# ਆਪਣੇ ਨਤੀਜੇ ਸਮਝਣਾ

ਇਹ ਕਿਤਾਬਚਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਨੈਸ਼ਨਲ ਕੈਂਸਰ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਰਜਿਸਟਰ (NCSR) ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਣਗੇ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅੱਗੇ ਕੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਇਹ ਦੋ ਸਾਲਾਂ ਬਾਅਦ ਦੁਬਾਰਾ ਘੱਟ-ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਵਾਲਾ ਕੰਪਿਊਟਿਡ ਟੋਮੋਗ੍ਰਾਫੀ (CT) ਸਕੈਨ ਕਰਵਾਉਣਾ ਜਾਂ ਨਤੀਜਿਆਂ 'ਤੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਮਿਲਣਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

## ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕੀ ਪਤਾ ਲਗਾਉਂਦੀ ਹੈ?

ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਛੋਟੀ ਜਿਹੀ ਗੰਢ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਲਈ ਘੱਟ-ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਵਾਲੇ CT ਸਕੈਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਸਨੂੰ ਨੋਡਿਊਲ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਗਿਲ੍ਹਟੀਆਂ ਫੇਫੜਿਆਂ ਵਿੱਚ ਟਿਸ਼ੂ ਦੀਆਂ ਛੋਟੀਆਂ-ਛੋਟੀਆਂ ਗੰਢਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਬਹੁਤ ਆਮ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਗਿਲ੍ਹਟੀਆਂ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ।

ਤੁਹਾਡੇ ਅੱਗੇ ਦੇ ਕਦਮ ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਗਿਲ੍ਹਟੀਆਂ ਦਾ ਆਕਾਰ ਅਤੇ ਦਿੱਖ ਕੀ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਦੇਖਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੀਆਂ ਗਿਲ੍ਹਟੀਆਂ ਹੋਣ, ਜਾਂ ਹੋਰ ਟੈਸਟਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਣ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਹੈ।

ਇਹ ਸਕੈਨ ਫੇਫੜਿਆਂ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੇ ਬਾਹਰ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵੀ ਲੱਭ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਹੈ, ਪਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਚਰਚਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

### ਅਗਲੇ ਕਦਮਾਂ ਵਿੱਚ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- 3, 6 ਜਾਂ 12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਬਾਅਦ ਇੱਕ ਹੋਰ ਘੱਟ-ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਵਾਲਾ CT ਸਕੈਨ ਕਰਵਾਉਣਾ, ਤਾਂ ਜੋ ਵੇਖਿਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਗਿਲ੍ਹਟੀਆਂ ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਬਦਲਦੀਆਂ ਹਨ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।
- ਹੋਰ ਟੈਸਟਾਂ ਲਈ ਸਾਹ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੇ ਮਾਹਰ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਭੇਜਣਾ।
- ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਵਿੱਚ NCSR ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰੇਗਾ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਲਈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਅਗਲਾ ਸਕੈਨ ਕਦੋਂ ਕਰਵਾਉਣਾ ਹੈ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਯਾਦ-ਪੱਤਰ ਭੇਜਣਗੇ।
- ਤੁਹਾਡਾ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਰਿਕਾਰਡ NCSR ਵਿੱਚ ਸੰਭਾਲ ਕੇ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇਗਾ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਸਕੈਨ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਗੰਭੀਰ ਨਤੀਜੇ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੇ, ਤਾਂ NCSR ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੋ ਸਾਲ ਬਾਅਦ ਦੁਬਾਰਾ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਯਾਦ ਦਿਵਾਏਗਾ।

Australian Government

NATIONAL LUNG CANCER SCREENING PROGRAM

# ਮੇਰਾ ਨਤੀਜਾ ਕੀ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅੱਗੇ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

