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 ਜਾਂ ਸ਼ੰਕਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਹੋਰ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਤੱਕ ਤੁਸੀਂ ਪਹੁੰਚ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

Cancer Council (ਕੈਂਸਰ ਕੌਂਸਲ) ਸਹਾਇਤਾ
13 11 20

Lung Foundation Australia (ਲੰਗ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ)
1800 654 301

13YARN (13ਯਾਰਨ)
13 92 76

Lifeline (ਲਾਈਫ਼ਲਾਈਨ)
13 11 14

Beyond Blue (ਬਿਓਂਡ ਬਲੂ)
1300 224 636

Quitline (ਕੁਇਟਲਾਈਨ)
13 78 48

Head to Health (ਹੈਡ ਟੂ ਹੈਲਥ)
1800 595 212

ਹਰ ਦੋ ਸਾਲਾਂ ਬਾਅਦ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਜਲਦੀ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਇਸਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨਾ ਆਸਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

Australian Government

NATIONAL LUNG CANCER SCREENING PROGRAM

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

Punjabi | ਪੰਜਾਬੀ

NATIONAL LUNG CANCER SCREENING PROGRAM

ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੀਆਂ ਗਿਲ੍ਹਟੀਆਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਨਤੀਜਿਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ

ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੀਆਂ ਗਿਲ੍ਹਟੀਆਂ

ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਵਿੱਚ ਘੱਟ-ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਵਾਲਾ ਕੰਪਿਊਟਡ ਟੋਮੋਗ੍ਰਾਫੀ (CT) ਸਕੈਨ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਫੇਫੜਿਆਂ ਵਿੱਚ ਜੇ ਕੋਈ ਛੋਟੀ ਗਿਲ੍ਹਟੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਲੱਭੀ ਜਾ ਸਕੇ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਫੇਫੜਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਛੋਟੀਆਂ ਗਿਲ੍ਹਟੀਆਂ ਮਿਲਦੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਇਹ ਕੈਂਸਰ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜਾਂ ਨਹੀਂ ਵੀ, ਪਰ ਇਸਦੀ ਜਾਂਚ ਜਾਂ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

- ਫੇਫੜਿਆਂ ਵਿੱਚ ਗਿਲ੍ਹਟੀਆਂ ਮਿਲਣਾ ਆਮ ਗੱਲ ਹੈ।
- ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕਰਵਾਉਣ ਵਾਲੇ ਲਗਭਗ ਅੱਧੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਗਿਲ੍ਹਟੀਆਂ ਮਿਲ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਗਿਲ੍ਹਟੀਆਂ ਕੈਂਸਰ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ।
- ਅਕਸਰ, ਗਿਲ੍ਹਟੀਆਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੋਏ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੇ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨਾਂ ਤੋਂ ਬਣੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਗਿਲ੍ਹਟੀਆਂ ਨਾਲ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।
- ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਫੇਫੜਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕਈ ਗਿਲ੍ਹਟੀਆਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਕਈ ਗਿਲ੍ਹਟੀਆਂ ਹੋਣਾ, ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਕਿ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਗਿਲ੍ਹਟੀ ਹੋਣ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਗੰਭੀਰ ਹੋਵੇ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਸਕੈਨ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਗੰਭੀਰ ਚੀਜ਼ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ NCSR ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੋ ਸਾਲ ਬਾਅਦ ਦੁਬਾਰਾ ਜਾਂਚ ਲਈ ਯਾਦ ਦਿਵਾਏਗਾ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਘੱਟ-ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਵਾਲੇ CT ਸਕੈਨ ਵਿੱਚ ਗਿਲ੍ਹਟੀਆਂ ਮਿਲਦੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਅਗਲੇ ਕਦਮ ਵਜੋਂ ਇੱਕ ਹੋਰ ਘੱਟ-ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਵਾਲੀ CT ਸਕੈਨ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸਕੈਨ 3, 6 ਜਾਂ 12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਬਾਅਦ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਕੋਲ ਜਾਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਆਵੇਗਾ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਯਾਦ-ਪੱਤਰ ਮਿਲੇਗਾ, ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਗਲੇ ਸਕੈਨ ਲਈ ਘੱਟ-ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਵਾਲੇ CT ਸਕੈਨ ਦਾ ਬੇਨਤੀ ਦੇਵੇਗਾ।

ਜੇਕਰ ਗਿਲ੍ਹਟੀ ਵੱਧਦੀ ਜਾਂ ਬਦਲਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਜਾਂਚ ਲਈ ਕਿਸੇ ਮਾਹਰ ਕੋਲ ਭੇਜ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਵਾਰ ਬਕਾਇਦਾ ਸਕੈਨ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਮਾਹਰ ਕੋਲ ਭੇਜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਹੋਰ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਗਿਲ੍ਹਟੀ ਨੂੰ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਜਾਂ ਲੱਛਣ ਵਾਲੇ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਵਜੋਂ ਲੱਭ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਬਹੁਤ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ ਕਿ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਰਾਹੀਂ ਇਸਦੀ ਪਛਾਣ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਪੜਾਅ ਵਿੱਚ ਹੋ ਗਈ ਸੀ। ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਇਸਦਾ ਇਲਾਜ ਵਧੇਰੇ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਨਾਲ ਨਾ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਨਤੀਜੇ

ਇਸ ਸਕੈਨ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਦੇ ਹੋਰ ਹਿੱਸਿਆਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹੇਠਲੇ ਗਲੇ, ਛਾਤੀ ਅਤੇ ਪੇਟ ਦੇ ਉੱਪਰਲੇ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਵੀ ਦੇਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਵਾਰ ਇਹ ਫੇਫੜਿਆਂ ਵਿੱਚ (ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਕੁੱਝ ਹੋਰ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਐਮਫਾਇਸੀਮਾ) ਜਾਂ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੇ ਬਾਹਰ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦਿਲ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ) ਚੀਜ਼ਾਂ ਦਿਖਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਨਾ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਨਤੀਜੇ ਮਿਲਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਨੈਸ਼ਨਲ ਕੈਂਸਰ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਰਜਿਸਟਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਕੋਲ ਜਾਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੇਗਾ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਚਰਚਾ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਕੀ ਹੋਰ ਟੈਸਟਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਸਕੈਨ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲਾ ਰੇਡੀਓਲੋਜਿਸਟ ਸਰੀਰ ਦੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੇ ਹਿੱਸਿਆਂ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰੇਗਾ ਜੋ ਸਕੈਨ ਵਿੱਚ ਦੇਖੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੀ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਜਾਂ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਸਮੁੱਚੀ ਸਿਹਤ 'ਤੇ ਕੋਈ ਵੀ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨਾ ਪਾਉਣ ਵਾਲੇ ਬਦਲਾਅ, ਸ਼ਾਇਦ ਇਸ ਰਿਪੋਰਟ ਵਿੱਚ ਨਾ ਲਿਖੇ ਜਾਣ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਆਮ "ਘਿਸਾਈ ਜਾਂ ਨੁਕਸਾਨ" ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਨਾਲ ਨਾ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਨਤੀਜੇ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਸਾਰੇ ਰਿਪੋਰਟ ਵਿੱਚ ਲਿਖੇ ਜਾਣਗੇ।

ਇਨ੍ਹਾਂ ਹੋਰ ਨਤੀਜਿਆਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਤੁਹਾਡੀ ਸਮੁੱਚੀ ਸਿਹਤ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ਾਇਦ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਹੀ ਨਾ ਲੱਗਦਾ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਸਨ।

ਉਹ ਲੱਛਣ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ

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 ਜਾਂ ਸ਼ੰਕਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

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।**