

Breast Screening

Information and advice for patients

Urdu



Where
EVERYONE
Matters



Information about Breast Screening

اگر آپ کی چھاتیوں میں کوئی تبدیلی رونما ہو تو اسے معلوم کرنے کے لیے چھاتی کی سکریننگ ایک بہترین طریقہ ہے۔

Breast Screening is the best way to check if you have any changes in your breasts.

اس سے پہلے کہ آپ یا آپ کا ڈاکٹر اسے محسوس کر سکیں یہ تبدیلیاں سکریننگ کے ذریعے معلوم کی جا سکتی ہیں۔

These changes can be picked up at screening before you or your doctor can see or feel them.

سکریننگ کے طریقہ کار میں میموگرام (چھاتی کا ایکس رے) کیا جاتا ہے جسے فلم (ایکس رے) کا مشاہدہ کرنے والے ماہرین پڑھتے یا دیکھتے ہیں۔
نتیجہ آپ کو آپ کے گھر اور آپ کے جی پی (ڈاکٹر) کو بھیج دیا جائے گا۔

Screening involves having a mammogram (breast x-ray) which is then read by specialist film readers. The result will be sent to you at home and to your GP.

چھاتی کے کینسر کے متعلق حقائق

9 میں سے ایک عورت کو اس کی زندگی کے کسی حصے میں چھاتیوں کا کینسر ہو سکتا ہے

1 in 9 women will develop breast cancer at some time in their life.

عالمی سطح پر: 25 فیصد تمام عورتیں ناقابل علاج حد تک پہنچ جاتی ہیں۔

Worldwide: 25% of all female cancer.



آپ کی ہم عمر عورتوں میں چھاتی کا کینسر بہت عام ہے کیونکہ 80 فیصد چھاتیوں کا کینسر 50 سال سے زیادہ عمر والی عورتوں میں پایا جاتا ہے۔

Breast Cancer is more common in women in your age group as 80% of breast cancers occur in women who are over 50 years.

چھاتیوں کا کینسر زیادہ تر ابتدائی مرحلے میں سکریننگ کے ذریعے معلوم ہو جاتا ہے۔ اس وقت صحت یابی کا امکان زیادہ ہوتا ہے اور آپ کے زندہ بچ جانے کے امکانات پر اس کے بہترین اثرات مرتب ہوتے ہیں۔

Most breast cancers found at screening are at an early stage when there is a good chance of a successful recovery and this greatly influences your survival chances.

آپ کی چھاتیوں کی سکریننگ اس لینے ضروری ہے کہ یہ آپ کی چھاتیوں کو صحت مند رکھنے کے لیے مفید ہے اور اس سکریننگ پر محض چند منٹ لگتے ہیں۔

That is why it is important to be screened and it helps keep your breasts healthy and it only takes a few minutes.

مجھے کیسے بلوایا جائے گا؟

How will I be invited?

50 اور 70 سال کے درمیان عمر رکھنے والی تمام عورتیں (جو جی۔ پی کے ساتھ رجسٹر ہوتی ہیں) خود بخود ہر تین سال بعد چھاتیوں کی سکریننگ کے لیے بلوائی جاتی ہیں۔ اگر آپ کی عمر 70 سال سے زیادہ ہے تو آپ کو از خود نہیں بلایا جائے گا۔ 70 سال سے زیادہ عمر رکھنے والی عورتوں کو یہ نسبت کم عمر عورتوں کے زیادہ خطرہ لاحق ہوتا ہے کیونکہ عمر بڑھنے کے ساتھ ساتھ اس خطرے کا امکان بھی بڑھ جاتا ہے۔

All women aged between 50 and 70 (who are registered with a GP) are automatically invited for breast screening every 3 years.

If you are over 70 years, you will not automatically be invited. Women over 70 years are more at risk than younger women because the risk increases with age.

