ਅਪੰਗਤਾ ਵਾਲੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ

ਅਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਔਰਤਾਂ* ਨੂੰ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਮੁਫ਼ਤ ਜਾਂਚ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਜੋ 40 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਨਹੀਂ ਵੇਖੀਆਂ ਹਨ। ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ 50 ਤੋਂ 74 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਹੈ। ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਨਿਯਮਤ ਸਿਹਤ ਜਾਂਚ ਹੈ, ਅਤੇ 50 ਤੋਂ 74 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਹਰ ਦੋ ਸਾਲਾਂ ਬਾਅਦ ਛਾਤੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਅਪੰਗਤਾ ਵਾਲੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ

ਸਾਡੇ ਅਮਲੇ ਨੂੰ ਅਪੰਗਤਾ ਵਾਲੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਸਿਖਲਾਈ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਅਪੰਗਤਾ ਵਾਲੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ:

- ਮੋਬਾਈਲ ਜਾਂਚ ਵੈਨਾਂ ਸਮੇਤ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸੇਵਾ ਸਥਾਨਾਂ ਵਿੱਚ **ਵ੍ਹੀਲਚੇਅਰ ਲਈ ਪਹੁੰਚ**
- **ਪਹੁੰਚਯੋਗ (ਅਪੰਗਤਾ) ਪਾਰਕਿੰਗ** ਅਤੇ ਉਤਾਰਣ ਵਾਲੀਆਂ ਜਗ੍ਹਾਵਾਂ
- **ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਦੀ ਸੰਕੇਤ ਭਾਸ਼ਾ** (AUSLAN) ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ **ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ**
- ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਬਾਰੇ **ਸੌਖੀ ਪੜ੍ਹੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ**

ਤੁਹਾਡੀ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਵਾਲੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੇ ਮੌਕੇ:

- ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਕਿਸੇ **ਸਹਾਇਕ ਵਿਅਕਤੀ** ਨੂੰ ਲਿਆ ਸਕਦੇ ਹੋ
- ਸੇਵਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਅਤੇ **ਸਹਾਇਕ ਜਾਨਵਰਾਂ** ਦਾ ਸਵਾਗਤ ਹੈ
- **ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੀ ਤੁਰਨ-ਫਿਰਨ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਦੇ ਹਿਸਾਬ** ਨਾਲ ਛਾਤੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਬਦਲ ਸਕਦੇ ਹਾਂ
- ਅਸੀਂ **ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਵਾਲੀ ਮੁਲਾਕਾਤ** ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ
- ਤੁਸੀਂ ਜਾਂਚ ਦੇ ਦੌਰਾਨ **ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਠਹਿਰਣ ਜਾਂ ਰੁਕਣ** ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਕੋਈ ਸਹਾਇਤਾ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਰਪ੍ਰਸਤ ਹੈ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਸਹਿਜ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕੋ।

ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣਾ

ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਇਸ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਛੋਟੀ ਜਿਹੀ ਵੀਡੀਓ (2.58) ਵੇਖਣ ਲਈ, ਇਸ QR ਕੋਡ ਨੂੰ ਸਕੈਨ ਕਰੋ ਜਾਂ www.breastscreen.qld.gov.au/having-a-breast-screen 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਮੈਨੂੰ ਸਕੈਨ ਕਰੋ

* ਅਤੇ ਲਿੰਗ ਵਿਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਜੋ ਇੱਥੇ ਦੱਸੇ ਗਏ ਯੋਗਤਾ ਦੇ ਮਾਪਦੰਡਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਦੇ ਹਨ: breastscreen.qld.gov.au/should-i-screen/who-can-have-a-breast-screen

Queensland Government

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਵ੍ਹੀਲਚੇਅਰ ਜਾਂ ਚੱਲਣ-ਫਿਰਨ ਵਾਲੇ ਸਹਾਇਤਾ ਉਪਕਰਣਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਵ੍ਹੀਲਚੇਅਰ ਜਾਂ ਚੱਲਣ-ਫਿਰਨ ਵਾਲੇ ਸਹਾਇਤਾ ਉਪਕਰਣਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਬੈਠੇ ਹੋਏ ਆਪਣੀ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਿਰ ਨੂੰ ਉੱਪਰ ਚੁੱਕ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਬਾਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਛਾਤੀਆਂ ਤੋਂ ਪਰ੍ਹੇ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਤੁਹਾਡੀ ਵ੍ਹੀਲਚੇਅਰ ਦੀਆਂ ਬਾਹਾਂ ਉੱਤਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹੋਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ। ਕੁਝ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵ੍ਹੀਲਚੇਅਰ ਮੌਜੂਦ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਆਪਣੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਤੈਅ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਿਆਰੀ ਵ੍ਹੀਲਚੇਅਰ 'ਤੇ ਜਾ ਕੇ ਬੈਠਣ ਲਈ **ਖੜ੍ਹੇ ਹੋਣ** ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਗਤੀਸ਼ੀਲਤਾ ਜਾਂ ਚੱਲਣ-ਫਿਰਨ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਹਨ, ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਮੁਲਾਕਾਤ ਤੈਅ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਾਨੂੰ ਦੱਸੋ:

