

Screening mammography for women with a family history of breast cancer

## ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਇਤਿਹਾਸ ਵਾਲੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਐਕਸਰੇ ਜਾਂਚ (ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਫੀ)



ਬਰੈਸਟ ਸਕਰੀਨ ਡਬਲਯੂ ਏ (BreastScreen WA) ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਐਕਸਰੇ ਜਾਂਚ (ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਫੀ) ਦੀ ਮੁਫਤ ਸੇਵਾ ਹੈ। 50-74 ਸਾਲ ਉਮਰ ਦੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਸਿਹਤ ਜਾਂਚ ਹੈ ਪਰ 40 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਕੇ ਔਰਤਾਂ ਇਸ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਤੁਹਾਡਾ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਛਾਤੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਹੈ, ਇਹ ਇਸਤਿਹਾਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੁਝ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਦੇਵੇਗਾ ਜੇ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਐਕਸਰੇ ਜਾਂਚ (ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਫੀ) ਬਾਰੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

### ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਪਰਿਵਾਰਕ ਇਤਿਹਾਸ ਹੋਣ ਦਾ ਕੀ ਮਤਲਬ ਹੈ?

- ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਇੱਕ ਜੀਅ ਨੂੰ ਛਾਤੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਸੀ।
- ਜਦੋਂ ਇੱਕੋ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਜੀਅ ਇੱਕੋ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਨਾਲ ਪੀੜਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਇਹ ਸੋਚਣਾ ਕੁਦਰਤੀ ਹੈ ਕਿ ਜੇਕਰ ਇਹ ਇੱਕ ਵਿਰਸੇ ਦੇ ਕਾਰਕ ਕਰਕੇ ਹੈ।
- ਛਾਤੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਵਿਰਸੇ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਵਿਗਾੜ ਵਾਲੇ ਜੀਨਜ਼ ਵਿਰਸੇ ਵਿੱਚ ਮਿਲ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਇੱਕ ਔਰਤ ਕੋਲ ਵਿਗਾੜ ਵਾਲਾ ਜੀਨ ਹੈ ਉਹ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਤਰੇ ਵਿੱਚ ਹੈ, ਪਰ ਛਾਤੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਵਿਕਸਤ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ।
- ਛਾਤੀ ਦੇ ਬਹੁਤੇ ਕੈਂਸਰ ਸਿਰਫ ਸਬੱਬੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਜਿਨਸੀ ਕਾਰਕਾਂ ਦੇ ਕਾਰਣ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਪਰਿਵਾਰਕ ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਸਾਰੇ ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਦਾ ਸਿਰਫ 1-5% ਹਨ।

### ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਇਤਿਹਾਸ ਵਾਲੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਹੱਸਲਾ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਤੱਥ

ਕਈਆਂ ਔਰਤਾਂ ਲਈ, ਇਹ ਜਾਨਣਾ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਕੋਲ ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਪਰਿਵਾਰਕ ਇਤਿਹਾਸ ਹੈ, ਚਿੰਤਾ ਦਾ ਕਾਰਣ ਹੈ। ਪਰੰਤੂ ਦਿਮਾਗ ਵਿੱਚ ਇਹ ਰੱਖਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹੈ ਕਿ:

- ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਦੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਸਾਰੀ ਜਿੰਦਗੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਛਾਤੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਵਿਕਸਤ ਹੋਣ ਦਾ 7 ਵਿੱਚੋਂ 1 ਮੌਕਾ ਹੈ।
- ਛਾਤੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਇੱਕ ਆਮ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਵੱਧਦੀ ਉਮਰ ਨਾਲ ਜੁੜੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਵੱਡੇ ਅਨੁਪਾਤ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸਬੱਬੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ਮਾਤਾ ਜਾਂ ਭੈਣ ਨੂੰ ਛਾਤੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਵਿਕਸਤ ਹੋਣ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਛਾਤੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਵਿਕਸਤ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ।
- ਛਾਤੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਵਿਕਸਤ ਹੋਣ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੱਕਾ ਵਿਗਾੜ ਵਾਲਾ ਜੀਨ ਵਿਰਸੇ ਵਿੱਚ ਮਿਲਿਆ ਹੈ, ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦਿਓਗੇ।
- ਲੱਗਭੱਗ 10 ਵਿੱਚੋਂ 9 ਔਰਤਾਂ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਛਾਤੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਵਿਕਸਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਹਨਾਂ ਕੋਲ ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਕੋਈ ਵੀ ਪਰਿਵਾਰਕ ਇਤਿਹਾਸ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

