# अपनी जाँच करवाएं!

सिफारिश की गई कैंसर की जाँच आपके जीवन को बचाने में मदद कर सकती है। इन जाँचों के बारे में अपने डॉक्टर या नर्स से पूछें।

*Get your Tests! - Hindi*

American Cancer Society
Every cancer. Every life.®

## सिफारिश की गई कैंसर स्क्रीनिंग की जाँचें

| 25 से 39 वर्ष | 40 से 49 वर्ष | 50+ वर्ष | शब्दावली |
|---|---|---|---|
| **कोलरेक्टल कैंसर की स्क्रीनिंग**<br>पता लगाएं कि क्या आपको कोलन या रेक्टल कैंसर का जोखिम अधिक है। यदि नहीं, तो इस समय किसी स्क्रीनिंग की आवश्यकता नहीं है। | **कोलरेक्टल कैंसर की स्क्रीनिंग**<br>45 वर्ष की आयु में नियमित स्क्रीनिंग शुरू करें, और 75 वर्ष की आयु तक जारी रखें। 76 से 85 वर्ष की आयु के लोगों के लिए, स्क्रीनिंग का निर्णय उनकी प्राथमिकताओं, जीवन प्रत्याशा, समग्र स्वास्थ्य, और पूर्व स्क्रीनिंग इतिहास पर आधारित होना चाहिए।<br>कई प्रकार की जाँचें की जा सकती हैं। किसी स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से इस बारे में बात करें कि कौन सी जाँचें आपके लिए सर्वोत्तम हैं। इससे कोई फर्क नहीं पड़ता कि आप कौन सी जाँच चुनते हैं, सबसे महत्वपूर्ण बात स्क्रीनिंग कराना है। | | **कोलरेक्टल कैंसर की स्क्रीनिंग**<br>ये जाँचें कोलरेक्टल कैंसर को रोकने में मदद कर सकती हैं या इसका जल्दी पता लगा सकती हैं जब इसका इलाज करना आसान हो सकता है। कोलरेक्टल कैंसर को पॉलीप को ढूंढकर और हटाकर रोका जा सकता है इससे पहले कि यह कैंसर बन जाएं। |
| **प्रोस्टेट कैंसर की स्क्रीनिंग**<br>इस समय किसी स्क्रीनिंग की आवश्यकता नहीं है। | **प्रोस्टेट कैंसर की स्क्रीनिंग**<br>45 वर्ष की आयु से शुरू करके, उच्च जोखिम वाले पुरुषों, सभी अश्वेत पुरुषों, और करीबी परिवार के सदस्यों वाले पुरुषों, जिन्हें 65 वर्ष की आयु से पहले प्रोस्टेट कैंसर था, को स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता के साथ स्क्रीनिंग के संभावित जोखिमों और लाभों पर चर्चा करनी चाहिए। इससे भी अधिक जोखिम वाले पुरुषों (जिनके एक से अधिक पहले दर्जे के ऐसे रिश्तेदार हैं, जिन्हें 65 वर्ष की आयु से पहले प्रोस्टेट कैंसर था) को 40 वर्ष की आयु से शुरू करके स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता के साथ चर्चा शुरू करनी चाहिए। फिर उन्हें यह तय करना चाहिए कि क्या वे डिजिटल रेक्टल जाँच के साथ या उसके बिना PSA रक्त जाँच वाली स्क्रीनिंग कराना चाहते हैं। | **प्रोस्टेट कैंसर की स्क्रीनिंग**<br>50 वर्ष की आयु में, वे पुरुष जिन्हें प्रोस्टेट कैंसर का औसत जोखिम होता है और कम से कम 10 वर्ष और जीने की उम्मीद होती है, उन्हें यह तय करने के लिए कि स्क्रीनिंग उनके लिए सही है या नहीं, स्क्रीनिंग के संभावित जोखिमों और लाभों के बारे में स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से बात करनी चाहिए। यदि वे जांच कराने का निर्णय लेते हैं, तो उन्हें डिजिटल रेक्टल जाँच के साथ या उसके बिना PSA रक्त जाँच करानी चाहिए। उन्हें अपने डॉक्टर से बात करनी चाहिए कि उनकी कितनी बार जांच की जाएगी। | **प्रोस्टेट कैंसर की स्क्रीनिंग**<br>अन्य स्थितियों के अलावा, प्रोस्टेट कैंसर वाले पुरुषों के रक्त में प्रोस्टेट-विशिष्ट एंटीजन (PSA) के स्तर अधिक हो सकते हैं। डिजिटल रेक्टल जाँच के साथ, स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता गांठों या असामान्य आकार के लिए प्रोस्टेट की जांच करता है। |
