Time to screen

BreastScreen Aotearoa

फ़ीजी हन्दी (Fiji Hindi)

मेमोग्रेम करवाना

TimeToBreastScreen.nz

ब्रेस्टस्क्रीन आओटेआरोआ प्रोग्रेम में भाग लेवे के लिए धन्यवाद । ई जानकारी आपके मेमोग्रेम के तैयारी में मदत करी ।

मेमोग्रेम एक x-ray है जोन आपके ब्रेस्ट (छाती) के अंदर के फोटो लेवे सके है । इसके बाद केंसा के लक्षण के जांच करेके लिए ई फोटो दो स्पेस्लिस्ट डॉक्टर के देवा जाए है ।

और कोई स्वास्थ प्रोब्लम, जैसे कि ब्रेस्ट इम्प्लांट के स्मस्या के लिए ई फोटो इस्तेमाल नहीं करा जाए है । अगर आपके ब्रेस्ट (छाती) में कोई बदलाव दिखाए है तो आप आपन डॉक्टा के तुरंत दिखाओ ताकि इसके जांच होए सके ।

आपके मेमोग्रेम फ्री है ।

ब्रेस्टस्क्रीन आओटेआरोआ क्लिनिक और मोबाइल युनिट ढूंढना

आप मेमोग्रेम ब्रेस्टस्क्रीन आओटेआरोआ क्लिनिक या मोबाइल युनिट में करवाए सकता है । इसमें ज्यादातर व्हीलचेआ के लिए बना है ।

आपके नज़दीक के क्लिनिक या मोबाइल युनिट के बारे में जाने के लिए या आपन मेमोग्रेम के जगह बदलाए के लिए, आपन इंविटैशन लिंक के इस्तेमाल करो या फ्रीफौन **0800 270 200** पर कॉल करो । मोबाइल युनिट के शेड्युल जाने के लिए यहाँ देखो **info.health.nz/keeping-healthy/cancer-screening/breast-screening/breast-screening-clinic-locations**

अब हम कोंची करी?

आपके पहला मेमोग्रेम के लिए आपके आपन एनरोलमेंट और बुकिंग कोनफेम करेके पडी । आप आपन इंविटैशन में देवा गए लिंक के इस्तेमाल करके या फ्रीफौन **0800 270 200** पर कॉल करके ई जानकारी दे सकता है ।

आपके हर दो साल में स्क्रीनिंग के लिए इंविटैशन आई । आप देवा गए लिंक के इस्तेमाल करके हर अपॉइंटमेंट या फ्रीफौन से तय करे सकता है । आप आपन डीटैल्स या कब और कहाँ आपके मेमोग्रेम होए है बदले सकता है । अगर आप अभी तक **Screening for breast cancer** पेम्फ्लेट नहीं पढा है तो कृपया पढो ।

हर अपोइनटमेंट से पहले, हम लोग आपसे पूछेगा कि आप:

- पहले मेमोग्रेम करवाया है
- व्हीलचेआ के ज़रूरत है
- इंटेप्रेटा के ज़रूरत है
- कंधा या हाथ चलाए में कोई प्रोब्लम है
- ब्रेस्ट इम्प्लांट है
- एक cardiac device है जैसे कि एक pacemaker ।

आप आपन इंविटैशन में देवा गए लिंक के इस्तेमाल करके या फ्रीफौन **0800 270 200** पर कॉल करके ई जानकारी दे सकता है । होए सके है कि हमें आपके अपॉइंटमेंट बदले के पडे या आपके ज़्यादा समय वाला अपॉइंटमेंट देवे के पडे ।

आपके मेमोग्रेम वाला दिन

आप एक सपोट पेसन आपन साथे लाए सकता है । आपके मेमोग्रेम के समय तो उसके कमरा से बाहर जाए के पडी क्योंकि ई प्रोसेस में x-ray लेवा जाए है ।

- कृपया आपन ब्रेस्ट या बगल (आमपिट) पर डिओडरंट, टेल्कम पाओडा, मॉइस्चराइज़ा, सनस्क्रीन, पेफ्युम या क्रीम के इस्तेमाल नही करना । इसके वजह से x-ray मे केंसा के पता लगे के मुश्किल होए जाए है ।
- अगर आप आपन स्किन पर कुछ लगाया है, तो कृपया मेडिकल इमजिंग टेक्नोलॉजिस्ट (MIT) (जोन मेमोग्रेम करे है), के बताओ और ऊ आपके पोछे के लिए एक कपडा देई ।
- आपके कमर से ऊपर कपडा निकाले के कहा जई । ऐसन टॉप पहनो जोन आसानी से उतारा जाए सके, जैसे शेट या जेसी ।
- आप टाओंगा (taonga, जैसे एक धार्मिक या सांस्कृतिक लोकेट) पहने सकता है, लेकिन मेमोग्रेम के दौरान इसके आपन पीठ के तरफ लटकाए के पडे सके है । आपन गहना उतारे से आपके लिए ज़्यादा सुविधाजनक होए सके है ।
- आपन पढे वाला चश्मा साथे लाना, शायद ज़रूरी रहे ।

- अगर आपके ब्रेस्ट इम्प्लांट है या आप होमौन रिप्लेसमेंट थेरपी लेता है तो MIT के बताओ ।
- अगर आपके पैसमैका जैसे कोई काडियक डिवाइस लगा है तो MIT के बताओ ।

आपके अपॉइंट्मेंट में 20-30 मिनट लगे सके है ।

पहुंचे पर कोंची होए है?

