چھاتیوں کا ایکسرے سے معائنہ (بریسٹ سکریننگ)
جلد دریافت کی اطلاع دینے کا نظام

Urdu translation of *Breast screening - your early warning system*

آئیرلینڈ میں رہنے والی 50 سے 64 سال کی عمر والی تمام خواتین کو دعوت دی جاتی ہے کہ وہ ہر تین سال بعد اپنی چھاتیوں کی سکریننگ ایک خاص ایکسرے سے کروائیں جسے میموگرام (mammogram) کہا جاتا ہے. 65 سال یا زیادہ عمر کی خواتین کو سکریننگ کیلئے خود بخود نہیں بلایا جاتا ہے لیکن وہ اپنے مقامی سکریننگ سینٹر سے اپنے لئے وقت لے سکتی ہیں (آخری صفحہ دیکھیں).

مجھے چھاتیوں کی سکریننگ کی ضرورت کیوں ہے؟

بریسٹ سکریننگ سے چھاتیوں کے کینسر کی وجہ سے موت کا خطرہ کم ہو جاتا ہے.

- شمالی آئیرلینڈ میں عورتوں میں ہونے والے کینسر (سرطان) میں سب سے زیادہ ہونے والا کینسر چھاتی کا کینسر ہے. ہر 12 میں سے 1 خاتون کو چھاتی کا کینسر 75 سال کی عمر سے پہلے پہلے ہو جاتا ہے.
- 50 سال کی عمر سے زیادہ عمر کی خواتین میں یہ زیادہ عام ہے اور اسکی شناخت آسانی سے ہو جاتی ہے.
- بریسٹ سکریننگ سے چھاتیوں کے کینسر کا ابتدائی مراحل میں پتہ چل جاتا ہے، اس سے پہلے کہ کوئی نشانیاں اور علامات ظاہر ہوں.
- اگر چھاتی کے کینسر کی شناخت ابتدائی مراحل میں ہو جائے تو اس سے کامیاب صحت یابی کے بہت اچھے امکانات ہیں.

جب میں وہاں جاؤں گی تو کیا ہوگا؟

جب آپ سکریننگ کیلئے جائیں گی تو اسمیں 30 منٹ تک لگ سکتے ہیں. ایکسرے کیلئے آپ کو کمر سے اوپر تک کے تمام کپڑے اتارنا ہوں گے، اسی لئے بہتر ہوگا کہ آپ ایسے کپڑے پہنیں جسمیں اوپر کے کپڑے علیحدہ ہوسکیں. ریڈیوگرافک سٹاف (ایکسرے لینے والا عملہ) جو تمام کا تمام عملہ خواتین پر مشتمل ہے، آپ کی دونوں چھاتیوں (پستانوں) کو باری باری ایک خاص ایکسرے پلیٹ پر رکھے گا. ایکسرے میں چند سیکنڈ لگتے ہیں اور اسمیں بہت تھوڑی شعاعوں کی مقدار لگتی ہے.

میں کہاں جاؤں؟

اسکا انحصار اس بات پر ہے کہ آپ کہاں رہتے ہیں. آپ کو اپنے مقامی سکریننگ سینٹر (آخری صفحہ دیکھیں) یا پھر موبائل یونٹ میں بلایا جائے گا. دونوں کا کام ایک ہی ہوتا ہے لیکن موبائل یونٹ میں حرکت کیلئے جگہ کم ہوتی ہے، لہذا اگر آپ کو چلنے پھرنے میں دشواری ہوتی ہے تو آپ کیلئے سکریننگ سینٹر جانا بہتر ہوگا. اگر آپ نے بریسٹ امپلانٹس (مصنوعی چھاتیں) کروا رکھے ہیں تب بھی آپ کو موبائل یونٹ کے بجائے سکریننگ سینٹر جانا چاہیئے.

کیا چھاتیوں کی سکریننگ سے درد ہوتا ہے؟

بعض خواتین ایکسرے کو تکلیف دہ پاتی ہیں، کیونکہ چھاتیوں کو مضبوطی سے ایک خاص جگہ پر رکھنا پڑتا ہے اور ان پر تھوڑا زور دینا پڑتا ہے تاکہ بہتر تصویر اتاری جا سکے. لیکن ایکسرے میں زیادہ وقت نہیں لگتا اور زیادہ تر خواتین دوسری مرتبہ کم تکلیف محسوس کرتی ہیں.

مجھے میرے نتائج کب ملیں گے؟

آپ کے ایکسرے کے نتائج عام طور پر آپ کو اور آپ کے ڈاکٹر (جی پی) کو 3 ہفتے کے اندر اندر بھیجے جاتے ہیں.

اگر مجھے واپس بلایا گیا تو اسکا مطلب کیا ہوگا؟

تقریباً ہر 20 میں سے ایک خاتون کو واپس بلایا جاتا ہے، کیونکہ ایکسرے کے نتائج سے معلوم ہوتا ہے کہ مزید ٹیسٹ کی ضرورت ہے. اسکا مطلب یہ نہیں ہوتا کہ کوئی خرابی ہے، ان مزید ٹیسٹ کے بعد ہر 5 میں سے 4 خواتین کے نتائج کو ٹھیک ٹھاک قرار دیا جاتا ہے.

