ਸਰਵਾਈਕਲ ਕੈਂਸਰ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ (ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਮੂੰਹ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਜਾਂਚ)

ਸਰਵਾਈਕਲ ਕੈਂਸਰ ਉਦੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਮੂੰਹ ਵਿਚਲੇ ਅਸਧਾਰਨ ਸੈੱਲ ਬੇਕਾਬੂ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਵਧਣ ਲੱਗ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਮੂੰਹ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ - ਔਰਤਾਂ, ਟਰਾਂਸਜੈਂਡਰ ਪੁਰਸ਼ ਅਤੇ ਅੰਤਰਲਿੰਗੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਰਵਾਈਕਲ ਕੈਂਸਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਰਵਾਈਕਲ ਕੈਂਸਰ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਰੋਕਥਾਮ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਣ ਵਾਲੇ ਕੈਂਸਰਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹੈ। 25-74 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਹਰ 5 ਸਾਲਾਂ ਬਾਅਦ ਸਰਵਾਈਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ HPV ਵੈਕਸੀਨ ਲਈ ਹੋਵੇ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਰਵਾਈਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕਰਵਾਉਣੀ ਹਾਲੇ ਬਕਾਇਆ ਹੈ ਜਾਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਅਨਿਸ਼ਚਿਤ ਹੋ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਜ਼ੋਖਮ ਦੇ ਕਾਰਕ ਹਨ ਤਾਂ ਸਰਵਾਈਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਜ਼ੋਖਮ ਕਾਰਕ

ਸਰਵਾਈਕਲ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਲਗਭਗ ਸਾਰੇ ਮਾਮਲੇ ਮਨੁੱਖੀ ਪੈਪੀਲੋਮਾਵਾਇਰਸ (HPV) ਨਾਮਕ ਲਾਗ ਦੇ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। HPV ਇੱਕ ਆਮ ਕਿਸਮ ਦੀ ਲਾਗ ਹੈ ਜੋ ਸਰੀਰ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹਿੱਸਿਆਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਮੂੰਹ, ਯੋਨੀ ਅਤੇ ਚਮੜੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਇੱਥੇ ਹੋਰ ਜਾਣੇ-ਪਛਾਣੇ ਜ਼ੋਖਮ ਕਾਰਕ ਵੀ ਮੌਜੂਦ ਹਨ:

- ਸਿਗਰਟਨੋਸ਼ੀ ਅਤੇ ਅਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ (ਪੈਸਿਵ) ਸਿਗਰਟਨੋਸ਼ੀ - ਤੰਬਾਕੂ ਵਿਚਲੇ ਰਸਾਇਣ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਨਾਲ HPV ਵਾਲੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਵਿਚ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਵੱਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਗਰਭ ਨਿਰੋਧਕ (ਗੋਲੀ) ਖਾਣਾ - ਖੋਜ ਨੇ ਦਿਖਾਇਆ ਹੈ ਕਿ ਪੰਜ ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਲਈ ਇਹ ਗੋਲੀ ਲੈਣ ਨਾਲ HPV ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਸਰਵਾਈਕਲ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦਾ ਜ਼ੋਖਮ ਵਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਕਮਜ਼ੋਰ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ (ਸਰੀਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਲੜਨ ਦੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀ) ਹੋਣਾ - ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਸਰੀਰ ਨੂੰ HPV ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕਮਜ਼ੋਰ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਵਾਲੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਸਰਵਾਈਕਲ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਵੱਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਾਰ ਸਰਵਾਈਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਹਿਊਮਨ ਇਮਯੂਨੋਡਫੀਸ਼ੀਐਂਸੀ ਵਾਇਰਸ (HIV) ਵਾਲੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਉਹ ਔਰਤਾਂ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਜੋ ਅਜਿਹੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਂਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸਰੀਰ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ (ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਲੜਨ ਦੀ) ਸ਼ਕਤੀ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਸਰਵਾਈਕਲ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਲੱਛਣ

ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਪੜਾਵਾਂ ਵਿੱਚ, ਸਰਵਾਈਕਲ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਜਾਣਨ ਦਾ ਇੱਕੋ-ਇੱਕ ਤਰੀਕਾ ਸਰਵਾਈਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਅਸਧਾਰਨ ਸੈੱਲ ਹਨ, ਜੋ ਸਰਵਾਈਕਲ ਕੈਂਸਰ ਵਿੱਚ ਵਿਕਸਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜੇ ਲੱਛਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ:

- ਇੱਕ ਮਾਹਵਾਰੀ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਦੂਜੀ ਵਾਰ ਦੀ ਮਾਹਵਾਰੀ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ, ਮਾਹਵਾਰੀ ਆਉਣਾ ਰੁਕਣ (ਮੀਨੋਪੌਜ਼) ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਾਂ ਸਰੀਰਕ ਸੰਬੰਧ ਬਣਾਉਂਦੇ ਸਮੇਂ ਜਾਂ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਯੋਨੀ ਵਿੱਚੋਂ ਖ਼ੂਨ ਨਿਕਲਣਾ।
- ਪੇਡੂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ
- ਸਰੀਰਕ ਸੰਬੰਧ ਬਣਾਉਂਦੇ ਸਮੇਂ ਦਰਦ
- ਯੋਨੀ ਵਿੱਚੋਂ ਅਸਧਾਰਨ ਰਿਸਾਵ (ਡਿਸਚਾਰਜ)
- ਭਾਰੀ ਮਾਹਵਾਰੀ ਜਾਂ ਮਾਹਵਾਰੀ ਜੋ ਆਮ ਨਾਲੋਂ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਚੱਲਦੀ ਹੈ।

ਹਾਲਾਂਕਿ ਇਹ ਲੱਛਣ ਹੋਰ ਸਥਿਤੀਆਂ ਕਾਰਨ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਸਰਵਾਈਕਲ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦੇ ਖਦਸ਼ੇ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰਨਾ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਤ ਹੋ ਜਾਂ ਲੱਛਣ ਜਾਰੀ ਹਨ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਜਨਰਲ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ (ਜੀਪੀ) ਨੂੰ ਮਿਲੋ। ਇਹ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਮੂੰਹ ਵਾਲੇ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ, ਚਾਹੇ ਉਹ ਵਿਰੋਧ-ਲਿੰਗੀ, ਲੈਸਬੀਅਨ, ਗੇਅ, ਦੋਲਿੰਗੀ (ਬਾਇਸੈਕਸੁਅਲ), ਟ੍ਰਾਂਸਜੈਂਡਰ ਜਾਂ ਅੰਤਰਲਿੰਗੀ (ਇੰਟਰਸੈਕਸ) ਹਨ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਟੈਸਟਾਂ ਨਾਲ ਅੱਪ-ਟੂ-ਡੇਟ ਹੋ।

ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਰਵਾਈਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਨੈਸ਼ਨਲ ਸਰਵਾਈਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਸਰਵਾਈਕਲ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਰਵਾਈਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਟੈਸਟ ਮਨੁੱਖੀ ਪੈਪੀਲੋਮਾਵਾਇਰਸ (HPV) ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਅਤੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਕੈਂਸਰਾਂ ਨੂੰ ਲੱਭਣਾ ਹੈ। ਜਿੰਨਾ ਪਹਿਲਾਂ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਨਤੀਜੇ ਓਨੇ ਹੀ ਚੰਗੇ ਅਤੇ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਬਚਾਅ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆਈ ਸਰਕਾਰ ਦਾ ਨੈਸ਼ਨਲ ਸਰਵਾਈਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬਦਲ ਗਿਆ ਹੈ। ਸਾਰੀਆਂ ਔਰਤਾਂ, ਅਤੇ 25 ਤੋਂ 74 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਮੂੰਹ ਵਾਲੇ ਹਰੇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਸਰਵਾਈਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਸੱਦਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਟੈਸਟ ਹਰ ਪੰਜ ਸਾਲ ਬਾਅਦ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਟੈਸਟ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਮੂੰਹ ਦੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਸਧਾਰਨ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਪੈਪ ਸਮੀਅਰ ਟੈਸਟ ਵਾਂਗ ਹੀ ਦਿੱਖਦਾ ਅਤੇ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਮਨੁੱਖੀ ਪੈਪੀਲੋਮਾਵਾਇਰਸ (HPV ਵਜੋਂ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਲਈ ਜਾਂਚ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਜਨਵਰੀ 2023 ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ
CERVICAL CANCER SCREENING