पहुंचे पर रिसेप्शनिस्ट आपसे आपके नाम और डीटैल्स पूछी । मेमोग्रेम करवाए के लिए सहमति के लिए एक डिजिटल फोम पढे और उस पर साइन करेके लिए बोली ।

आपके नाम पुकारा जई और आपके कैप या गाउन देवा जई, साथे ही कमर से ऊपर के कपडा उतारे के लिए एक प्राइवट जगह देखावा जई ।

इसके बाद आप ऊ जगह जाएगा जहाँ मेमोग्रेम मशीन (x-ray मशीन) और जहाँ मेडिकल इमजिंग टेक्नोलॉजिस्ट (MIT) मौज़ूद है जोन मेमोग्रेम करे है । सब MIT महिला रहे है । अगर आपके मन में कोई सवाल या चिंता है तो MIT से बात करो ।

मेमोग्रेम के दौरान कोंची होए है?

MIT आपके मेमोग्रेम मशीन के पास खडा करी और आपके कैप या गाउन पीछे हटाई । MIT आपके एक ब्रेस्ट के मशीन पर लगा दो प्लैट के बीच रखी और उसके तब तक घुमाई-फिराई जब तक ऊ सही जगह पर नहीं आए । MIT प्लैट के पास लाए के आपके ब्रेस्ट के कसके दबाई (एक मिनट तक) औए उसके दौरान x-ray लेई ।

आपके ब्रेस्ट दबाए के चपटा करा जाए है ताकि:

- आपके ब्रेस्ट पतला करे से x-ray में बहुत छोटा-छोटा डीटैल देखाई
- ब्रेस्ट के स्टिल रखो ताकि ब्रेस्ट के अंदर के साफ x-ray इमज मिल सके
- रेडिएशन के मात्रा कम करेके लिए ।

MIT आपके कम्फटबल करेके कोशिश करी लेकिन आपके ब्रेस्ट दबे के कारण शायद आपके कम्फटबल नहीं लगे । इससे आपके ब्रेस्ट के कोई नुकसान नहीं पहुंची । अगर आपके दर्द है तो ज़रूरी है कि आप MIT के बताव ताकि ऊ आपके कम्फटबल करे सके । आपके अधिकार है कि आप मेमोग्रेम के रोके के लिए कह सको ।

आपके एक मिनट तक बिल्कुल स्टिल खडा रहे के लिए कहा जई ।

मेमोग्रेम से सब साइज़ के ब्रेस्ट के x-ray होए सके है । बडा ब्रेस्ट के अच्छा x-ray फोटो लेवे मे ज़्यादा मुश्किल होए सके है और रेडिओग्राफा के आपके ब्रेस्ट के पॉज़िशन बार-बार बदले के पडे सके है और ज़्याग फोटो लेवे के पडे सके है ।

MIT देखी कि आपके x-ray फोटो इतना ठीक है कि उसके रेडिओलॉजिस्ट (स्पेशलिस्ट डॉक्टा) के भेजा जाए सके । इसके मतलब है कि ब्रेस्ट के पॉज़िशन सही है और फोटो धुंधला नहीं है । MIT केंसा के जांच नहीं करे है; ई काम केवल रेडिओलॉजिस्ट ही करे सके है ।

जब MIT के एक अच्छा x-ray मिल जई, तो ऊ आपके बताई कि मेमोग्रेम पूरा होए गए है और आप कपडा पहन के जाए सकता है ।

जाने लायक और बात

परिवारिक इतिहास

जोन महिला के परिवार में केंसा के इतिहास रहा है उसके ई बिमारी होए के ज़्यादा चांस होए है । लेकिन, इसमें ज़्यादातर महिला लोग के ब्रेस्ट केंसा नही होए है । असल में जोन महिला के ब्रेस्ट केंसा होए है उस में ज़्यादातर के परिवार में ई बिमारी के कोई इतिहास नहीं रहे है । यही कारण है कि सभी महिला के ई ज़रूरी है कि आपन ब्रेस्ट में होए वाला बदलाव के बारे में जागरुक रहे और बराबर रूप से मेमोग्रेम कराए ।

होमौन रिप्लेसमेंट थेरपी

अगर आप होमौन रिप्लेसमेंट थेरपी लेता है तो इससे x-ray में ई देखे के मुश्किल होए सके कि आपके ब्रेस्ट के अंदर कोंची होए है ।

