ਅੰਡਕੋਸ਼ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਿਤ ਹੋ?

Punjabi version

TARGET OVARIAN CANCER
For every woman. **For life.**

ਪੇਟ ਫੁੱਲਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ?
ਹਰ ਵੇਲੇ ਪੇਟ ਭਰਿਆ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ?
ਢਿੱਡ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਹੈ?
ਜ਼ਿਆਦਾ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?

ਅੰਡਕੋਸ਼ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਲੱਛਣ ਕੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ?

- **ਲਗਾਤਾਰ ਪੇਟ ਫੁੱਲਿਆ ਰਹਿਣਾ**
- **ਜਲਦੀ ਪੇਟ ਭਰਿਆ ਹੋਇਆ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਭੁੱਖ ਨਾ ਲੱਗਣੀ**
- **ਪੇਡੂ ਜਾਂ ਪੇਟ (ਇਹ ਤੁਹਾਡਾ ਪੇਟ ਅਤੇ ਇਸ ਦਾ ਹੇਠਲਾ ਹਿੱਸਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ) ਦਾ ਦਰਦ**
- **ਪਿਸ਼ਾਬ ਸੰਬੰਧੀ ਲੱਛਣ (ਪਿਸ਼ਾਬ ਲਈ ਬਹੁਤ ਕਾਹਲ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਆਮ ਨਾਲੋਂ ਵੱਧ ਵਾਰ ਜਾਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ)**

ਕਦੇ-ਕਦੇ ਹੋਰ ਲੱਛਣ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਟੱਟੀ ਜਾਣ ਦੀ ਆਦਤ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦਸਤ ਜਾਂ ਕਬਜ਼)
- ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਥਕੇਵਾਂ (ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਥਕਾਵਟ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨੀ)
- ਭਾਰ ਘਟਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਸਾਫ਼ ਨਾ ਹੋਣਾ

ਮੀਨੋਪੌਜ਼ (ਮਾਹਵਾਰੀ ਖਤਮ ਹੋਣ) ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਿਸੇ ਵੀ ਖੂਨ ਵੱਗਣ ਦੀ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਕਿਸੇ ਜੀਪੀ ਦੁਆਰਾ ਜਾਂਚ-ਪੜਤਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਅੰਡਕੋਸ਼ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਲੱਛਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ:

- **ਅਕਸਰ ਹਨ** – ਉਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਹੀਨੇ ਵਿੱਚ 12 ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ
- **ਲਗਾਤਾਰ ਹਨ** – ਇਹ ਖਤਮ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ
- **ਨਵੇਂ** – ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਆਮ ਨਹੀਂ ਹਨ ਅਤੇ ਸ਼ਾਇਦ ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਦੌਰਾਨ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਏ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਲੱਛਣਾਂ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਿਤ ਹੋ?

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਇੱਕ ਜਾਂ ਵੱਧ ਲੱਛਣ ਲਗਾਤਾਰ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਆਮ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ, ਇਹ ਅਹਿਮ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲੋ। ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣ ਕਿਸੇ ਗੰਭੀਰ ਸਮੱਸਿਆ ਕਾਰਨ ਹੋਣ, ਪਰ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਆਪਣੀ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਲਈ ਤਿਆਰੀ ਕਰੋ

- ਸਾਡੀ ਮੁਫ਼ਤ ਅੰਡਕੋਸ਼ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਡਾਇਰੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਆਪਣੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਟ੍ਰੈਕ ਕਰੋ (ਛਪੇ ਹੋਏ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਐਪ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ): **targetovariancancer.org.uk/symptomsdiary**

- ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਦੋ ਜਾਂ ਵੱਧ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ ਨੂੰ ਅੰਡਕੋਸ਼ ਜਾਂ ਛਾਤੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਹੋ ਚੁੱਕਾ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਜੀਪੀ ਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਵੀ ਦੱਸੋ

ਤੁਹਾਡਾ ਜੀਪੀ ਕਿਹੜੇ ਟੈਸਟ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ?

- ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਅਕਸਰ ਅਤੇ ਲਗਾਤਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਪੀ ਨੂੰ CA125 ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਟੈਸਟ ਦਾ ਆਦੇਸ਼ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ
- ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਟ ਅਤੇ ਅੰਡਕੋਸ਼ਾਂ ਦੇ ਅਲਟਰਾਸਾਉਂਡ ਸਕੈਨ ਦਾ ਵੀ ਆਦੇਸ਼ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ

ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

- ਆਪਣੇ ਜੀਪੀ ਤੋਂ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਅਗਲੇ ਕਦਮ ਕੀ ਹਨ
- ਇਕਸਾਰ ਬਣੋ! ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਕੁਝ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਜੀਪੀ ਕੋਲ ਵਾਪਸ ਜਾਓ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਜੀਪੀ ਦੀ ਰਾਇ ਲਵੋ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿੱਥੋਂ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਟਾਰਗੇਟ ਓਵਰੀਅਨ ਕੈਂਸਰ

2 Angel Gate, London EC1V 2PT

020 7923 5475

info@targetovariancancer.org.uk

targetovariancancer.org.uk

facebook.com/TargetOvarianCancer

@TargetOvarian

ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਇਨਫਾਰਮੇਸ਼ਨ ਸਟੈਂਡਰਡ ਸਕੀਮ ਦੇ ਦੁਆਰਾ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਪ੍ਰਵਾਨਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਬਿਲਕੁਲ ਸਹੀ ਅਤੇ ਉੱਚ-ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਾਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।

Health & care information you can trust
The Information Standard Certified Member

ਆਖਰੀ ਵਾਰ ਸਮੀਖਿਆ ਕੀਤੀ: ਜੂਨ 2017
ਅਗਲੀ ਸਮੀਖਿਆ: ਮਈ 2020

©ਟਾਰਗੇਟ ਓਵਰੀਅਨ ਕੈਂਸਰ 2017

ਟਾਰਗੇਟ ਓਵਰੀਅਨ ਕੈਂਸਰ ਇੱਕ ਗਾਰੰਟੀ ਦੁਆਰਾ ਸੀਮਿਤ ਕੰਪਨੀ ਹੈ, ਜੋ ਇੰਗਲੈਂਡ ਅਤੇ ਵੇਲਜ਼ ਵਿੱਚ ਰਜਿਸਟਰਡ (ਨੰਬਰ 6619981) ਹੈ।
ਰਜਿਸਟਰਡ ਆਫਿਸ: 2 Angel Gate, London EC1V 2PT.
ਰਜਿਸਟਰਡ ਚੈਰਿਟੀ ਨੰਬਰ 1125038 (ਇੰਗਲੈਂਡ ਅਤੇ ਵੇਲਜ਼) ਅਤੇ SC042920 (ਸਕੌਟਲੈਂਡ)।