



ACCESSS

Alliance des Communautés Culturelles pour
l'Égalité dans la Santé et les Services Sociaux

میرے علم میں آیا ہے کہ ہر آٹھ میں سے ایک کینیڈین عورت کو اپنی زندگی میں چھاتی کے کینسر کا سامنا کرنا پڑے گا۔ اگر یہ سچ ہے تو حیران کن ہے۔ کچھ تحقیق کے بعد مجھ پر آشکار ہوا کہ نہ صرف یہ سچ ہے بلکہ اس مرض کی صرف چھونے یا واضح نشانات کے ذریعے نشاندہی نہیں کی جا سکتی۔ تاہم جتنی جلدی کینسر کی نشاندہی ہو جائے اتنا ہی اموات کی شرح کم ہو سکتی ہے۔
خوش قسمتی سے کیوبک بریسٹ کینسر سکریننگ پروگرام (PQDCS) اسی مقصد اور بیماری کی روک تھام کے مقصد کو مد نظر رکھتے ہوئے قائم کیا گیا ہے، اس طرح جتنا زیادہ ممکن ہو اتنا اموات سے بچا جا سکتا ہے۔

یہ کیسے کام کرتا ہے؟ 50 سے 69 سال تک کی خواتین کو خط بھیج کر Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ) کے ذریعہ بیمہ کروایا گیا ہے، انہیں ایک میمو گرام جو کہ چھاتی کا ایکسری ہے، ہر دو سال بعد مفت کروانے کی دعوت دی جاتی ہے۔ ایسی خواتین جن کے پاس ہیلتھ انشورنس کارڈ نہیں ہیں وہ ہیلتھ کیئر پروفیشنل سے رابطہ کر کے نسخہ حاصل کر سکتی ہیں، اپنا معائنہ کروا سکتی ہیں۔ ان کے کیس میں فیس ادا کی جائے گی۔
اپنا میمو گرام کروانے کیلئے آپ کو بس ایک مخصوص سکریننگ سنٹر میں ملاقات کا وقت طے کرنا ہے، ملاقات کے لیے مطلوبہ دستاویزات ساتھ لانی ہیں، بس رضا مندی کا ایک فارم پُر کرنا ہے اور معائنہ کروانا ہے۔ یہ تمام تفصیلات لیٹر میں وضاحت کر دی جاتی ہے۔ تاہم اس کو بغور پڑھنا بہت ضروری ہے۔

میں یہ بھی تجویز کرتی ہوں کہ آپ الٹرا ساؤنڈ

کا مطالبہ کریں، کیونکہ کچھ کینسروں کا پتہ صرف

میموگرافی سے نہیں ہوتا۔ یہ اختیار قابل چارج ہے،

لیکن سستا ہے۔

میرے ڈاکٹر نے مجھے بتایا کہ اس پروگرام کے بہت سے فوائد ہیں، جن میں چھاتی کے کینسر سے مرنے کا خطرہ کم کرنا، کیمو تھراپی کروانا، میری چھاتیوں کی عمومی صحت کو جاننا اور بہت کچھ شامل ہے۔ تاہم کچھ عمومی عقائد کو غلط ثابت کرنے کیلئے اس نے میرے ساتھ کچھ حقائق بھی شیئر کئے ہیں جنہیں میں آپ کے ساتھ شیئر کرنا چاہوں گی۔

❖ میموگرام کینسر کا سبب نہیں بنتے اور بے درد ہوتے ہیں۔

❖ میموگرام باقاعدگی سے کروانا ضروری ہے۔

❖ چھاتی کا کینسر ایک صحت مند شخص میں بھی ہو سکتا ہے جس کی خاندانی تاریخ نہ ہو۔

❖ جیسا کہ وہ کہتے ہیں، روک تھام بہترین دوا ہے، لہذا اپنے میموگرام کے لیے جانے میں ذرا نہ

بچکچائیں!

مزید معلومات کیلئے وزٹ کریں، www.accesss.net website (records — cancer and

immigrant women — PQDCS) (ریکارڈز — کینسر اور تارکین وطن خواتین۔ پی کیو ڈی سی

ایس