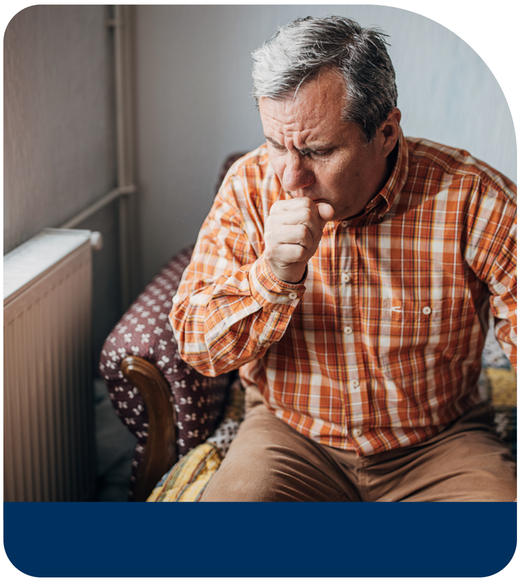
| ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਦੇ ਨਤੀਜੇ | ਅਗਲੇ ਕਦਮ |
|---|---|
| **ਅਧੂਰਾ**<br>ਤਕਨੀਕੀ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਇਸ ਸਕੈਨ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਨਹੀਂ ਬਣਾਈ ਜਾ ਸਕੀ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। | • ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ NCSR ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੋਂ ਯਾਦ-ਪੱਤਰ ਮਿਲੇਗਾ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ। |
| **ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਜ਼ੋਖਮ**<br>ਤੁਹਾਡੇ ਸਕੈਨ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਚਿੰਤਾ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਮਿਲੀ ਹੈ। ਹਰ 2 ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਨਿਯਮਤ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕਰਵਾਉਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਮਰ ਦੇ ਨਾਲ ਆ ਰਹੇ ਬਦਲਾਅ ਵੇਖੇ ਜਾ ਸਕਣ। | • ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਕਿ ਕੋਈ ਵੀ ਗੰਭੀਰ ਨਤੀਜਾ ਨਹੀਂ ਮਿਲਿਆ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ 2 ਸਾਲ ਬਾਅਦ ਦੁਬਾਰਾ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕਰਵਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।<br>• ਜਦੋਂ **2 ਸਾਲਾਂ** ਵਿੱਚ ਦੁਬਾਰਾ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕਰਨ ਦਾ ਸਮਾਂ ਆਵੇਗਾ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ NCSR ਅਤੇ/ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੋਂ ਯਾਦ-ਪੱਤਰ ਮਿਲੇਗਾ।<br>• ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਯੋਗਤਾ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ 2 ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਕੋਲ ਵਾਪਸ ਜਾਣਾ ਪਵੇਗਾ ਅਤੇ ਘੱਟ-ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਵਾਲੇ CT ਸਕੈਨ ਲਈ ਬੇਨਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ। ਸਿਗਰਟਨੋਸ਼ੀ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਦਾ ਦੁਬਾਰਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗੀ। |
| **ਘੱਟ ਜ਼ੋਖਮ**<br>ਤੁਹਾਡੇ ਸਕੈਨ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਗਿਲ੍ਹਟੀ ਮਿਲੀ ਹੈ ਪਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਘੱਟ ਮੰਨੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ 12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਹੋਰ ਸਕੈਨ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ। | • NCSR ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਤੀਜੇ ਨਹੀਂ ਦੇਵੇਗਾ, ਪਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਤੀਜਿਆਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦੀ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕਰੇਗਾ।<br>• **12 ਮਹੀਨਿਆਂ** ਬਾਅਦ ਦੁਬਾਰਾ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕਰਨ ਦਾ ਸਮਾਂ ਆਉਣ 'ਤੇ NCSR ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਯਾਦ ਦਿਵਾਏਗਾ।<br>• ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣਾ ਯਾਦ-ਪੱਤਰ ਮਿਲਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਯੋਗਤਾ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਕੋਲ ਵਾਪਸ ਜਾਣਾ ਪਵੇਗਾ ਅਤੇ ਘੱਟ-ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਵਾਲੇ CT ਸਕੈਨ ਲਈ ਬੇਨਤੀ ਲੈਣਾ ਪਵੇਗਾ। |