### ਤੁਹਾਡਾ ਪਰਿਵਾਰਕ ਇਤਿਹਾਸ ਵਧੇਰੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ:

- ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਇੱਕ ਪਾਸਿਓਂ (ਮਾਤਾ ਜਾਂ ਪਿਤਾ ਵਾਲੇ ਪਾਸਿਓਂ) ਇੱਕ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਨਾਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- ਜਦੋਂ ਉਹਨਾਂ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ ਦੀ ਉਮਰ 50 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਸੀ ਜਦੋਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗਾ।
- ਜਦੋਂ ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਵਾਲੇ ਉਹ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਤੁਹਾਡੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨੇੜੇ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਹਨ (ਚਾਚੇ ਜਾਂ ਮਾਮੇ ਦੀ ਧੀ ਨਾਲੋਂ ਭੈਣ)।
- ਜਦੋਂ ਛਾਤੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਦੋਹਾਂ ਛਾਤੀਆਂ ਵਿੱਚ, ਮਰਦਾਂ ਦੀ ਛਾਤੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ, ਜਾਂ ਛਾਤੀ ਅਤੇ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਹੋਵੇ।

ਮੁਲਾਕਾਤ ਲਈ 13 20 50 ਉੱਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ

## ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਇਤਿਹਾਸ BreastScreen WA ਕੋਲ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਸਮੇਂ ਇਹ ਮੇਰੇ ਉਪਰ ਕਿਵੇਂ ਅਸਰ ਪਾਏਗਾ?

ਬਰੈਸਟ-ਸਕ੍ਰੀਨ ਡਬਲਯੂ ਏ (BreastScreen WA) ਖਾਸ ਤੌਰ ਤੇ 50-74 ਸਾਲ ਉਮਰ ਦੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਛਾਤੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਵਾਸਤੇ ਐਕਸਰੇ (ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ) ਨਿਯਮਤ ਦੇ ਸਾਲ ਬਾਅਦ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਖੋਜ ਦੱਸਦੀ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਉਮਰ ਦੇ ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ ਛਾਤੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਵਾਸਤੇ ਐਕਸਰੇ (ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ) ਦੇ ਫਾਇਦੇ ਬੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹਨ। 40-49 ਸਾਲ ਦੀਆਂ ਅਤੇ 75 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਵਾਲੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਦਾ ਵੀ ਮੈਮੋਗ੍ਰਾਮ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਸਵਾਗਤ ਹੈ।

ਬਰੈਸਟ-ਸਕ੍ਰੀਨ ਡਬਲਯੂ ਏ (BreastScreen WA) ਛਾਤੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਵਾਸਤੇ ਐਕਸਰੇ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਇਕੱਠੀ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ, ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਕਰਕੇ ਛਾਤੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਵਾਸਤੇ ਐਕਸਰੇ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਾਰੀ ਆਉਣਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ।

## ਮੇਰੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਇਤਿਹਾਸ ਹੈ, ਕਿਸ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਮੈਨੂੰ ਛਾਤੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਮੈਨੂੰ ਅਕਸਰ ਕਿੰਨੀ ਵਾਰੀ ਛਾਤੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?

