

Time to screen

BreastScreen Aotearoa

फ़ीजी हनि्दी (Fiji Hindi)

ब्रेस्ट स्क्रीनिंग

70 और ऊपर उम्र के महिला लोग के लिए जानकारी

TimeToBreastScreen.nz

ब्रेस्ट्स्क्रीन आओटेआरोआ एक फ्री राष्ट्रीय ब्रेस्ट स्क्रीनिंग प्रोग्रेम है जोन ब्रेस्ट केंसा के लक्षण के जांच करे है । यह प्रोग्रेम 45 से 69 उम्र के महिला जिनके ब्रेस्ट केंसा के लक्षण नहीं है, हर दो साल में मुफ्त मेमोग्रेम (ब्रेस्ट x-rays) देवे है । प्रोग्रेम के योग्ता फिलहाल बढावा जए है ।

ब्रेस्ट स्क्रीनिंग 74 उम्र तक बढावा जाए

ब्रेस्टस्क्रीन आओटेआरोआ फ्री ब्रेस्ट स्क्रीनिंग के उम्र अब बढाए है, 70 और 74 के उम्र से शुरू होए है । हर ऑक्टोबा में एक साल से उम्र बढावा जई जब तक कि सब योग्य महिला जिनके उम्र 70 से 74 है शामिल न हो । ऑक्टोबा 2029 तक यह पूरे तरह से लागू होई जई ।

पूरा न्यूज़ीलैंड में

(नेलसन और मालबरा छोड के)

ऑक्टोबा 2025 से आप इसके लिए योग्य है:

- अगर आप 1 ऑक्टोबा 2025 या उसके बाद 70 होए जाता है, तो हर 2 साल में एक मुफ्त मेमोग्रेम मिली जब तक आप 75 नहीं होती है ।
- अगर आप 1 ऑक्टोबा 2025 से पहले 70 से 74 होए जाता है, तो एक आखरी स्क्रीनिंग 74 के उम्र में मिली ।

नेलसन और मालबरा

अगर आप ऑक्टोबा 2024 से नेलसन और मालबरा में रहता है, तो आप इस के लिए योग्य है:

- अगर आप 1 ऑक्टोबा 2024 या उसके बाद 70 होया है, तो हर 2 साल में एक मुफ्त मेमोग्रेम जब तक आप 75 नहीं होए जाता है ।
- अगर आप 1 ऑक्टोबा 2024 से पहले 70 से 74 होए जाता है, तो एक आखरी स्क्रीनिंग 74 के उम्र में मिली ।

योग्ता के बारे में और जानकारी और ई देखे के लिए कि स्क्रीनिंग आपके लिए सही है, आप यहाँ देखो **TimeToBreastScreen.nz** या फ्रीफौन **0800 270 200** ।

ब्रेस्टसक्रीन आओटेआरोआ के साथ मेमोग्रेम बुकिंग

अगर आप ब्रेस्टसक्रीन आओटेआरोआ के साथ मेमोग्रेम के लिए योग्य है तो आपके ईमैल, टेक्स्ट या लेटा के द्वारा इंविटैशन आई । आप एनरोल और बुक करे सकता है:

- आपके इंविटैशन में, एक ऑनलाइन **सुरक्षित व्यक्तिगत लिंक** या
- फ्रीफौन **0800 270 200** से ।

अगर आप सोचता है कि आप योग्य है लेकिन आपके इंविटैशन नहीं मिला है, कृपया हमे फ्रीफौन पर कॉल करो, या एनरोलमेंट फोम भरो जोन यहाँ उपलब्द है **TimeToBreastScreen.nz**

यह आपका चोइस है

आप ब्रेस्टसक्रीन आओटेआरोआ में भाग लेवे के या नहीं लेवे के चुनाव करे सकता है । कोई भी समय आप प्रोग्रेम से बाहर निकले सकता है । अगर आप योग्य है तो कोई भी समय आप जुडे सकता है ।

आपको क्या जानना ज़रूरी है

मेमोग्रेम छाती के अंदर बदलाव देखाए के केंसा के जल्दी खोजे में मदत करे है, जब इलाज आसान रहे है । इसके मतलब है कि इलाज कम कठोर और सम्भाले में आसान रही, खास कर के ज्यादा उम्र के महिला में जिसके और भी स्वास्थ स्थिति है ।

ब्रेस्ट टिश्यु में अंतर के कारण, कम उम्र के महिला के तुलना में ज़्यादा उम्र के महिला लोग के मेमोग्रेम में केंसा आसानी से देखाए है । ब्रेस्ट टिश्यु घना होए के कारण केंसा ढूंढे में मुश्किल होए सके है । भविष्य में Health New Zealand Te Whatu Ora ब्रेस्ट डेंसिटी नापे के लिए artificial intelligence इस्तेमाल करेके बारे मे विचार करे है ।

कुछ केंसा ऐसे भी होए सके है जोन जीवन भर हानिकारक नहीं रही, खासकर बुजुर्ग महिला में जोन के और गम्भीर स्वास्थ समस्या है ।

मेमोग्रेम कुछ केंसा के मिस करे सके है और दो स्क्रीनिंग के बीच में केंसा विकसित होए सके है ।

सब x-ray के रकम मेमोग्रेम में आपके थोडा मात्रा में रेडिअशन के सामना करे के पडे है, लेकिन इससे बहुत नुकसान नहीं होए सके है ।

कुछ महिला लोग के लिए ब्रेस्ट स्क्रीनिंग असुविधाजनक, दर्दनाक या चिंताजनक होए सके है । मेमोग्रेम से पहले या बाद में अगर आप चाहता है कि आपके साथे कोई रहे तो आप एक सपोट पेसन लाए सकता है ।

