਦੀ ਤਾਰੀਕ ਦਾ ਲੇਬਲ ਲਾਇਆ ਹੈ। ਟਿਊਬ ਨੂੰ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੇ ਬੈਗ ਵਿਚ ਪਾਉ। ਬੈਗ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰੋ।

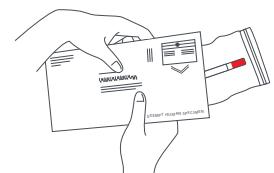
ਜਾਂ

ਜੇ ਟੈਂਸਟ ਘਰ ਵਿਚ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ:

- 7 ਆਪਣਾ ਨਮੂਨਾ ਲੈਣ ਦੀ ਤਾਰੀਕ ਟਿਊਬ ਦੇ ਲੇਬਲ ਅਤੇ ਲੈਬ ਲਈ ਪੇਪਰ ਦੌਨਾਂ 'ਤੋਂ ਸਾਫ਼ ਸਾਫ਼ ਲਿਖੋ। ਟਿਊਬ ਨੂੰ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੇ ਬੈਗ ਵਿਚ ਪਾਉ। ਬੈਗ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰੋ।

LAST NAME
First Name
06 APR 1972 9876 543 214
COLLECTION DATE:
DD MM YY YYYY
(e.g. 01 JAN 2021)

- 8 ਸੀਲਬੰਦ ਬੈਗ ਜਿਸ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡਾ ਨਮੂਨਾ ਲੈਣ ਵਾਲਾ ਯੰਤਰ ਹੈ, ਉਹ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਨੂੰ ਵਾਪਸ ਕਰੋ।



- 9 ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਤੁਹਾਡੇ ਲੈਬ ਦੇ ਪੇਪਰ ਨੂੰ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਮੂਨੇ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਲੈਬ ਦੇ ਪੇਪਰ ਨੂੰ ਭੇਜੇਗਾ।



- 8 ਸੀਲਬੰਦ ਬੈਗ ਅਤੇ ਲੈਬ ਦੇ ਆਪਣੇ ਪੇਪਰ ਨੂੰ ਪ੍ਰੀਪੈਂਡ ਵਾਪਸੀ ਲਿਫਾਡੇ ਵਿਚ ਪਾਉ।

- 9 ਲਿਫਾਡੇ ਨੂੰ ਅੱਜ ਹੀ ਕੈਨੇਡਾ ਪੋਸਟ ਦੇ ਕਿਸੇ ਆਫਿਸ ਵਿਚ ਦਿਉ ਜਾਂ ਪੋਸਟ ਬੈਂਕਸ ਵਿਚ ਪਾਉ।

ਟੈਂਸਟ ਨਾਲ ਤਕਲੀਫ਼ ਨਹੀਂ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ। ਆਪਣਾ ਨਮੂਨਾ ਲੈਣ ਵੇਲੇ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਦਰਦ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਤੋਂ ਮਦਦ ਮੁੜੋ।

ਆਮ ਪੁੱਛੇ ਜਾਂਦੇ ਸਵਾਲ

ਕੀ ਮੈਂ ਆਪਣਾ ਨਮੂਨਾ ਸਹੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲਵਾਂਗੀ? ਕੀ ਦੁੱਖ ਲੱਗੇਗਾ?

ਸਰਵਿਕਸ ਦੀ ਆਪੋ ਜਾਂਚ ਸੌਖੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਨਾਲ ਤਕਲੀਫ਼ ਨਹੀਂ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ। ਤੁਹਾਡੀ ਯੋਨੀ ਵਿੱਚੋਂ ਸਿਰਫ਼ ਇਕ ਛੋਟੇ ਨਮੂਨੇ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਕੇ, ਤੁਸੀਂ ਸੌਖ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਆਪਣਾ ਨਮੂਨਾ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਆਪਣਾ ਨਮੂਨਾ ਲੈਣ ਵੇਲੇ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਦਰਦ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਹੈਲਥ ਕੋਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਤੋਂ ਮਦਦ ਮੁੰਗੇ।