| **ਘੱਟ ਤੋਂ ਦਰਮਿਆਨਾ ਜ਼ੋਖਮ ਜਾਂ ਦਰਮਿਆਨਾ ਜ਼ੋਖਮ**<br>ਤੁਹਾਡੇ ਸਕੈਨ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਜਾਂ ਵੱਧ ਗਿਲ੍ਹਟੀਆਂ ਮਿਲੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਸਕੈਨ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਿਆਂ ਤੁਹਾਨੂੰ 3 ਜਾਂ 6 ਮਹੀਨੇ ਬਾਅਦ ਇੱਕ ਹੋਰ ਸਕੈਨ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ। | • NCSR ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਤੀਜੇ ਨਹੀਂ ਦੇਵੇਗਾ, ਪਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਤੀਜਿਆਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦੀ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕਰੇਗਾ।<br>• NCSR ਤੁਹਾਨੂੰ ਯਾਦ ਦਿਵਾਏਗਾ ਜਦੋਂ **3 ਜਾਂ 6 ਮਹੀਨਿਆਂ** ਬਾਅਦ ਦੁਬਾਰਾ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕਰਵਾਉਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਹੋਵੇਗਾ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਯੋਗਤਾ ਦੀ ਜਾਂਚ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਕੋਲ ਵਾਪਸ ਜਾਣਾ ਪਵੇਗਾ ਅਤੇ ਘੱਟ-ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਵਾਲੇ CT ਸਕੈਨ ਲਈ ਬੇਨਤੀ ਲੈਣਾ ਪਵੇਗਾ। |
| **ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜ਼ੋਖਮ**<br>ਤੁਹਾਡੇ ਸਕੈਨ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਜਾਂ ਵੱਧ ਗਿਲ੍ਹਟੀਆਂ ਮਿਲੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹੋਰ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਹੈ। ਫੇਫੜਿਆਂ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦਾ ਵੱਧ ਜ਼ੋਖਮ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸਾਰੀਆਂ ਅੱਗੇ ਦੀਆਂ ਜਾਂਚਾਂ ਵਿੱਚ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋਵੋ। | • NSCR ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੇਗਾ। ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਰੇਡੀਓਲੋਜੀ ਰਿਪੋਰਟ ਨੂੰ ਵੇਖੇਗਾ ਅਤੇ ਹੋਰ ਜਾਂਚ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਮਾਹਰ ਕੋਲ ਭੇਜੇਗਾ। |
| **ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਨਾਲ ਨਾ-ਸੰਬੰਧਿਤ ਪਰ ਕਦਮ ਚੁੱਕਣ ਯੋਗ ਵਧੀਕ ਖੋਜਾਂ**<br>ਇਸ ਸਕੈਨ ਰਾਹੀਂ ਫੇਫੜਿਆਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਸਰੀਰ ਦੇ ਹੋਰ ਹਿੱਸੇ ਵੀ ਵੇਖੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਗਰਦਨ, ਛਾਤੀ ਅਤੇ ਉੱਪਰਲਾ ਪੇਟ। ਕਈ ਵਾਰ ਇਹ ਜਾਂਚਾਂ ਫੇਫੜਿਆਂ ਵਿੱਚ (ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਸਮੱਸਿਆ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਐਮਫਾਇਸੀਮਾ) ਜਾਂ ਫੇਫੜਿਆਂ ਤੋਂ ਬਾਹਰ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦਿਲ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ) ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਿਖਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। NCSR ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਕੋਲ ਜਾਣ ਅਤੇ ਅੱਗੇ ਦੇ ਕਦਮਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੇਗਾ। | • ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹੋਰ ਟੈਸਟਾਂ ਅਤੇ ਅਗਲੇ ਕਦਮਾਂ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੇਗਾ। ਕਿਸੇ ਵਾਧੂ ਚੀਜ਼ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗਣ ਦਾ ਇਹ ਮਤਲਬ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਜਾਰੀ ਨਹੀਂ ਰੱਖ ਸਕਦੇ। |