- **ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਚੱਲਣ-ਫਿਰਨ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਉਪਕਰਣਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋ,** ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤੁਰਨ ਵਾਲਾ ਫਰੇਮ, ਤੁਰਨ ਵਾਲੀ ਸੋਟੀ, ਡੰਡਾ ਜਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਸਹਾਇਤਾ
- **ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਵ੍ਹੀਲਚੇਅਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋ,** ਭਾਂਵੇਂ ਇਹ ਗੈਰ-ਮਿਆਰੀ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਜੇ ਕੁਰਸੀ ਦੀਆਂ ਬਾਹਾਂ ਹਟਾਈਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ

ਸਹਿਮਤੀ

ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਵਾਲੇ ਦਿਨ, ਬ੍ਰੈਸਟਸਕ੍ਰੀਨ ਕੁਈਨਜ਼ਲੈਂਡ ਦੇ ਅਮਲੇ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਦੁਆਰਾ ਲਿਖਤੀ ਸਹਿਮਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਗਵਾਹੀ ਪਾਈ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਸਹਿਮਤੀ ਦੇ ਜਾਇਜ਼ ਹੋਣ ਲਈ, ਇਹ ਕਿਸੇ ਸਮਰੱਥ ਬਾਲਗ਼ ਜਾਂ ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅਧਿਕਾਰਤ ਫ਼ੈਸਲਾ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਭੁਗਤਾਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਾ/ਲੀ ਤੁਹਾਡੀ ਤਰਫੋਂ ਸਹਿਮਤੀ 'ਤੇ ਦਸਤਖ਼ਤ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੱਕਾ ਯਕੀਨ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ

ਅਪੰਗਤਾ ਵਾਲੀਆਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਔਰਤਾਂ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਕੁਝ ਸਿਹਤ ਸਥਿਤੀਆਂ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਜਾਂਚ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਡੀਆਂ ਕਲੀਨਿਕੀ ਨਰਸਾਂ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਕੀ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਹੀ ਹੈ।

ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਿਵੇਂ ਬੁੱਕ ਕਰਨੀ ਹੈ?

ਮੁਲਾਕਾਤ ਦਾ ਸਮਾਂ ਤੈਅ ਕਰਨ ਲਈ, ਸਾਨੂੰ 13 20 50 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ। ਤੁਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਹਾਇਤਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਵੀ ਵਿਚਾਰ-ਵਟਾਂਦਰਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਕਿਹੜੀ ਜਗ੍ਹਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਹੋਵੇਗੀ।

ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਵਾਸਤੇ 13 14 50 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬੋਲ ਸਕਣ ਵਾਲੇ ਬੋਲ਼ੇ ਹੋ ਅਤੇ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਸੁਣਨ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੈ ਜਾਂ ਬੋਲ ਕੇ ਦੱਸਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੈ, ਤਾਂ www.accesshub.gov.au 'ਤੇ ਨੈਸ਼ਨਲ ਰਿਲੇਅ ਸਰਵਿਸ (NRS) ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਜਾਂ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਨੰਬਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਫਿਰ NRS ਰਿਲੇਅ ਅਫ਼ਸਰ ਤੁਹਾਨੂੰ **13 20 50 'ਤੇ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ** ਕਰੇਗਾ।

TTY ਵਰਤਣ ਵਾਲੇ:	**ਫ਼ੋਨ 13 36 77**
SMS ਰਿਲੇਅ:	**SMS 0423 677 767**
ਵੌਇਸ ਰਿਲੇਅ:	**ਫ਼ੋਨ 1300 555 727**

ਅਸੀਂ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ

ਸਮੂਹਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬੁੱਕ ਕਰਵਾਉਣ, ਮੁਫ਼ਤ ਸਿੱਖਿਆ ਸੈਸ਼ਨਾਂ, ਸਮਾਗਮਾਂ ਜਾਂ ਨੁਮਾਇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਲਗਾਉਣ ਵਾਲੇ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰਾਂ ਅਤੇ ਬ੍ਰੈਸਟਸਕ੍ਰੀਨ ਕੁਈਨਜ਼ਲੈਂਡ ਦੇ ਸਰੋਤਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ 13 20 50 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਸਥਾਨਕ ਸੇਵਾ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਵਾਪਸੀ ਸਲਾਹ (ਫੀਡਬੈਕ)

ਅਸੀਂ ਬ੍ਰੈਸਟਸਕ੍ਰੀਨ ਕੁਈਨਜ਼ਲੈਂਡ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਯੋਗਤਾ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੀ ਵਾਪਸੀ ਸਲਾਹ ਦਾ ਸਵਾਗਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਇੱਥੇ ਈਮੇਲ ਕਰਕੇ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਾਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਅਸੀਂ ਕੀ ਵਧੀਆ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਕੀ ਸੁਧਾਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ: cssb@health.qld.gov.au

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਸਤੇ breastscreen.qld.gov.au 'ਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ 13 20 50 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ

Interpreter ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਲਈ **13 14 50** 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ

Queensland Government