سکریننگ کی سہولت اب بھی دستیاب ہے اور یہ بلا معاوضہ ہے۔ اس کا بندوبست کرنے کے لیے آپ کو محض بریسٹ سکریننگ کے دفتر میں فون کرنا ہوگا۔

Screening is still available and free; you just need to call the breast screening office to arrange it.

پھر کیا ہوگا؟

What happens?

اگر آپ جی۔پی کے ساتھ رجسٹر ہیں تو خط بھیج کر آپ کو سکریننگ کے لیے بلوایا جائے گا۔

You will be sent a letter inviting you to come for screening as long as you are registered with a GP.

اگر آپ اس تاریخ کو نہیں آسکتیں تو آپ بریسٹ سکریننگ آفس کو فون کر کے با آسانی اپنی اپوائنٹمنٹ کا وقت تبدیل کر سکتی ہیں۔

If you cannot attend on that date, you can easily change your appointment by telephoning the breast screening office.

0121 507 4967/4927



سکریننگ کہاں ہوگی؟ Where will this happen?

سکریننگ یا تو گشتی یونٹ (موبائل یونٹ) میں ہو سکتی ہے یا سٹی ہسپتال (City Hospital) کے بریسٹ یونٹ میں اور یا وال سال مینر ہسپتال (Walsall Manor Hospital) میں۔

This could be either on a mobile unit or at The Breast Unit at City Hospital or at The Walsall Manor Hospital.



گشتی ٹیم میں صرف عورتیں ہی کام کرتی ہیں۔ مرد حضرات کو باہر انتظار کرنے کے لیے کہا جاتا ہے اس لیے یہ (سکریننگ) تنہائی میں ہوتی ہے۔

Only women work on the mobile unit.

Men are asked to wait outside the unit so it is private.



سکریننگ پر آنے کے لیے مجھے کچھ کرنے یا اپنے ہمراہ کچھ لانے کی ضرورت ہے؟

Is there anything I need to do or bring with me when I come for screening?

برائے مہربانی آپ کو بھیجا جانے والا خط اپنے ساتھ لائیں۔ اپنے ساتھ اپنا پاسپورٹ یا میڈیکل کارڈ بھی لائیں کیونکہ آپ کی سکریننگ سے پہلے ہمیں آپ کے نام، تاریخ پیدائش اور پتہ کی تصدیق کرنی ہوگی۔

Please bring your invitation letter with you. Also your passport or medical card as we need to confirm your Name, Date of Birth and Address before we can screen you.



استقبالہ (ریسیپشن ڈیسک) پر تشریف لائیں۔ آپ کی بکننگ اور آپ کی مدد کے لیے وہاں کوئی موجود ہوگا۔

Go to the reception desk and someone will be there to book you in and help you.

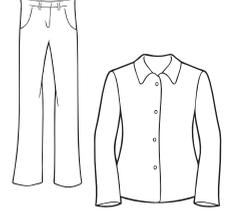


جب آپ کی سکریننگ کی باری آنے لگی تو آپ کو چینجنگ روم میں تیار ہونے کے لیے کہا جائے گا۔

When it is your turn to be screened you will be asked to get ready in a changing room.

ایسا لباس پہنیں جو آسانی سے بدلا جا سکے۔ جیکٹ یا جرسی پہننا اچھا ہوگا کیونکہ یہ سامنے سے کھلتے ہیں۔

It is best to wear separates. A cardigan or blouse is best as it opens at the front.



میموگرام کروانا (Mammogram) Having a mammogram

ہم آپ کو سمجھا نہیں گے کہ ہم کیا کرنے جا رہے ہیں۔

We will explain to you what we are going to do.

ہم آپ کو ایکسرے مشین بھی دکھائیں گے۔

Show you the x-ray machine.

ہر چھاتی کے دو ایکسرے لینے جائیں گے۔ ایک سامنے سے اور ایک سائیڈ سے۔

Two views are taken of each breast. One from the front and one from the side.

