ब्रेस्टस्क्रीन डब्ल्यू ए (BreastScreen WA)

Hindi हिंदी

ब्रेस्ट स्क्रीनिंग (एक्स-रे स्क्रीनिंग द्वारा स्तनों की जाँच) के बारे में जानकारी – अन्य भाषाओं में भी उपलब्ध है

ब्रेस्ट (स्तन का) कैंसर - तथ्य

ऑस्ट्रेलिया में स्तन का कैंसर महिलाओं के जीवन-घाती कैंसरों में सबसे अधिक होने वाला कैंसर है और इससे बचने का कोई उपाय नहीं है |

स्तनों का कैंसर होने के दो सबसे बड़े कारण हैं – आप एक महिला हैं और आपकी आयु बढ़ रही है |

स्तनों के कैंसर में असामान्य कोशिकाओं का एक समूह होता है जो बड़ी होती और बढ़ती जाती हैं | अंत में ये कोशिकाएँ स्तन में एक स्थूल हिस्से (गाँठ) का रूप ले सकती हैं | यदि कैंसर को निकाला या नियंत्रित न किया जाए तो कैंसर की कोशिकाएँ शरीर के अन्य भागों में फैल सकती हैं और इससे मृत्यु हो सकती है | स्तन के कैंसर का पता उसके शुरुआती चरण में होने पर चिकित्सा के सफल होने की संभावना बढ़ जाती है |

स्क्रीनिंग मैमोग्राम कौन करवा सकता है?

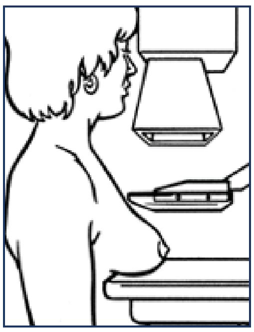
ब्रेस्टस्क्रीन डब्ल्यू ए उन सभी महिलाओं को नि:शुल्क मैमोग्राम की सुविधा प्रदान करता है जिनकी आयु 40 वर्ष या इससे अधिक है और जिनमें स्तन कैंसर के लक्षण नहीं हैं | ब्रेस्टस्क्रीन डब्ल्यू ए 50 से 74 वर्ष की सभी महिलाओं को हर दो साल बाद नि:शुल्क मैमोग्राम करवाने के लिए प्रोत्साहित करता है |

75% से अधिक स्तन कैंसर 50 वर्ष या इससे अधिक आयु की महिलाओं में होते हैं |

ब्रेस्टस्क्रीन डब्ल्यू ए हर महिला की गोपनीयता और गरिमा का आदर करता है | स्क्रीनिंग मैमोग्राम करवाना आपकी इच्छा पर निर्भर है | इस बारे में निर्णय लेने के लिए आप चाहें तो अपने जी पी से अपनी परिस्थितियों के बारे में चर्चा कर सकती हैं |

स्क्रीनिंग मैमोग्राम क्या होता है?

स्क्रीनिंग मैमोग्राम किसी महिला के स्तन के भीतर का एक एक्स-रे या फोटो होता है | स्क्रीनिंग मैमोग्राम स्तन के कैंसर का जल्दी पता लगाने का सबसे अच्छा तरीका है | स्क्रीनिंग मैमोग्राम से स्तन में कैंसर की मौज़ूदगी का जल्दी पता लग सकता है, इससे पहले कि आप या आपका डॉक्टर उन्हें छू कर महसूस कर सके |

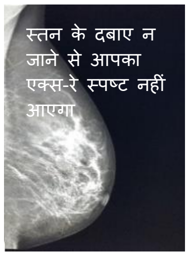


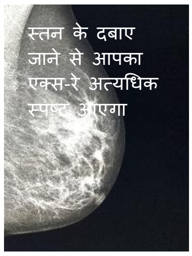
स्क्रीनिंग मैमोग्राम कैसे लिया जाता है?