और जानकारी के लिए यहाँ देखो **TimeToBreastScreen.nz**, फ्रीफौन **0800 270 200**, आपन हेल्थकेआ प्रोवाइडा से बात करो या यहाँ देखो healthed.govt.nz ***Screening for breast cancer: joining BreastScreen Aotearoa*** पढे के लिए और ***Having a mammogram***

ऊ महिला लोग के लिए मेमोग्रेम जोन ब्रेस्टस्क्रीन आओटेआरोआ के योग्य नहीं है

कोई भी उम्र के महिला के लिए ब्रेस्ट केंसा **लक्षण** (जैसे कि कोई बदलाव या गांठ) चेक करे के लिए मेमोग्रेम एक महत्वपूर्ण भाग है । अगर आप स्क्रीनिंग प्रोग्रेम के योग्य नहीं है और आप खतरा में है या **लक्षण** है, तो एक हेल्थकेआ प्रोवाइडा के रिफेरल पर आप पब्लिक अस्पताल में मुफ्त मेमोग्रेम करवाए सकता है ।

जोन ब्रेस्ट केंसा के ज्यादा खतरा में है लेकिन ऊ लोग के कोई **लक्षन** नहीं है, ऊ लोग के भी हेल्थकेआ प्रोवाइडा के रिफेरल पर मुफ्त मेमोग्रेम मिले सके है । ई तब लागू है, जैसे कि, अगर आपके नीचे देवा गए चीज़ में से एक या ज्यादा चीज़ है:

- पूर्व ब्रेस्ट केंसा
- पूर्व बायोप्सी (Biopsy) जिसमें ब्रेस्ट सेल्स नोमल नहीं रहा
- एक नज़दीक के रिश्तेदार (जैसे कि मां, बहन, बेटी, मौसी, फूआ, नानी/दादी) जोन के ब्रेस्ट केंसा या ओवेरिअन केंसा रहा ।

75 और ऊपर उम्र के महिला लोग के लिए

आपन हेल्थकेआ प्रोवाइडा से पूछो कि मेमोग्रेम जारी रखे से आपके खतरा, आपके स्वास्थ और आपके चोइस के लिए सही है ।

आपके उम्र कुछ भी है, अगर आप कोई भी बदलाव देखा है तो तुरंत आपन हेल्थकेआ प्रोवाइडा से बात करो ।

ब्रेस्ट केंसा होए के जोखिम (रिस्क)

उम्र बढे के साथ-साथ ब्रेस्ट केंसा होए के खतरा ज्यादा होए जाए है । अगर आप स्वास्थ भी है, फिर भी आपन हेल्थकेआ प्रोवाइडा से पूछो कि मेमोग्रेम से आपके कितना फाएदा होए सके है ।

परिवारिक इतिहास ब्रेस्ट केंसा के खतरा बढाए है, लेकिन इस के मतलब ये नहीं है कि परिवार के महिला लोग में ब्रेस्ट केंसा होई ।

जोन महिला के परिवार में ब्रेस्ट केंसा के इतिहास है, ई आमतौर पर 70 के उम्र से पहले होए है । 70 उम्र से ऊपर के महिला जिनमें ब्रेस्ट केंसा के परिवारिक इतिहास है, ऊ लोग में खतरा उतना कम है जितना उसी उम्र के महिला में जिनके कोई परिवारिक इतिहास नहीं है ।

आपन हेल्थकेआ प्रोवाइडा से खतरा, दाम (कोस्ट), और कैसे मेमोग्रेम के लिए रिफे (refer) करवाए के बारे में बात करो ।

हम ब्रेस्ट केंसा कैसे चेक करे सकता है?

सब महिला के जाने के ज़रूरी है ऊ लोग के ब्रेस्ट आमतौर पर कैसे रहे है (मेमोग्रेम होए है या नहीं) ।

अगर आपके नीचे देवा गए में से कोई भी बदलाव दिखाए है (भले ही आप मेमोग्रेम करवाया है) तो हेल्थकेआ प्रोवाइडा के जल्द से जल्द देखो:

- ब्रेस्ट या बगल में एक नया गांठ
- आकार या साइज़ में बदलाव
- ब्रेस्ट के चमडा पर किसी भी तरह के बदलाव
- निपल में बदलाव, जैसे कि निपल अंदर के तरफ है, घाव या खुजली
- निपल से खून या पानी (डिस्चाज) निकले है
- लगातार लाल रहे है
- ब्रेस्ट में लगातार पीडा ।

कोई भी उम्र के महिला में अगर ब्रेस्ट केंसा के **लक्षण** है तो ऊ लोग के हेल्थकेआ प्रोवाइडा के रेफेरल से मुफ्त मेमोग्रेम मिली ।

ब्रेस्ट स्क्रीनिंग पर और जानकारी के लिए ये पेम्फ्लेट पढो ***Having a mammogram*** । ई आपके लोकल ब्रेस्टस्क्रीन आओटेआरोआ केंद्र के फ्रीफौन **0800 270 200**, से **healthed.govt.nz**, या आपके लोकल Authorised Provider से मिली ।

याद रहे

कोई भी उम्र के महिला के अगर, कोई भी समय, कुछ नोमल नहीं लगे है, तो हेल्थकेआ प्रोवाइडा के देखे के चाही ।

Scan the QR code to access available translations of BSA brochures into languages other than English and formats including Braille, audio, Large Print, Easy Read and NZSL.

फ्रीफौन
0800 270 200

Time to screen
BreastScreen Aotearoa

Health New Zealand
Te Whatu Ora

Te Kāwanatanga o Aotearoa
New Zealand Government

This resource is available from **healthed.govt.nz** or your local Authorised Provider. Revised September 2026. **HE10120-HIF**