ਜੇ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣਾ ਨਮੂਨਾ ਲੈਣ ਵੇਲੇ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆਵੇ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

ਤੁਸੀਂ ਹੈਲਥ ਕੋਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਨੂੰ ਇਹ ਦਿਖਾਉਣ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਨਮੂਨਾ ਕਿਵੇਂ ਲੈਣਾ ਹੈ ਜਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਨਮੂਨਾ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਨਮੂਨਾ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜੇ ਮੇਰੇ ਕੋਲੋਂ ਸਵਾਬ ਡਿਗ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਕੋਲੋਂ ਸਵਾਬ ਡਿਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਫਿਕਰ ਨਾ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਇਸ ਨੂੰ ਆਮ ਵਾਂਗ ਲੈਬ ਨੂੰ ਭੇਜਣਾ ਬਿਹਤਰ ਹੈ। ਜੇ ਸਵਾਬ ਕਿਸੇ ਗਿੱਲੀ ਥਾਂ ਨਾਲ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ ਕਿ ਨਤੀਜਾ ਵਿਅਰਥ ਵਾਪਸ ਆ ਸੱਕਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਗਿੱਲੀਆਂ ਥਾਂਵਾਂ ਨਮੂਨੇ ਦੇ ਕਣ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਧੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਅਸੀਂ ਸਲਾਹ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਨਮੂਨਾ ਆਮ ਵਾਂਗ ਭੋਜੋ ਅਤੇ ਜੇ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇਕੱਨਵੀਂ ਕਿੱਟ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਹੀ ਭੇਜ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਮੇਰੇ ਨਤੀਜੇ ਮਿਲਣ ਨੂੰ ਕਿੱਨਾ ਸਮਾਂ ਲੱਗੇਗਾ ਅਤੇ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਨਤੀਜੇ ਕਿਵੇਂ ਦੇਖਣੇ ਹਾਂ?

ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਆਪਣਾ ਨਮੂਨਾ ਭੇਜਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਹੈਲਥ ਕੋਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਨੂੰ ਐਚ ਪੀ ਵੀ ਦੇ ਨਤੀਜੇ 4 ਤੋਂ 6 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਵਿਚ ਢਾਕ ਰਾਹੀਂ ਭੇਜ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਸਰਵੀਕਲ ਸਕਰੀਨਿੰਗ ਲੈਬਰਟਰੀ ਵਿਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨਮੂਨੇ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਦੇਰੀ ਹੋ **HealthGateway** ਆਪਣੇ ਨਤੀਜੇ healthgateway.gov.bc.ca 'ਤੇ ਹੈਲਥ ਗੇਟਵੇਅ ਰਾਹੀਂ ਵੀ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋਣ।

ਜੇ ਐਚ ਪੀ ਵੀ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਤਰੇ ਵਾਲੀ ਕਿਸਮ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗੇ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

ਇਹ ਪਤਾ ਲੱਗਣਾ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਤਰੇ ਵਾਲਾ ਐਚ ਪੀ ਵੀ ਹੈ, ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਹੈ ਜਾਂ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ। ਤੁਹਾਡੇ ਨਤੀਜੇ ਅਗੂੰ ਕਦਮਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਵਿਚ ਸਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨਗੇ। ਤੁਹਾਡੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਅਤੇ ਪਿਛਲੇ ਟੈਸਟਾਂ ਮੁਤਾਬਕ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੈਪ ਟੈਸਟ ਜਾਂ ਕੋਲਪੋਸਕੋਪੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਕੀ ਇਹ ਕਿੱਟ ਐਚ ਪੀ ਵੀ ਦੇ ਇਲਾਵਾ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ ਲਈ ਵੀ ਟੈਸਟ ਕਰੇਗੀ?

