Australian Government

NATIONAL BOWEL CANCER SCREENING PROGRAM

C011 – 7/2025 – Punjabi | ਪੰਜਾਬੀ

ਕੇਵਲ ਨਮੂਨਾ ਪੱਤਰ

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਟੈਸਟ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਜਿੰਨਾ ਜਲਦੀ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਵਾਪਸ ਭੇਜੋ

<ਪਹਿਲਾ ਨਾਮ>, ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਮੁਫ਼ਤ ਬਾਊਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਟੈਸਟ ਨੂੰ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਯਾਦ ਦਿਵਾਉਣ ਵਾਲਾ ਸੁਨੇਹਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਹਾਲ ਹੀ ਵਿੱਚ ਟੈਸਟ ਪੂਰਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਨਮੂਨੇ ਵਾਪਸ ਭੇਜ ਦਿੱਤੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਪੱਤਰ ਨੂੰ ਨਜ਼ਰਅੰਦਾਜ਼ ਕਰ ਦਿਓ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਕਿੱਟ ਗੁੰਮ ਹੋ ਗਈ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੁਫ਼ਤ ਬਦਲਵੀਂ ਕਿੱਟ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ **www.ncsr.gov.au/boweltest** 'ਤੇ ਜਾ ਕੇ ਬੇਨਤੀ ਕਰੋ ਜਾਂ ਸਾਨੂੰ 1800 627 701 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ।

ਹਰ 2 ਸਾਲ ਬਾਊਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਟੈਸਟ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੱਖਾਂ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆਈ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੋ।

- ਬਾਊਲ ਕੈਂਸਰ ਛਾਤੀ, ਚਮੜੀ ਜਾਂ ਪ੍ਰੋਸਟੇਟ ਕੈਂਸਰ ਨਾਲੋਂ ਵੱਧ ਜਾਨਾਂ ਲੈਂਦਾ ਹੈ — ਅਤੇ ਵਧਦੀ ਉਮਰ ਨਾਲ ਇਹ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਖ਼ਤਰੇ ਦਾ ਕਾਰਨ ਹੈ।
- ਇਹ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਲੱਛਣ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਬਾਊਲ ਕੈਂਸਰ ਹੋਏ ਬਿਨਾਂ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਤੰਦਰੁਸਤ ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਫਿਰ ਵੀ ਇਹ ਟੈਸਟ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।
- ਜੇਕਰ ਜਲਦੀ ਪਤਾ ਲੱਗ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਬਾਊਲ ਕੈਂਸਰ ਦੇ 90% ਤੋਂ ਵੱਧ ਮਾਮਲਿਆਂ ਦਾ ਸਫ਼ਲ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਟੈਸਟ ਝੱਟਪੱਟ ਹੋਣ ਵਾਲਾ, ਸਾਫ਼-ਸੁਥਰਾ ਅਤੇ ਕਰਨਾ ਵਿੱਚ ਆਸਾਨ ਹੈ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੀ ਹਰ ਚੀਜ਼ ਕਿੱਟ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਵਿਸਥਾਰਪੂਰਵਕ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

1

2 ਵੱਖ-ਵੱਖ ਵਾਰ ਕੀਤੇ ਮਲ-ਤਿਆਗ (ਟੱਟੀ) ਵਿੱਚੋਂ 2 ਛੋਟੇ ਨਮੂਨੇ ਇਕੱਠੇ ਕਰੋ।

2

ਆਪਣੇ ਨਮੂਨਿਆਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਠੰਢੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਰੱਖੋ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਫ੍ਰੀਜ਼ ਨਾ ਕਰੋ।

3

ਆਪਣੇ ਨਮੂਨੇ ਸਾਨੂੰ ਡਾਕ ਰਾਹੀਂ ਵਾਪਸ ਭੇਜੋ।

ਇਹ ਟੈਸਟ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਇੱਕ ਵੀਡੀਓ ਦੇਖਣ ਲਈ ਇਸ QR ਕੋਡ ਨੂੰ ਸਕੈਨ ਕਰੋ।

ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਸਾਨੂੰ ਨਮੂਨੇ ਭੇਜਣ ਤੋਂ 4 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੇ ਨਤੀਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਡਾਕ ਰਾਹੀਂ ਭੇਜੇ ਜਾਣਗੇ।

ਇਸ ਟੈਸਟ ਨੂੰ ਕਰਨਾ ਨਾ ਭੁੱਲੋ — ਇਸ ਪੱਤਰ ਨੂੰ ਫਰਿੱਜ 'ਤੇ ਲਗਾ ਦਿਓ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਕਿੱਟ ਨੂੰ ਟਾਇਲਟ ਦੇ ਨੇੜੇ ਰੱਖੋ

ਬਾਊਲ ਕੈਂਸਰ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ

www.health.gov.au/nbcsp 'ਤੇ ਜਾਣ ਲਈ ਇਸ QR ਕੋਡ ਨੂੰ ਸਕੈਨ ਕਰੋ।

www.ncsr.gov.au 'ਤੇ ਨੈਸ਼ਨਲ ਕੈਂਸਰ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਰਜਿਸਟਰ 'ਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ 1800 627 701 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ

ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੀ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਕਰਦੇ ਹਾਂ: www.ncsr.gov.au/privacy