Nepali

BreastScreen SA

Caring for women from ocean to outback

के तपाईंलाई निशुल्क स्तन क्यान्सर परिक्षणको बारेमा थाहा छ ?

महिलाहरुमा देखा पर्ने क्यान्सरमध्ये स्तन क्यान्सर सबैभन्दा प्रचलित क्यान्सर हो ।

यदि तपाईं 40 वर्ष वा सो भन्दा बढी उमेरको महिला हुनुहुन्छ भने स्तन परिक्षण एस.ए. (BreastScreen SA) सँग हरेक दूइ वर्षमा आफ्नो स्तनको निशुल्क मेमोग्राम अर्थात एक्स्-रे(breast X-ray) परिक्षण गराउन सक्नुहुन्छ।

स्तन क्यान्सरको बाहिरी लक्षण देखा पर्ने भन्दा पहिले यसको प्रारम्भीक चरणको बारेमा पत्ता लगाउनको निम्ति प्रमाणित हाल उपलब्ध माध्यम भनेको मेमोग्राम अर्थात एक्स्-रे परिक्षण मात्र हो ।

स्तन क्यान्सरबाट बाँच्नेको संख्या दिनप्रतिदिन बढ्दो भए तापनि, यसको सहज र सफल उपचारको निम्ति प्रारम्भीक मेमोग्राम परिक्षण अत्यन्तै महत्वपूर्ण हुन्छ ।

तपाईंले राम्रो स्वास्थ्यलाई नै पहिलो प्राथमिकता दिनुपर्दछ ।

हाम्रा कुनैपनि स्वास्थ्य संस्था तथा क्लीनिकमा आउन चहानुहुन्छ भने 10 मिनेट भित्रमा तपाईले सेवा प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ र हाम्रा महिला स्वयमसेविका तथा चिकित्सकहरुले (रेडियोग्राफर) तपाईंलाई सकेसम्म सहज र सरल ढंगबाट सेवा प्रदान गर्नेछन् ।

सेवा लिन चहानुहुन्छ वा यसको बारेमा थप जानकारी लिन चहानुहुन्छ भने हामीलाई 13 20 50 मा फोन सम्पर्क गर्नुहोस् । तपाईंले अनुरोध गर्नुभएको खण्डमा अनुवाद सेवा समेत उपलब्ध छ ।

Government of South Australia

SA Health

महत्वपूर्ण जानकारीहरु

> महिलाहरुमा देखा पर्ने क्यान्सरमध्ये स्तन क्यान्सर सबैभन्दा बढि देखा पर्ने क्यान्सर हो । दक्षिण अस्ट्रेलियाका 75 वर्ष भन्दा कम उमेरका हरेक 10 महिलामध्ये एकजनामा स्तन क्यान्सर लाग्ने तथ्यांक छ ।

> बढ्दो उमेरसँगै महिलाहरुमा स्तन क्यान्सर हुने खतरा पनि बढ्दै जान्छ । 50 वर्ष वा त्यसभन्दा माथि उमेर भएका महिलाहरुमा 75% स्तन क्यान्सर लागेको पत्ता लागेको छ ।

> शरिरमा स्तन क्यान्सर भएको पत्ता लागेका 10 महिला मध्ये 9 जना महिलाको पारिवारीक पृष्ठभूमीमा कुनैपनि स्तन क्यान्सर (वंशाणुगतरुपमा) नरहेको पाइयो ।

> कुनैपनि महिलाले आफुमा स्तन क्यान्सर रहेको कुरा थाहा पाउन भन्दा पहिले, यसको प्रारम्भीक अवस्थामा नै पत्ता लगाउनको निम्ति हाल प्रमाणित एउटैमात्र माध्यम भनेको मेमोग्राम परिक्षण हो ।

> स्तन परिक्षण एस.ए. (BreastScreen SA) को क्लीनिकमा परिक्षण गराउनको निम्ति तपाईंलाई तपाईंको चिकित्सकको अनुमती अर्थात रिफरल लिइरहनु पर्दैन ।

> स्तन परिक्षण एस.ए. (BreastScreen SA) को 7 वटा क्लीनिकहरु रहेका छन् र हरेक दूइ वर्षमा देशका बिभिन्न भागमा स्वास्थ्य परिक्षण भ्रमण गर्ने 3 मोवाइल यूनिटहरु छन् ।

> तपाईंले निरन्तररुपमा मेमोग्राम परिक्षण गराइरहनु भएको छ भने पनि तपाईं आफ्नो “स्तन स्वास्थ्यप्रति सँधै सचेत हुनुपर्दछ ।” केहि समय आफ्नो स्तनलाई “हेर्नुहोस्” अथवा कस्तो “अनुभव” हुन्छ याद गर्नुहोस्, यसो गर्नाले स्तनमा कुनैपनि समयमा हुनसक्ने परिवर्तन पत्ता लगाउन सक्नुहुन्छ ।

> यादगर्नुहोस्: यदि तपाईंको स्तन परिवर्तन भयो, असमान्य टुटुल्को देखा पर्यो, स्तनको आकारमा परिवर्तन भयो, निप्पल सुनियो, स्तन दुख्ने तथा छालाको रंग परिवर्तन भयो भने यसको बारेमा तुरुन्तै आफ्नो चिकित्सकसँग सल्लाह लिइहाल्नुहोस् ।

> खुशीको कुरा के छ भने, स्तन क्यान्सर पिडितको संख्या हरेक वर्ष घटिरहेको छ । भर्खरै सार्वजानिक गरिएको तथ्यांकअनुसार, यदि प्रारम्भीक अवस्थामा नै पत्ता लगाइएमा स्तन क्यान्सर भएका महिलाहरुको बाँच्ने संभावना 89% हुन्छ ।

> हाम्रो क्लीनिकमा आउनको निम्ति अहिले नै समय मिलाई हाल्नुहोस् । हाम्रो सेवा निशुल्क छ र अनुरोध गर्नुभएको खण्डमा भाषा अनुवाद सेवा समेत उपलब्ध छन् ।

> **फोन 13 20 50**