स्तन को सावधानी से एक्स-रे की मशीन पर रख कर कुछ क्षणों के लिए दबाया जाता है और उसका एक्स-रे लिया जाता है | हर स्तन के दो एक्स-रे लिए जाते हैं, एक ऊपर से और एक बगल से |

स्तन का दबाया जाना महत्त्वपूर्ण है ताकि बिलकुल स्पष्ट फोटो ली जा सके और विकिरण का कम-से-कम इस्तेमाल किया जाता है (नीचे चित्र देखें) |

स्तन के दबाए जाने से आपको थोड़ा दर्द या परेशानी महसूस हो सकती है लेकिन ऐसा कुछ क्षणों के लिए ही होता है | आप रेडियोग्राफ़र को कभी भी इसे रोक देने के लिए कह सकती हैं |





जब मैं ब्रेस्टस्क्रीन डब्ल्यू ए में अपना नि:शुल्क स्क्रीनिंग मैमोग्राम करवाने के लिए आऊँगी तो वहाँ क्या होगा?

ब्रेस्टस्क्रीन डब्ल्यू ए क्लिनिकों में सभी स्टाफ़ महिलाएँ होती हैं |

जब आपको मैमोग्राम करवाना हो तो दो कपड़े पहनें, जैसे कि स्कर्ट या पतलून और एक कमीज | जिस दिन आपकी अपॉइंटमेंट हो, उस दिन टेलकम पाउडर या डिओडोरेंट का इस्तेमाल न करें |

जब आप ब्रेस्टस्क्रीन डब्ल्यू ए में पहुँचेंगी:

- आपका स्वागत करके आपसे कुछ फ़ॉर्म भरने को कहा जाएगा |
- आपको कपड़े बदलने के कमरे में ले जाया जाएगा और अपनी ब्रा (अंगिया/चोली) उतार कर उसके ऊपर पहनने के कपड़े पहन लेने को कहा जाएगा; यदि आप चाहें तो आपको एक डिस्पोज़ेबल (एक ही बार इस्तेमाल करने का) गाउन भी दिया जाएगा |
- एक महिला रेडियोग्राफ़र आपको एक्स-रे के कमरे में ले जाएगी और आपसे कुछ प्रश्न पूछेगी | उसके बाद वह हर स्तन के दो एक्स-रे लेगी |
- रेडियोग्राफ़र आपको बताएगी कि आप कब जा सकती हैं |
- आपके एक्स-रे कम से कम दो विशेष रूप से प्रशिक्षित डॉक्टरों द्वारा देखे जाते हैं और इस बात की पूरी कोशिश की जाती है कि आपके परिणाम (रिपोर्ट) दो से तीन सप्ताह के भीतर आपको मिल जाएँ |
- कभी-कभी महिलाओं को और एक्स-रे लेने के लिए वापस बुलाया जाता है | यदि इसकी आवश्यकता पड़ी तो ब्रेस्टस्क्रीन डब्ल्यू ए से कोई स्टाफ़ आपको फ़ोन करके इस बारे में आपसे चर्चा करेगी|

अपॉइंटमेंट लेने के लिए 13 20 50 पर फ़ोन करें

मैं स्क्रीनिंग मैमोग्राम कहाँ करवा सकती हूँ?

ब्रेस्टस्क्रीन डब्ल्यू ए महानगरों में, क्षेत्रीय क़स्बों में और मोबाइल स्क्रीनिंग सेवाएँ प्रदान करता है |

अपने नज़दीकी केंद्र का पता लगाने के लिए:
www.breastscreen.health.wa.gov.au/Breast-screening/Breast-screening-locations पर जाएँ

- ग्रामीण क़स्बों में हर दो वर्षों में हमारी मोबाइल सेवाएँ चार चक्कर लगाती हैं | इसकी अनुमानित तिथियाँ जानने के लिए: www.breastscreen.health.wa.gov.au/Breast-screening/Rural-and-remote-women पर जाएँ
- अधिकांश क्लीनिकों में सायंकाल और शनिवार के लिए भी अपॉइंटमेंट ली जा सकती हैं |
- ♿ ब्रेस्टस्क्रीन डब्ल्यू ए की सभी सेवाओं में व्हीलचेयर से जा सकने की सुविधा उपलब्ध है |
- नि:शुल्क दुभाषिए उपलब्ध हैं |

मैं अपॉइंटमेंट कैसे ले सकती हूँ?