ایک سامنے سے



چھ سیکنڈ کے لیے مشین آہستہ آہستہ سے درجہ بہ درجہ دباؤ بڑھا ئے گی اور پھر ایکسرے لے لینے کے بعد مشین خود بخود بہ دباؤ کم کرنا شروع کر دے گی۔ آپ بالکل ویسے ہی محسوس کریں گے جیسے بلڈ پریشر چیک کروانے وقت آپ محسوس کرتے ہیں بلکہ اس سے بھی کم۔

The machine will slowly apply a gradual pressure between the two plates for about 6 seconds and then it releases automatically as soon as we've taken the x-ray. It is a similar feeling to having your blood pressure taken but not so intense.

ایک سائیڈ سے



اس پر زیادہ وقت نہیں لگے گا

It will not take long.

ایک ریڈیالوجسٹ (ڈاکٹر جو ایکسرے پڑھنے اور سمجھنے کا ماہر ہوتا ہے) اور فلم پڑھنے والا ماہر میموگرافر آپ کے ایکسرے کا مشاہدہ کرے گا۔

A radiologist (who is a doctor who specialises in reading x-rays) and specialised film reading mammographers, will report on your films.



مجھے اپنے نتائج کیسے ملیں گے؟
How do I receive my results?

تقریباً تین ہفتوں میں آپ کو آپ کے گھر خط بھیج دیا جائے گا۔

A letter will be sent to you at home in about 3 weeks.



کیا مجھے اپنی سکریننگز کے درمیان کچھ کرنے کی ضرورت ہے؟
Do I need to do anything between my screenings?

ہاں آپ کو اپنی چھاتی کے متعلق باخبر رہنا چاہیے کیونکہ چھاتی کی سکریننگ سے صرف کینسر معلوم کرنے میں مدد ملتی ہے اگر کینسر موجود ہو تو۔ آپ کو اپنی چھاتیوں میں کسی بھی قسم کی تبدیلیوں سے باخبر رہنا چاہیے کیونکہ چھاتی کا کینسر کسی بھی وقت شروع ہو سکتا ہے۔ کچھ عورتوں میں چھاتی کا کینسر 50 سال سے پہلے شروع ہو سکتا ہے یا ان کی سکریننگ میموگرامز کے دوران۔

Yes you need to be breast aware as breast screening only helps to find breast cancer if it is already there.

You should be aware of any changes in your breasts because breast cancer can develop at any time.

Some women may develop breast cancer before they are 50 years or between their screening mammograms.

چھاتیوں سے کیسے باخبر رہا جائے

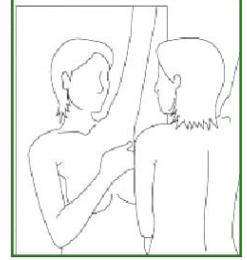
How to be breast aware

دیکھنے اور محسوس کرنے سے - تبدیلیوں پر نظر رکھیں۔

By looking and feeling - changes to look for:-

سائیز میں تبدیلی - ایک چھاتی کا دوسری چھاتی سے سائیز میں زیادہ بڑھ جانا

A change in size - one breast becoming much larger than the other.

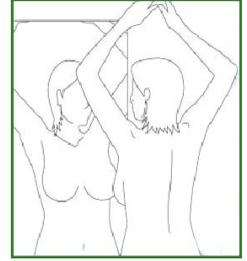


نپل کا اندر کو دھنس جانا یا اپنی جگہ سے ہٹ جانا یا اس کی ساخت میں تبدیلی رونما ہونا

A nipple has become inverted (pulled in) or has changed its position or shape.

نپل کے ارد گرد چھوٹے دھبے یا نشان (ریش) نمودار ہونا

A rash around the nipple.



نپل سے لیس دار مواد کا نکلنا

A discharge from the nipple.

جلد میں تناؤ یا چھوٹے چھوٹے گڑھے پڑنا

Puckering or dimpling of the skin.

بغل میں یا ہنسلے کی ہڈی کے ارد گرد سوجن

A swelling under your armpit or around your collarbone.

چھاتی کے کسی حصے کا ابھرنا یا سخت ہونا جو آپ کی چھاتی کے باقی حصوں سے سخت محسوس ہو

A lump or thickening in your breast that feels different from the rest of the breast.

چھاتی کے کسی ایک حصے میں یا آپ کی بغل میں مسلسل درد کا ہونا

Constant pain in one part of your breast or in your armpit.

چھاتی کے سکریننگ کی مختصر معلومات

A summary of Breast Screening

◀ اس سے پہلے کہ آپ اسے محسوس کر سکیں چھاتی کے کینسر زیادہ تر ابتدائی مرحلے میں ہی معلوم ہو جاتے ہیں ، اور اس مرحلے میں کامیاب علاج کے امکانات زیادہ ہوتے ہیں۔

Most breast cancers are found at an early stage before you can see or feel them, when there is a good chance of a successful recovery.



◀ سکریننگ سے معلوم ہونے والے تقریباً آدھے کینسر اتنے کم یا محدود ہوتے ہیں کہ انہیں چھاتی میں سے نکالا یا ہٹایا جا سکتا ہے (پوری چھاتی کو کاٹنے کی ضرورت نہیں پڑتی)۔

Around half the cancers found at screening are still small enough to be removed from the breast (the whole breast does not have to be removed).

◀ اس ملک میں ہر سال تقریباً چودا سو (1400) جانوں کو چھاتی کے سکریننگ کے ذریعے بچایا جاتا ہے۔

Breast screening saves an estimated 1,400 lives every year in this country.

◀ جو عورتیں چھاتی کی سکریننگ کرواتی ہیں ان میں چھاتی کے کینسر سے مرنے کے امکانات کم ہو جاتے ہیں۔

Breast screening reduces the risk of the women who attend dying from breast cancer.

◀ جن عورتوں کے میموگرام سے اگر ہم مطمئن نہیں تو انہیں مزید معلومات کے لیے دوبارہ بلوایا جائے گا۔ مزید ٹیسٹوں کے بعد ہمیں معلوم ہوتا ہے کہ ان میں سے زیادہ تر عورتوں کو کینسر ہوتا ہی نہیں۔

We will call some women back for more investigations if we are unsure about their mammogram. After more tests, we will find many of these women will not have cancer.



◀ شائد سکریننگ سے بعض کینسر معلوم نہ ہو سکیں۔
Screening may miss some cancers.

◀ سکریننگ کے ذریعے معلوم ہونے والے تمام چھاتی کے کینسر قابل علاج نہیں ہوتے۔
Not all breast cancers that are found at screening can be cured.

◀ کئی عورتوں کو میموگرام سے بے سکونی یا کبھی کبھار درد محسوس ہوتا ہے مگر یہ مختصر وقت کے لیے ہوتا ہے۔

Many women find having a mammogram uncomfortable or occasionally painful, but only for a brief period of time.

اگر آپ اپنی چھاتیوں یا چھاٹیوں کی سکریننگ کے متعلق مزید کوئی تشویش یا سوال رکھتے ہیں تو آپ بات کر سکتے ہیں:

If you have any more concerns or questions about breast screening or about your breasts, you can speak to your:

اپنے جی پی سے
GP

اپنی پریکٹس نرس سے
Practice Nurse

اپنے مقامی چھاتی کے سکریننگ والے ادارے سے (Breast Screening Service)
Local Breast Screening Service

City, Sandwell and Walsall Breast Screening Services

0121 507 4967/4927

Open Monday to Friday 9.00am - 4.00pm

Acknowledgements

Dudley Group of Hospitals

Dudley PCT Speech & Language Department

Leeds University

Nottingham PCT





Where
EVERYONE
Matters



A Teaching Trust of The University of Birmingham
Incorporating City, Sandwell and Rowley Regis Hospitals

© Sandwell and West Birmingham Hospitals NHS Trust

ML3208

Issue Date: January 2011

Review Date: January 2013