# ਮੈਂ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਕਿਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

ਕੈਂਸਰ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਂਦੇ ਸਮੇਂ ਚਿੰਤਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ ਆਮ ਗੱਲ ਹੈ। ਸਕੈਨ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰਦੇ ਅਤੇ ਨਤੀਜੇ ਮਿਲਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਚਿੰਤਾਜਨਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀਆਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ **ਹਰ ਦੋ ਸਾਲਾਂ ਬਾਅਦ (ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਦੁਆਰਾ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕੀਤੇ ਅਨੁਸਾਰ)** ਕਰਵਾਉਣਾ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਜਲਦੀ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਇਸਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨਾ ਆਸਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

| | | | |
|---|---|---|---|
| **ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ** | **ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸਹਾਇਤਾ:**<br>www.medicarementalhealth.gov.au<br><br>**ਆਦਿਵਾਸੀ ਅਤੇ ਟੋਰੇਸ ਸਟ੍ਰੇਟ ਆਈਲੈਂਡਰ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾ:**<br>www.13yarn.org.au<br><br>Quitline (**ਕੁਇਟਲਾਈਨ**)<br>www.quit.org.au | | |
| **ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਹੌਟਲਾਈਨਾਂ** | BeyondBlue (**ਬਿਓਂਡ ਬਲੂ**)<br>1300 224 636 | Lifeline (**ਲਾਈਫ਼ਲਾਈਨ**)<br>13 11 14 | 13YARN (13**ਯਾਰਨ**)<br>13 92 76 |
| **ਹੋਰ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸਹਾਇਤਾ** | Cancer Council (**ਕੈਂਸਰ ਕੌਂਸਲ) ਸਹਾਇਤਾ**<br>13 11 20<br><br>Lung Foundation Australia (**ਲੰਗ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ**)<br>1800 654 301 | | Quitline (**ਕੁਇਟਲਾਈਨ**)<br>13 78 48<br><br>Head to Health (**ਹੈਡ ਟੂ ਹੈਲਥ**)<br>1800 595 212 |
| | ਹੋਰ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਇੱਥੇ ਮਿਲ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ:<br>www.health.nsw.gov.au/mentalhealth/services/Pages/support-contact-list.aspx | | |



# ਜੇਕਰ ਮੈਨੂੰ ਲੱਛਣ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਰਹੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

ਇਹ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਢੁੱਕਵੀਂ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਕਾਰਨ ਦੇ ਲਗਾਤਾਰ ਲੱਛਣ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਲੱਛਣ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਟੈਸਟਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਲੱਛਣ ਹਨ, ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਡਾ ਆਖਰੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਟੈਸਟ 'ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਜ਼ੋਖਮ' ਵਾਲਾ ਸੀ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਅਗਲਾ ਸਕੈਨ ਹਾਲੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਤੁਰੰਤ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

- **ਨਵੀਂ ਜਾਂ ਬਦਲੀ ਹੋਈ ਖੰਘ**
- **ਖੰਘ ਨਾਲ ਖ਼ੂਨ ਆਉਣਾ**
- **ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਕਾਰਨ ਸਾਹ ਚੜ੍ਹਨਾ**
- **ਬਹੁਤ ਥਕਾਵਟ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣਾ**
- **ਬਿਨਾਂ ਵਜ੍ਹਾ ਭਾਰ ਘਟਣਾ**
- **ਛਾਤੀ ਜਾਂ ਮੋਢੇ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਜੋ ਦੂਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।**

**ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ ਇੱਥੇ ਜਾਓ:**
www.health.gov.au/nlcsp

Quitline 13 7848

**ਸਿਗਰਟਨੋਸ਼ੀ ਛੱਡਣ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਲੈਣ ਲਈ ਇੱਥੇ ਜਾਓ:**
www.quit.org.au

DT0004838_0625