| **स्तन कैंसर की स्क्रीनिंग**<br>पता करें कि क्या आपको स्तन कैंसर का जोखिम अधिक हैं। यदि नहीं, तो इस समय स्क्रीनिंग की आवश्यकता नहीं है।<br>यदि आप अपने स्तनों के दिखने या महसूस होने के तरीके में कोई बदलाव देखते हैं तो तुरंत अपने डॉक्टर या नर्स को बताएं। | **स्तन कैंसर की स्क्रीनिंग**<br>40 से 44 वर्ष की महिलाओं के पास हर वर्ष मैमोग्राम के साथ स्तन कैंसर की स्क्रीनिंग शुरू करने का विकल्प होना चाहिए, यदि वे ऐसा करना चाहें। 45 वर्ष की आयु से शुरू करके, उन्हें हर वर्ष मैमोग्राम कराना चाहिए। | **स्तन कैंसर की स्क्रीनिंग**<br>45 से 54 वर्ष की आयु के बीच हर वर्ष मैमोग्राम करवाएं; फिर 55 वर्ष की आयु में, आप हर 2 वर्ष में मैमोग्राम्स पर स्विच कर सकते हैं, या वार्षिक स्क्रीनिंग जारी रख सकते हैं। जब तक आप अच्छे स्वास्थ्य में हैं और आपको कम से कम 10 वर्ष और जीने की उम्मीद है, तब तक स्क्रीनिंग जारी रखनी चाहिए। | **मैमोग्राम**<br>स्क्रीनिंग मैमोग्राम स्तन का एक एक्स-रे है जिसका इस्तेमाल उन महिलाओं में स्तन कैंसर के लक्षण देखने के लिए किया जाता है जिन्हें स्तन के कोई लक्षण या समस्याएं नहीं होती है। |
| **सर्वाइकल कैंसर की स्क्रीनिंग**<br>25 से 65 वर्ष की आयु के जिन लोगों को सर्विक्स है, उन्हें हर 5 वर्ष में प्राथमिक HPV जाँच करवानी चाहिए। यदि प्राथमिक HPV जाँच उपलब्ध नहीं है, तो हर 5 वर्ष में सह-जाँच या हर 3 वर्ष में अकेली पैप जाँच करवाएं।<br>66 वर्ष और उससे अधिक आयु के लोग, जिन्होंने पिछले 10 वर्षों में सामान्य परिणामों के साथ सर्वाइकल कैंसर की नियमित जांच कराई है, उनकी जांच नहीं की जानी चाहिए।<br>जिन लोगों को गंभीर सर्वाइकल प्रीकैंसर है, उन्हें निदान के बाद कम से कम 25 वर्षों तक जांच करानी चाहिए, भले ही स्क्रीनिंग 65 वर्ष की आयु के बाद भी जारी रहे।<br>जिन लोगों की सर्विक्स और गर्भाशय को सर्जरी द्वारा हटा दिया गया है, उन्हें स्क्रीनिंग बंद कर देनी चाहिए, जब तक कि सर्जरी सर्वाइकल कैंसर या किसी गंभीर प्रीकैंसर के इलाज के लिए नहीं की गई थी।<br>जिन लोगों को HPV का टीका लगाया गया है, उन्हें अभी भी अपने आयु समूहों के लिए स्क्रीनिंग की सिफारिशों का पालन करना चाहिए। | | | **पैप जांच**<br>पैप जाँच सर्विक्स में कोशिका परिवर्तन या असामान्य कोशिकाओं की जाँच करती है।<br>**HPV जाँच**<br>ह्यूमन पैपिलोमावायरस (HPV) जाँच वायरस की जांच करता है और इसे पैप जाँच के साथ ही किया जा सकता है।<br>**प्राथमिक HPV जाँच**<br>एक HPV जाँच जो स्क्रीनिंग के लिए स्वयं ही की जाती है<br>**सह-जाँच**<br>HPV जाँच और पैप जाँच वाली टेस्टिंग |
| | | **फेफड़ों के कैंसर की स्क्रीनिंग**<br>यदि आप वर्तमान में धूम्रपान करते हैं या करते थे, और आपकी आयु 50 से 80 वर्ष की है, और आपको एक वर्ष में 20-पैक या उससे अधिक सिगरेट पीने के इतिहास के कारण फेफड़ों के कैंसर का जोखिम उच्च है, तो आपको वार्षिक कम-खुराक सीटी स्कैन के साथ फेफड़ों के कैंसर की जांच से लाभ हो सकता है। | **फेफड़ों के कैंसर की टेस्टिंग**<br>जो लोग धूम्रपान करते हैं या धूम्रपान करते थे, उन्हें फेफड़ों के कैंसर का खतरा अधिक होता है।<br>अपने फेफड़ों के कैंसर के खतरे के बारे में स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से बात करें, और शुरुआती फेफड़ों के कैंसर की जांच कराने के संभावित लाभ, सीमाएं, और नुकसानों के बारे में बात करें। |

**बीमा आम तौर पर रोकथाम और स्क्रीनिंग सेवाओं को कवर करता है। कृपया अपने विशिष्ट स्वास्थ्य देखभाल लाभों की पुष्टि के लिए देखें। यदि आपके पास बीमा नहीं है या आप स्क्रीनिंग का खर्च नहीं उठा सकते हैं, तो अधिक जानकारी के लिए cancer.org/getscreened पर जाएँ।**

**यदि आपको किसी भी प्रकार का कैंसर है या यदि आपके माता, पिता, भाई, बहन, या बच्चों को कैंसर है तो अपने डॉक्टर या नर्स को बताना सुनिश्चित करें।**

यदि आपके लिए कुछ जोखिम कारक हैं तो आपको कुछ कैंसरों के लिए पहले ही स्क्रीनिंग शुरू करने या अधिक बार स्क्रीनिंग कराने की आवश्यकता हो सकती है।अपने डॉक्टर से इस बारे में बात करें।

cancer.org | 1.800.227.2345

©2024, American Cancer Society, Inc. No. HIN243706 Rev. 9/24