ਇਹ ਕਿੱਟ ਸਿਰਫ਼ ਐਚ ਪੀ ਵੀ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਤਰੇ ਵਾਲੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਲਈ ਟੈਸਟ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸੰਭੋਗ ਨਾਲ ਲੱਗਣ ਵਾਲੀਆਂ ਹੋ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨਾਂ (ਐਸ ਟੀ ਆਈਜ਼) ਲਈ ਟੈਸਟ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਕਿਸੇ ਹੈਲਥ ਕੋਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਕਿੱਟ ਗੁਆ ਲਈ/ਖਰਾਬ ਕਰ ਲਈ ਹੈ; ਕੀ ਮੈਂ ਨਵੀਂ ਮੰਗ ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਕਿੱਟ ਗੁਆ ਲਈ ਹੈ ਜਾਂ ਖਰਾਬ ਕਰ ਲਈ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਬੀ ਸੀ ਕੈਂਸਰ ਸਰਵਿਕਸ ਸਕਰੀਨਿੰਗ ਤੋਂ ਨਵੀਂ ਲੈਣ ਲਈ ਫੋਨ ਕਰੋ: 1-877-702-6566.

ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣਾ ਨਮੂਨਾ ਕਿਸੇ ਖਾਸ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਨਹੀਂ, ਆਪਣਾ ਨਮੂਨਾ ਕਮਰੇ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਰੱਖਣਾ ਠੀਕ ਹੈ।

ਜੇ ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਕਿੱਟ ਉਸ ਦਿਨ ਹੀ ਵਾਪਸ ਨਾ ਕਰ ਸਕਾਂ ਜਿਸ ਦਿਨ ਮੈਂ ਨਮੂਨਾ ਲਿਆ ਸੀ ਤਾਂ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਕਿੱਟ ਉਸੇ ਦਿਨ ਵਾਪਸ ਕਰਨੂੰ ਦੇ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੋ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਨਮੂਨੇ ਨੂੰ ਕੈਨੋਡਾ ਪੋਸਟ ਦੇ ਕਿਸੇ ਆਫਿਸ ਜਾਂ ਪੋਸਟ ਬੈਕਸ ਵਿਚ ਆਪਣਾ ਨਮੂਨਾ ਲੈਣ ਦੀ ਤਾਰੀਕ ਤੋਂ ਬਾਅਦ 7 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਵਿਚ ਵਿਚ ਛੱਡੋ।

ਸਰਵੀਕਲ ਕੈਂਸਰ ਦੀਆਂ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ?

ਜੇ ਸੈਕਸ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਪੀਰੀਅਡਾਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਜਾਂ ਮਾਹਵਾਰੀ ਬੰਦ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੇ ਬਲੀਡਿੰਗ ਹੁੰਦੀ ਹੈ; ਯੋਨੀ ਵਿੱਚੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮੁਆਦ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ; ਪੋਡ (ਪੈਲਵਿਕ) ਵਿਚ ਜਾਂ ਸੈਕਸ ਦੌਰਾਨ ਦਰਦ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਹੈਲਥ ਕੋਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਤੁਹਾਡੀ ਸਰਵਿਕਸ ਦੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਲਈ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਨੂੰ ਦੇਖਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ - ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਡੇ ਜਾਂਚ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਨੌਰਮਲ ਵੀ ਆਏ ਹੋਣ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹੋਣ ਤਾਂ ਬੀ ਸੀ ਕੈਂਸਰ ਸਰਵਿਕਸ ਸਕਰੀਨਿੰਗ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:

1-877-702-6566

www.screeningbc.ca/cervix

ਬੀ ਸੀ ਕੈਂਸਰ ਵਲੋਂ ਅਧਿਕਾਰ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ, ਇਨ੍ਹਾਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਸਮੁੱਚੇ ਜਾਂ ਅੰਸ਼ਕ ਰੂਪ ਵਿਚ ਕੋਈ ਵੀ ਕਾਪੀ, ਸੋਚ ਜਾਂ ਵੰਡ ਕਰਨ ਦੀ ਸਥਤੀ ਨਾਲ ਮਨਾਹੀ ਹੈ।
Version: April 2025