40 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਕੇ ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਅਹਿਮ ਪਰਿਵਾਰਕ ਇਤਿਹਾਸ ਵਾਲੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਹਰੇਕ ਸਾਲ ਛਾਤੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਵਾਲਾ ਐਕਸਰੇ ਕਰਵਾਉਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹਨ ਜੇਕਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਹੋਵੇ:

- ਇਕ ਨੇੜਲੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ (ਮਾਤਾ, ਭੈਣ, ਧੀ, ਪਿਤਾ, ਪੁੱਤਰ, ਭਰਾ) ਦੇ ਵਿੱਚ 50 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਛਾਤੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਦੋਹਾਂ ਛਾਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ ਵਾਲਾ ਨੇੜਲਾ ਪਰਿਵਾਰਕ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ (ਕਿਸੇ ਵੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਪਛਾਣਿਆ ਗਿਆ)।
- ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਵਾਲੇ ਦੋ ਜਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨੇੜਲੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ (ਕਿਸੇ ਵੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਪਛਾਣੇ ਗਏ)।

ਔਰਤ ਜਿਸਦਾ ਇਕ ਨੇੜਲਾ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਜੋ 50 ਸਾਲ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚਲੀ ਸਾਧਾਰਣ ਔਰਤ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪੀੜਤ ਹੋਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਹਰੇਕ ਦੋ ਸਾਲਾਂ ਬਾਅਦ ਛਾਤੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਵਾਲਾ ਐਕਸਰੇ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

## ਮੈਨੂੰ ਹੋਰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਇਤਿਹਾਸ ਤੋਂ ਚਿੰਤਾਤੁਰ ਹੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਿੱਜੀ ਹਾਲਾਤਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਵਿਚਾਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਨਵਾਂ ਮਾਮਲਾ ਸਾਹਮਣੇ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ BreastScreen WA ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਦੋਵਾਂ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰੋ।

## ਯਾਦ ਰੱਖੋ, ਛਾਤੀਆਂ ਬਾਰੇ ਸੁਚੇਤ ਰਹੋ:

- ਆਪਣੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਬਦਲਾਵ ਵਾਸਤੇ ਵੇਖੋ ਅਤੇ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੋ ਜੇ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਾਧਾਰਣ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦੇ ਹਨ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਬਦਲਾਵ ਨੂੰ ਵੇਖਦੇ ਹੋ, ਜਲਦੀ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲੋ।

## ਕੋਈ ਸਵਾਲ?

BreastScreen WA ਦੇ ਕਰਮਚਾਰੀ ਤੁਹਾਡੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਵਾਲ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਲਈ ਖੁਸ਼ ਹਨ।

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ (08) 9323 6700 ਜਾਂ 13 20 50 ਉੱਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ।

## ਇਕ ਮੁਲਾਕਾਤ 13 20 50 ਉੱਤੇ ਫੋਨ ਕਰਕੇ ਤਹਿ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ (ਇਕ ਸਥਾਨਿਕ ਫੋਨ ਕਾਲ ਦੀ ਕੀਮਤ ਨਾਲ)

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੁਫਤ ਦੋਭਾਸ਼ੀਏ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਪਹਿਲਾਂ ਟਰਾਂਸਲੇਟਿੰਗ ਐਂਡ ਇੰਟਰਪਰੈਟਿੰਗ ਸਰਵਿਸ (ਟੀ ਆਈ ਐਸ) ਨੂੰ 13 14 50 ਉਪਰ ਫੋਨ ਕਰੋ ਅਤੇ ਸਾਡੀ ਬੁਕਿੰਗ ਸੇਵਾ ਦੇ ਨਾਲ 13 20 50 ਉਪਰ ਜੋੜਨ ਲਈ ਕਰੋ।



Government of Western Australia  
North Metropolitan Health Service



WA's only accredited screening service



A joint Australian, State and Territory Government Program

© BreastScreen WA, ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ

ਈਮੇਲ [breastscreenwa@health.wa.gov.au](mailto:breastscreenwa@health.wa.gov.au) ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਰੀਲੇਅ ਸੇਵਾ [www.relayservice.gov.au](http://www.relayservice.gov.au)

ਟੈਲੀਫੋਨ (08) 9323 6700 ਬੁਕਿੰਗ 13 20 50

[www.breastscreen.health.wa.gov.au](http://www.breastscreen.health.wa.gov.au)