यदि आपको दुभाषिए की सहायता की आवश्यकता है तो कृपया पहले ट्रांसलेटिंग एंड इंटरप्रेटिंग सर्विस (टिस) को **13 14 50** पर फ़ोन करें और उनसे ब्रेस्टस्क्रीन डब्ल्यू ए की सेन्ट्रल बुकिंग सर्विस के साथ **13 20 50** पर बात करवाने के लिए कहें |

अन्यथा नि:शुल्क स्क्रीनिंग मैमोग्राम के लिए अपॉइंटमेंट लेने के लिए **13 20 50** पर फ़ोन करें (केवल लोकल कॉल की कीमत पर) |

सभी ब्रेस्टस्क्रीन डब्ल्यू ए क्लीनिकों में स्टैण्डर्ड अपॉइंटमेंट लेने के लिए **ऑनलाइन बुकिंग सेवा उपलब्ध है**

www.breastscreen.health.wa.gov.au

ग्रुप (सामूहिक) बुकिंग

जो महिलाएँ ग्रुप के रूप में आना पसंद करती हैं, उनके लिए ग्रुप बुकिंग उपलब्ध है | ग्रुप बुकिंग के बारे में अधिक जानकारी के लिए **13 20 50** पर फ़ोन करें |

अन्य भाषाओं में उपलब्ध सामग्री

ब्रेस्टस्क्रीन डब्ल्यू ए के पास अन्य भाषाओं में भी सामग्री उपलब्ध है | क्या-क्या उपलब्ध है, यह जानने के लिए:
www.breastscreen.health.wa.gov.au/Breast-screening/Multicultural-women पर जाएँ

मैं और क्या-क्या कर सकती हूँ?

यदि आप नियमित रूप से मैमोग्राम करवा रही हैं तो भी ब्रेस्टस्क्रीन डब्ल्यू ए सभी महिलाओं को अपने स्तनों के बारे में जागरूक रहने के लिए प्रोत्साहित करता है |

स्तनों के बारे में जागरूक रहने का मतलब है कि यह जानने का प्रयत्न करें कि आपके स्तन विभिन्न समयों में कैसे दिखाई देते हैं और छूने पर कैसे महसूस होते हैं | स्तनों में होने वाले अनेक परिवर्तन सामान्य होते हैं और ये हॉर्मोनों में बदलाव और बढ़ती उम्र से संबंधित होते हैं | यह महत्त्वपूर्ण है कि आप यह जान लें कि आम तौर पर आपके स्तन कैसे दिखाई देते हैं और छूने पर कैसे महसूस होते हैं ताकि आप उनमें होने वाले कोई भी नए या असामान्य परिवर्तन पहचान सकें | समय-समय पर आईने में अपने स्तनों को देखें और उन्हें छू कर महसूस करें |

होने वाले परिवर्तनों में इन पर ध्यान दें:

- स्तन या बगल के क्षेत्र में कोई नई गाँठ, स्थूलता या मोटापन;
- निपल में कोई परिवर्तन जिनमें स्राव, उनका स्तन के अंदर घुस जाना, घाव और खुजली होना शामिल हैं;
- निपल या स्तन के माप, आकार या रंग में कोई परिवर्तन होना;
- त्वचा में किसी प्रकार का परिवर्तन, जैसे कि उसमें गड्ढे पड़ना, लाली या पित्तिकाएँ; या
- कोई नया, असामान्य या लगातार दर्द होना |

यदि आप अपने स्तनों में ऐसा कोई भी परिवर्तन देखें तो अपने डॉक्टर के पास जाएँ |

यह महत्त्वपूर्ण है कि आप हँसली वाली हड्डी से लेकर ब्रा (अंगिया/चोली) की निचली किनारी तक और बगलों तक स्तन के सारे ऊतकों की जाँच करें |

Government of Western Australia
North Metropolitan Health Service

BreastScreen WA
WA's only accredited screening service

BreastScreen AUSTRALIA
A joint Australian, State and Territory Government Program

BreastScreen WA

टेलीफ़ोन (08) 9323 6700 फैक्स (08) 9323 6799 ई-मेल breastscreenwa@health.wa.gov.au

बुकिंग 13 20 50

नेशनल रिले सर्विस www.relayservice.gov.au ट्रांसलेटिंग एंड इंटरप्रेटिंग सर्विस (टिस) 13 14 50

HP000373 OCTOBER 2019