Punjabi | ਪੰਜਾਬੀ 22041

ਤੁਹਾਡਾ ਪਹਿਲਾ ਸਰਵਾਈਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਟੈਸਟ ਉਦੋਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ 25 ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਆਖਰੀ ਪੈਪ ਟੈਸਟ ਤੋਂ ਦੋ ਸਾਲਾਂ ਬਾਅਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਤੀਜੇ ਆਮ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਰ ਪੰਜ ਸਾਲਾਂ ਬਾਅਦ ਹੀ ਇਹ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ ।

ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ HPV ਟੀਕਾਕਰਨ ਕਰਵਾ ਲਿਆ ਹੈ, ਫਿਰ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਿਯਮਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਰਵਾਈਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। HPV ਵੈਕਸੀਨ ਅਤੇ ਨਿਯਮਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਰਵਾਈਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕਰਵਾਉਣ ਸਰਵਾਈਕਲ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਤੁਹਾਡੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਸੁਰੱਖਿਆ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਸਰਵਾਈਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਵਾਲਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਬੁੱਕ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਸਵੈ-ਸੰਗ੍ਰਹਿ (ਟੈਸਟ ਲਈ ਨਮੂਨਾ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਲੈਣਾ)

ਨੈਸ਼ਨਲ ਸਰਵਾਈਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ, ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਟੈਸਟ ਲਈ ਨਮੂਨਾ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਲੈਣ ਦਾ ਵਿਕਲਪ ਹੈ। ਸਵੈ-ਸੰਗ੍ਰਹਿ ਉਦੋਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਮਰੀਜ਼ ਸਰਵਾਈਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਲਈ ਟੈਸਟ ਲਈ ਆਪਣਾ ਨਮੂਨਾ ਆਪ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਨਮੂਨਾ ਇੱਕ ਲੰਬੇ ਰੂੰ ਦੇ ਫੰਬੇ ਨਾਲ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਹੈਲਥਕੇਅਰ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਹੇਠ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਸਰਵਾਈਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕਰਨ ਵੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਮੂਨਾ ਇਕੱਠਾ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਬਾਰੇ ਹਦਾਇਤਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡਾ ਨਮੂਨਾ ਇਕੱਠਾ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਨਿੱਜੀ ਜਗ੍ਹਾ ਦੀ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਸਵੈ-ਸੰਗ੍ਰਹਿ ਇੱਕ ਵਿਕਲਪ ਹੈ ਜੋ ਵਰਤਮਾਨ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹੈ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਦੇ ਵੀ NCSP ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਨਹੀਂ ਲਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਉਮਰ 30 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੈ; ਜਾਂ ਸਰਵਾਈਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕਰਵਾਉਣ ਵਿੱਚ ਦੋ ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪਿੱਛੇ ਹਨ ਅਤੇ 30 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੀਆਂ ਹਨ।

1 ਜੁਲਾਈ 2022 ਤੋਂ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਰਵਾਈਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (NCSP) ਦੇ ਤਹਿਤ ਸਾਰੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਮੂੰਹ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਕੋਲ ਸਵੈ-ਸੰਗ੍ਰਹਿ ਜਾਂ ਕਲੀਨੀਸ਼ੀਅਨ ਦੁਆਰਾ ਇਕੱਠੇ ਕੀਤੇ ਨਮੂਨੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਦਾ ਵਿਕਲਪ ਹੋਵੇਗਾ। ਦੋਵੇਂ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਵਿਕਲਪਾਂ ਤੱਕ ਅਜੇ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਦੁਆਰਾ ਹੀ ਪਹੁੰਚ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇਗੀ।

ਸਰਵਾਈਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ:

- ਕੈਂਸਰ ਕੌਂਸਲ ਸਰਵਾਈਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਵੈਬਪੇਜ **www.cancer.org.au/cervicalscreening** 'ਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ **13 11 20** 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ।
- ਨੈਸ਼ਨਲ ਸਰਵਾਈਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ **www.health.gov.au/initiatives-and-programs/national-cervical-screening-program** 'ਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ **13 15 56** 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ।