ਛਾਤੀ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ **ਦਾ** ਨਤੀਜਾ

BC CANCER BREAST SCREENING
Provincial Health Services Authority

Notice Date
Exam Date:

Jane Sample
100 Example Avenue
City, Province, Postal Code

ਪਿਆਰੀ Jane,

ਤੁਹਾਡੇ ਹਾਲੀਆ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਕਲੀਨਿਕਲ ਹਿਸਟਰੀ ਤੋਂ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅੱਗੇ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਵਾਧੂ ਟੈਸਟ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਛਾਤੀ ਦੇ ਅਲਟਰਾਸਾਊਂਡ, ਕਈ ਵਾਰ ਲੋੜੀਂਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਹ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਸਿਹਤਮੰਦ ਹਨ। ਥੋੜ੍ਹੇ ਜਿਹੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਟਿਸ਼ੂ ਬਾਇਉਪਸੀ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਹਰ 100 ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਲਗਭਗ 94 ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਸਿਹਤਮੰਦ ਪਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕੁਝ ਕੁ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਛਾਤੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਪੜਾਅ ਵਿੱਚ ਪਤਾ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਇਲਾਜ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡਾ ਨਤੀਜਾ: ਅੱਗੇ ਫਾਲੋ-ਅੱਪ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ

ਅਗਲੇ ਕਦਮ: ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਅੱਗੇ ਦੀ ਫਾਲੋ-ਅੱਪ ਜਾਂਚ ਰਿਕਾਰਡ ਵਿੱਚ ਦਰਜ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨਕਰਤਾ Natalie Example ਨੂੰ ਭੇਜ ਦਿੱਤੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਕੋਈ ਮੈਡੀਕਲ ਇਮੇਜਿੰਗ ਫੈਸਿਲਿਟੀ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਚੁੱਕੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਜੋ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਬੁੱਕ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਗਲੇ ਕੁਝ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਕਾਲ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਰੈਫਰਲ ਬਾਰੇ ਪ੍ਰਦਾਨਕਰਤਾ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। **ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਗਿਲਟੀ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਚਿੰਤਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ** ਪ੍ਰਦਾਨਕਰਤਾ **ਨੂੰ ਮਿਲੋ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਇਹ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰ ਸਕਣ ਕਿ ਹੋਰ ਟੈਸਟਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।**

ਬ੍ਰੈਸਟ ਡੈਂਸਿਟੀ: ਸ਼੍ਰੇਣੀ BI-RADS B. ਤੁਹਾਡੀ ਬ੍ਰੈਸਟ ਡੈਂਸਿਟੀ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਪੱਤਰ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਪਾਸੇ ਨੂੰ ਵੇਖੋ।

ਸਾਨੂੰ ਦੱਸੋ ਅਸੀਂ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕੀਤਾ

ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਦੇ ਅਨੁਭਵ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ। ਇਸ QR ਕੋਡ ਨੂੰ ਸਕੈਨ ਕਰੋ ਜਾਂ screeningbc.ca/breastfeedback 'ਤੇ ਜਾਉਂ ਅਤੇ ਇੱਕ ਛੋਟੀ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਵਲੀ ਪੂਰੀ ਕਰੋ। ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤਾ ਕੋਡ ਦਰਜ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਟਿੱਪਣੀ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਨਾਲ ਜੋੜੋ: **XXXXXXXXXXXXX** ਜਾਂ ਗੁਮਨਾਮ ਰਹਿਣ ਲਈ ਇਸਨੂੰ ਖਾਲੀ ਛੱਡ ਦਿਉਂ। ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਉੱਤੇ ਕੋਈ ਅਸਰ ਨਹੀਂ ਪਵੇਗਾ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਡਾਕ ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਵਲੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ screening@bccancer.bc.ca 'ਤੇ ਈਮੇਲ ਭੇਜੋ ਅਤੇ Subject line ਵਿੱਚ ਲਿਖੋ: **Breast Questionnaire for XXXXXXXXXXXXX.**

Dr. Charlotte Yong-Hing
Medical Director, Breast Screening Program

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਰਿਪੋਰਟ ਗਲਤੀ ਨਾਲ ਮਿਲੀ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨਕਰਤਾ ਬਦਲ ਗਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਾਨੂੰ 1-800-663-9203 'ਤੇ ਸੂਚਿਤ ਕਰੋ।

Screening Facility:
Sample Mammogram Screening Facility

BC Cancer Breast Screening Program
screening@bccancer.bc.ca
Client Services Centre: 1-800-663-9203

Client PHN #
Notice ID: XXXXXXXXXXXX

SAMPLE

ਛਾਤੀ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ **ਦਾ** ਨਤੀਜਾ

BC CANCER BREAST SCREENING
Provincial Health Services Authority

ਬ੍ਰੈਸਟ ਡੈਂਸਿਟੀ ਕੀ ਹੈ?

ਛਾਤੀਆਂ ਮੁੱਖ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦੋ ਕਿਸਮ ਦੇ ਟਿਸ਼ੂਆਂ ਤੋਂ ਬਣੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਫਾਈਬਰੋਗਲੈਂਡੂਲਰ ਟਿਸ਼ੂ ਅਤੇ ਚਰਬੀ ਵਾਲਾ ਟਿਸ਼ੂ। ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ 'ਤੇ ਫਾਈਬਰੋਗਲੈਂਡੂਲਰ ਟਿਸ਼ੂ ਸੰਘਣਾ (ਠੋਸ) ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਚਰਬੀ ਵਾਲਾ ਟਿਸ਼ੂ ਨਹੀਂ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸੰਘਣੇ ਅਤੇ ਚਰਬੀ ਵਾਲੇ ਦੋਵੇਂ ਟਿਸ਼ੂਆਂ ਦਾ ਮਿਸ਼ਰਣ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬ੍ਰੈਸਟ ਡੈਂਸਿਟੀ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਚਰਬੀ ਵਾਲੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਸੰਘਣਾ ਟਿਸ਼ੂ ਕਿੰਨਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਵੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਸੰਘਣਾ ਬ੍ਰੈਸਟ ਟਿਸ਼ੂ ਹੋਣਾ ਸਧਾਰਨ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਆਮ ਗੱਲ ਹੈ।

ਮੈਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪਤਾ ਲੱਗੇਗਾ ਕਿ ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਕਿੰਨਾ ਸੰਘਣਾ ਬ੍ਰੈਸਟ ਟਿਸ਼ੂ ਹੈ?

ਇੱਕ ਰੇਡੀਉਲੋਜਿਸਟ (ਸਕੈਨ ਪੜ੍ਹਨ ਲਈ ਸਿਖਿਅਤ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨਕਰਤਾ) Breast Imaging Reporting and Data System (BI-RADS) ਨਾਮਕ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਡੀ ਬ੍ਰੈਸਟ ਡੈਂਸਿਟੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ BI-RADS ਨਤੀਜਾ ਇਸ ਸੂਚਨਾ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਪਾਸੇ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਹਰ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਦੇ ਅੱਖਰ ਨਾਲ ਬ੍ਰੈਸਟ ਟਿਸ਼ੂ ਦੀ ਸੰਘਣਤਾ ਵੱਧਦੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ:

BI-RADS A	**BI-RADS B**	**BI-RADS C**	**BI-RADS D**
ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਲਗਭਗ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਚਰਬੀ ਵਾਲੇ ਟਿਸ਼ੂ ਤੋਂ ਬਣੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ।	ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਮੁੱਖ ਤੌਰ 'ਤੇ ਚਰਬੀ ਵਾਲੇ ਟਿਸ਼ੂ ਤੋਂ ਬਣੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸੰਘਣੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦੇ ਕੁਝ ਛੋਟੇ ਏਰੀਏ ਹਨ।	ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਚਰਬੀ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਸੰਘਣੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦਾ ਮਿਸ਼ਰਣ ਹੈ।	ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਲਗਭਗ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੰਘਣੇ ਟਿਸ਼ੂ ਤੋਂ ਬਣੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ।

ਤੁਹਾਡੀ ਬ੍ਰੈਸਟ ਡੈਂਸਿਟੀ ਸਿਰਫ਼ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ 'ਤੇ ਹੀ ਵੇਖੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਆਕਾਰ ਜਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਹ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਵਿੱਚ ਵੱਖਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਉਮਰ ਵਧਣ ਦੇ ਨਾਲ, ਘਟ ਜਾਂ ਬਦਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਜਾਣਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਿਉਂ ਹੈ ਕਿ ਮੇਰੀ ਬ੍ਰੈਸਟ ਡੈਂਸਿਟੀ ਕੀ ਹੈ?

1. ਖੋਜ ਤੋਂ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸੰਘਣਾ ਟਿਸ਼ੂ ਵਧੇਰੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਬ੍ਰੈਸਟ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਵੱਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਬ੍ਰੈਸਟ ਡੈਂਸਿਟੀ ਤੁਹਾਡੇ ਕੁੱਲ ਖ਼ਤਰੇ ਵਿੱਚ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਛੋਟੀ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਸੰਘਣਾ ਬ੍ਰੈਸਟ ਟਿਸ਼ੂ ਹੈ ਤਾਂ ਚਿੰਤਾ ਨਾ ਕਰੋ। ਇਹ ਆਮ ਗੱਲ ਹੈ, ਪਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਕੁੱਲ ਬ੍ਰੈਸਟ ਕੈਂਸਰ ਖ਼ਤਰੇ ਬਾਰੇ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨਕਰਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
2. ਸੰਘਣਾ ਬ੍ਰੈਸਟ ਟਿਸ਼ੂ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ 'ਤੇ ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਵੇਖਣਾ ਔਖਾ ਬਣਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸੰਘਣਾ ਟਿਸ਼ੂ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ 'ਤੇ ਚਿੱਟਾ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਗਿਲਟੀਆਂ ਜਾਂ ਰਸੌਲੀਆਂ ਵੀ ਚਿੱਟੇ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਸੰਘਣਾ ਟਿਸ਼ੂ ਕਈ ਵਾਰ ਰਸੌਲੀ ਨੂੰ ਲੁਕਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਬਦਲਾਅ ਵੇਖਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨਕਰਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ, ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਡਾ ਆਖਰੀ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਸਧਾਰਨ ਹੀ ਸੀ।

ਕੀ ਸੰਘਣੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਵਾਧੂ ਟੈਸਟ ਉਪਲਬਧ ਹਨ?

ਇਸ ਵੇਲੇ, ਸਿਰਫ਼ ਬ੍ਰੈਸਟ ਡੈਂਸਿਟੀ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਹੋਰ ਟੈਸਟਾਂ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਫ਼ੀ ਸਬੂਤ ਉਪਲਬਧ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਕੁਝ ਖੋਜ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਛਾਤੀ ਦੇ ਅਲਟਰਾਸਾਊਂਡ ਵਰਗੇ ਟੈਸਟ ਸੰਘਣੇ ਬ੍ਰੈਸਟ ਟਿਸ਼ੂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਕੈਂਸਰ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਐਪਰ, , ਛਾਤੀ ਦਾ ਅਲਟਰਾਸਾਊਂਡ ਵਧੇਰੇ ਫਾਲਸ-ਪਾਜ਼ਿਟਿਵ ਨਤੀਜੇ (ਫਾਲਸ ਅਲਾਰਮ) ਵੀ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਫਾਲਸ-ਪਾਜ਼ਿਟਿਵ ਨਤੀਜਾ ਇੱਕ ਅਸਧਾਰਨ ਟੈਸਟ ਨਤੀਜਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਹੋਰ ਜਾਂਚਾਂ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬਾਇਉਪਸੀ ਜਾਂ ਸਰਜਰੀ) ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਧਾਰਨ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਜਾਣਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨਕਰਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕਿ ਛਾਤੀ ਦਾ ਅਲਟਰਾਸਾਊਂਡ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਉਚਿਤ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।

ਜੇ ਮੇਰੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਸੰਘਣੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਅਜੇ ਵੀ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

ਹਾਂ। ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਹੀ ਇਕੱਲਾ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਟੈਸਟ ਹੈ ਜੋ ਬ੍ਰੈਸਟ ਕੈਂਸਰ ਕਾਰਨ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਮੌਤਾਂ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਸਾਬਤ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕੈਂਸਰ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ 'ਤੇ ਵੇਖੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਸੰਘਣਾ ਬ੍ਰੈਸਟ ਟਿਸ਼ੂ ਹੋਵੇ। ਨਿਯਮਿਤ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਕਰਵਾਉਣ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ, ਇਹ ਜਾਣਨਾ ਵੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਕਿਵੇਂ ਦਿਖਦੀਆਂ ਅਤੇ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਬਦਲਾਅ ਵੇਖਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨਕਰਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਤੁਸੀਂ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਜ਼ਨ ਕਾਇਮ ਰੱਖ ਕੇ, ਸਰਗਰਮ ਰਹਿ ਕੇ, ਸ਼ਰਾਬ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਸੀਮਿਤ ਕਰਕੇ ਅਤੇ ਜੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੁੱਧ ਪਿਲਾ ਕੇ ਆਪਣੇ ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੁੱਲ ਕੈਂਸਰ ਖ਼ਤਰੇ ਨੂੰ ਵੀ ਘਟਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਮੈਨੋਪੌਜ਼ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਲਈ ਹਾਰਮੋਨ ਥੈਰੇਪੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਸ ਦੇ ਖ਼ਤਰਿਆਂ ਅਤੇ ਫਾਇਦਿਆਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਦਾਨਕਰਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਜਾਂ screeningbc.ca/breast 'ਤੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ। ਸੰਘਣਾ ਬ੍ਰੈਸਟ ਟਿਸ਼ੂ ਇੱਕ ਜੋਖਿਮ ਕਾਰਕ ਹੈ, ਪਰ ਇਸ ਦਾ ਇਹ ਅਰਥ ਨਹੀਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਹੀ ਉੱਚ ਜੋਖਿਮ ਵਾਲੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋ । ਹੋਰ ਜੋਖਿਮ ਕਾਰਕਾਂ ਵਿੱਚ ਵਧਦੀ ਉਮਰ, ਛਾਤੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿਸਟਰੀ ਅਤੇ BRCA1 ਅਤੇ BRCA2 ਸਮੇਤ ਕੁਝ ਵਿਰਾਸਤੀ ਜੀਨ ਵੈਰੀਐਂਟ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

SAMPLE

ਛਾਤੀ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਦਾ ਨਤੀਜਾ

BC CANCER BREAST SCREENING
Provincial Health Services Authority

ਬ੍ਰੈਸਟ ਡੈਂਸਿਟੀ ਬਾਰੇ ਇੱਕ ਸਿੱਖਿਆਤਮਕ ਵੀਡੀਉ ਦੇਖਣ ਅਤੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ screeningbc.ca/breast 'ਤੇ ਜਾਉ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਪਤਾ ਬਦਲ ਗਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ addresschange.gov.bc.ca ਤੇ ਜਾ ਕੇ ICBC ਅਤੇ Health Insurance BC ਨਾਲ ਆਪਣਾ ਪਤਾ ਇੱਕੋ ਸਮੇਂ ਆਨਲਾਈਨ ਅੱਪਡੇਟ ਕਰੋ।

ਆਪਣੇ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਪੱਤਰ ਆਨਲਾਈਨ ਵੇਖਣ ਲਈ Health Gateway (healthgateway.gov.bc.ca) ਲਈ ਸਾਈਨ ਅੱਪ ਕਰੋ।

ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਅਨੁਵਾਦ ਕਰੋ।
ਕੁਝ ਅਨੁਵਾਦ ਇੱਥੇ ਉਪਲਬਧ ਹਨ: screeningbc.ca/notifications.

Français | 中文 | ਪੰਜਾਬੀ | Deutsch | 한국어 | Español | Filipino | فارسی | Tiếng Việt | اللغة العربية | українська мова

BC Cancer ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸੰਚਾਰ ਸੰਪਰਕ ਅਤੇ ਫਾਲੋ-ਅੱਪ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ, ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਮੁਲਾਂਕਣ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਇਕੱਠੀ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਵਰਤੇਗਾ। ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ FIPPA ਧਾਰਾ 26(c) ਅਤੇ (e) ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਇਕੱਠੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਇਕੱਠੇ ਕਰਨ ਅਤੇ ਵਰਤੋਂ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹਨ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ screening@bccancer.bc.ca ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਗੁਪਤਤਾ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ScreeningBC.ca 'ਤੇ ਜਾਉ।

SAMPLE

BC Cancer Breast Screening Program
screening@bccancer.bc.ca
Client Services Centre: 1-800-663-9203

Client PHN #
Notice ID: XXXXXXXXXXXX