ब्रेस्ट इम्प्लांटस

अगर आपके ब्रेस्ट इम्प्लांट है तो कृपया मेमोग्रेम से पहले MIT के बताव । इम्प्लांट आपके ब्रेस्ट के कुछ टिश्यु के छिपाए सके है जिससे केंसा के पता लगाए के मुश्किल होए जाए है । इससे और x-ray के ज़रूरत होए सके है । मेमोग्रेम के दौरान ब्रेस्ट इम्प्लांट में थोडा नुकसान पहुंचे सके है । पुराना इम्प्लांट में ज़्यादा नुकसान होए सके है ।

और जानकारी के लिए आपन डॉक्टा, नेस या स्वास्थ सेवा प्रोवाइडा से बात करो या यहाँ देखो **TimeToBreastScreen.nz** या फ्रीफौन **0800 270 200** ।

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.

हमें आपन रिज़ल्ट कब मिली?

कम से कम दो स्पेशलिस्ट डॉक्टा आपके मेमोग्रेम के x-ray फोटो के देखी और केंसा के लक्षण के जांच करी । ब्रेस्टस्क्रीन आओटेआरोआ आपके रिज़ल्ट के बारे में 2-3 हफ्ता के अंदर आपसे सम्पर्क करी । आपके रिज़ल्ट आपके डॉक्टा के भी भेजा जई जब तक कि आप हमें ऐसे करे के लिए नहीं कहा । इससे आपके डॉक्टा के आपके सेहत के बारे में जानकारी मिलते रहे है । अगर आपके रिज़ल्ट नहीं आए है तो कृपया हमें फ्रीफौन **0800 270 200** पर कॉल करो ।

कुछ महिला लोग के एक और मेमोग्रेम के लिए वापस आए के लिए कहा जई क्योंकि उसके फोटो काफी साफ नहीं है ।

आपके जानकारी

आपके रिकोड और मेमोग्रेम के ब्रेस्टस्क्रीन आओटेआरोआ के द्वारा Health Information Privacy Code के तहत सुरक्षित और गोपनीय रूप से रखा जाए है । ब्रेस्ट स्क्रीनिग प्रोग्रेम के कोलटी के निगरानी के मदत के लिए ब्रेस्टस्क्रीन आओटेआरोआ' ई जानकारी इकट्ठा करे सके है:

- आपके मिला इलाज और भविष्य में ज़रूरत पडे वाला इलाज के बारे में जानकारी
- आपके क्लिनिकल जानकारी, मेमोग्रेम और रिपोट ।

ई जानकारी इकट्ठा करे से, आपके मेमोग्रेम के जांच ज़्यादा अच्छ से होए पाई ।

ब्रेस्ट स्क्रीनिंग प्रोग्रेम से जुडा जानकारी Health New Zealand - Te Whatu Ora या उसके ऐजेंट आपके National Health Index Number के इस्तेमाल करके इकट्ठा करे सके है ।

फ्रीफौन
0800 270 200

आपके अधिकार

आपके अधिकार Code of Health and Disability Services Consumers' Rights द्वारा सुरक्षित है ।

ब्रेस्ट स्क्रीनिंग के दौरान और 'ब्रेस्टस्क्रीन आओटेआरोआ' से बात करेके समय आपके ई अधिकार है:

1 सम्मान के साथ व्यवहार ।
2 बिना पक्ष के व्यवहार ।
3 सम्मान और आज़ादी ।
4 ऐसन मदत देखभाल जोन आपके लिए सही है ।
5 बात ऐसे बताए जोन आपके समझ आए ।
6 आपके सेहत के बारे में जानकारी मिले ।
7 आपन देखभाल और मदत के बारे में चोइस लो ।
8 आपन साथे कोई मदत करे वाला व्यक्ति या लोग के रखे सको ।
9 ई तय करो कि क्या आप ट्रैनिंग, टीचिंग या रिसेच में हिस्सा बने चाहता है ।
10 शिकायत करना ।

ब्रेस्टस्क्रीन आओटेआरोआ के सभी सुविधा के राष्ट्रीय कोलिटी स्टेंडड के पूरा करे के पडे है, जिसके स्वतंत्र रूप से जांच करा जाए है ।

जब आप ब्रेस्टस्क्रीन आओटेआरोआ या क्लिनिक जाता है तो आप आपन अधिकार के बारे में और जानकारी मांगे सकता है । **hdc.org.nz** पर भी आप आपन अधिकार के बारे में पढे सकता है ।

Health Information Privacy Code आपके प्राईवसी के सुरक्षा करे है । आप ई कौड के बारे में यहाँ पढे सकता है **privacy.org.nz** ।

शिकायत करेके लिए या ब्रेस्टस्क्रीन आओटेआरोआ से हटे के तरीका के लिए, फ्रीफौन **0800 270 200** के इस्तेमाल करो । मदत के लिए Office of the Health and Disability Commission के एडवोकट से **0800 11 22 33** पर भी सम्पर्क करे सकता है ।

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. **HE10114-HIF**