چھاتیوں کی سکریننگ کتنی قابل اعتماد ہے؟

چھاتیوں کے کینسر کا جلد سراغ لگانے کیلئے یہ سب سے زیادہ قابل اعتماد طریقہ ہے، لیکن یہ کامل طریقہ نہیں ہے. بعض کینسر، اگرچہ وہاں پر موجود ہوتے ہیں، ان کو ایکسرے پر نہیں دیکھا جا سکتا ہے، اور بعض کینسر مشکل سے دکھائی دیتے ہیں.

کیا بریسٹ سکریننگ سے چھاتیوں کے کینسر کا انسداد ہوتا ہے؟

جی نہیں، سکریننگ صرف چھاتی کے کینسر کی ابتدائی مراحل میں شناخت کرنے میں مدد کرتی ہے جس سے اسکا کامیاب علاج ہوسکتا ہے۔ لیکن یہ صرف اسی وقت کینسر کی شناخت کرسکتا ہے کہ اگر کینسر شروع ہو چکا ہو۔ چھاتی کا کینسر کسی بھی وقت شروع ہوسکتا ہے اور بعض خواتین کو یہ کینسر انکی سکریننگ کے وقفوں کے دوران بھی شروع ہوا ہے۔ آپ کو چاہیئے کہ آپ اپنی چھاتی متواتر وقفوں سے پرکھا کریں۔ آپ کو کسی بھی قسم کی فکر ہو تو اپنے ڈاکٹر سے رابطہ قائم کریں خواہ آپ کا ایکسرے حال میں ہی کیوں نہ ہوا ہو۔

ایک مرتبہ میرے ایکسرے دیکھ لئے گئے تو انکا کیا ہوگا؟

آپ کے ایکسرے 8 سال کیلئے رکھے جاتے ہیں تا کہ مستقبل میں نئے ایکسروں کیساتھ انکا موازنہ کیا جاسکے۔ سکریننگ کے ایکسرے کو جانچا جاتا ہے تا کہ اس بات کا یقین کیا جاسکے کہ آپ کو اعلیٰ معیار کی سروس فراہم کی گئی ہے۔

آپ کو مجھ سے رابطہ قائم کرنے کیلئے معلومات کہاں سے ملیں؟

اسی لئے ضروری ہے کہ آپ کے ڈاکٹر کے پاس آپ کا صحیح نام اور پتہ موجود ہو۔ تمام ڈاکٹروں کی پریکٹس سے ہر تین سال بعد ان تمام خواتین کے ناموں کی فہرست حاصل کی جاتی ہے جنکی عمر 50 اور 64 کے درمیان ہو۔ اگر آپ اپنے ڈاکٹر کے پاس رجسٹر ہیں تو آپ کو چھاتی کی سکریننگ کیلئے آپ کی 53 ویں سالگرہ سے پہلے پہلے بلایا جائے گا۔

اگر میں 50 سال سے کم عمر ہوں؟

50 سال سے کم عمر کی خواتین کو عام طور خود بخود سکریننگ کیلئے نہیں بلایا جاتا کیونکہ:

- اس گروپ میں کینسر ہونے کے امکانات بہت کم ہوتے ہیں۔
- اس عمر کے گروپ کی خواتین کی چھاتیوں کے پٹھے بہت زیادہ گھنے ہوتے ہیں اور انکا ایکسرے جانچنا زیادہ مشکل ہوتا ہے۔

لیکن اگر آپ اپنی چھاتیوں کے بارے میں متفکر ہیں یا چھاتیوں کا کینسر آپ کے خاندان میں پہلے ہو چکا ہے تو آپ کو اپنے ڈاکٹر سے رابطہ قائم کرنا چاہیئے جو آپ کے معائنے اور ایکسرے کا بندوبست کروائے گا۔

اگر آپ کسی قسم کا سوال پوچھنا چاہتے ہیں تو اپنے ڈاکٹر یا سکریننگ سینٹر سے رابطہ قائم کریں۔

سکریننگ سینٹرز

ایسٹرن ہیلتھ اینڈ سوشل سروسز بورڈ
دی سکریننگ سینٹر
12-22 Linenhall Street, Belfast BT2 8BS
☎ 028 9033 3700

ناردرن ہیلتھ اینڈ سوشل سروسز بورڈ
ناردرن ایریا بریسٹ سکریننگ اینڈ اسسمنٹ یونٹ
Level A, Antrim Area Hospital
45 Bush Road, Antrim BT41 2RL
☎ 028 9442 4425

سدرن ہیلتھ اینڈ سوشل سروسز بورڈ
دی بریسٹ سکریننگ یونٹ
Lurgan Hospital
Sloan Street, Lurgan BT66 8NX
☎ 028 3834 7083

ویسٹرن ہیلتھ اینڈ سوشل سروسز بورڈ
دی بریسٹ سکریننگ یونٹ
Altnagelvin Hospital
Glenshane Road, Londonderry BT47 6SB
☎ 028 7161 1443

درخواست کرنے پر یہ کتابچہ آپ کو سکریننگ سینٹر سے دوسری زبانوں اور آڈیو ٹیپ پر بھی دستیاب ہوسکتا ہے۔ ہماری ویب سائیٹ دیکھیں www.dhsspsni.gov.uk/phealth.

www.cancerscreening.n-i.nhs.uk

Health Promotion Agency

اس کتابچے کو شمالی آئیرلینڈ کی صحت کے فروغ کی انجمن (ہیلتھ پروموشن ایجنسی) نے ڈیپارٹمنٹ آف ہیلتھ، سوشل سروس اینڈ پبلک سیفٹی کیلئے بنایا اور تیار کیا ہے۔

11/07