

اگر آپ عطیہ دینا اور لبلے کے کیسز کے خلاف کارروائی کرنے میں ہماری مدد کرنا چاہتے ہیں تو براہ مہربانی panac.org/donate ملاحظہ کریں یا QR کوڈ اسکین کریں



لبلے کے کیسز اور پینکریٹک کیسز ایکشن کے بارے میں مزید معلومات کے لیے براہ مہربانی رابطہ کریں۔

03030401770

fundraising@panact.org

pancreaticcanceraction.org

@PancreaticCancerAction

@OfficialPCA

pancreatic_cancer_action

ابتدائی تشخیص کے ذریعے جانیں بچانا

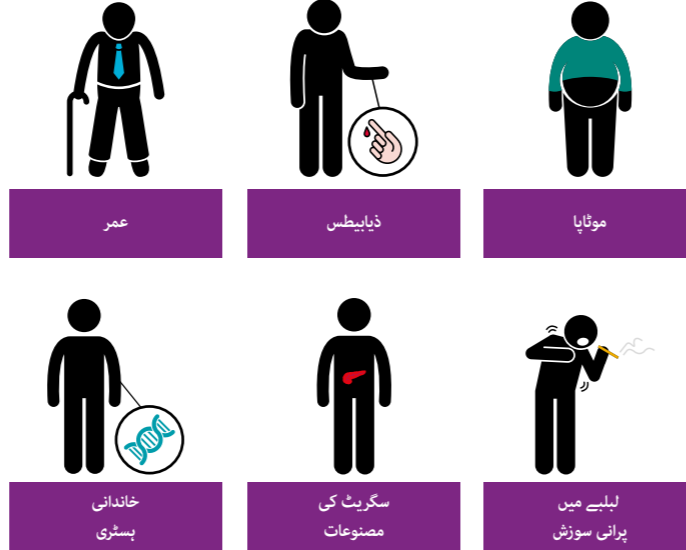
© پینکریٹک کیسز ایکشن 2021۔ جملہ حقوق محفوظ ہیں۔ انگلینڈ اور ویلز (1137689) اور اسکاٹ لینڈ (1137689) میں رجسٹرڈ ریڈی ادارہ۔ ضمانت کے ذریعے محدود کردہ کہنیں۔ انگلینڈ اور ویلز میں رجسٹرڈ 07272699۔ رجسٹرڈ ہیڈ: Pancreatic Cancer Action, Unit 9, Oakhanger Farm Business Park, Oakhanger, Hampshire, GU35 9JA. PCA0096V4.

معلومات کا قابل اعتماد تعلق کنندہ

FR FUNDRAISING REGULATOR

کیا خطرات ہیں؟

لبلے کے کیسز کی وجہ نامعلوم ہے۔ لیکن کچھ ایسے عوامل ہیں جن سے لبلے کا کیسز ہونے کا امکان بڑھ جاتا ہے:



صحت سے بھرپور، متوازن غذا کھانے، صحتمند وزن برقرار رکھنے اور سگریٹ نوشی نہ کرنے جیسے طریقوں سے آپ اپنا خطرہ کم کر سکتے ہیں۔ اگر ان میں سے کوئی بھی طریقہ آپ کے متعلقہ نہیں تو اس کا یہ مطلب نہیں کہ یہ آپ کو متاثر نہیں کر سکتا۔ مزید معلومات کے لیے ملاحظہ کریں: panact.org/causes

پینکریٹک کیسز ایکشن کا تعارف

ہم ایک قومی ریڈی ادارہ ہیں جو لبلے کے کیسز کے شکار مریضوں کی ابتدائی تشخیص کے ذریعے جانیں بچانے اور ان کا معیار زندگی بہتر بنانے کے لیے وقف ہے۔

ایسا کرنے کا ہمارا طریقہ...

- ▶ ابتدائی تشخیص کو یقینی بنانے کے لیے لبلے کے کیسز اور اس کی علامتوں کی آگاہی اور علم بڑھانا۔
- ▶ افراد کے لیے صحت کی دیکھ بھال کا معیار بڑھانے کی خاطر تبدیلی لانے کے لیے حکومت اور بنیادی اسٹیک ہولڈرز کے ساتھ لہنگ کرنا۔
- ▶ لبلے کے کیسز کی جلد تشخیص کے لیے اپنی طبی اور صحت کی دیکھ بھال کرنے والی کمیونٹیوں کو مفت نئے تعلیمی وسائل اور مستند ای لرننگ تربیتی ماڈیولز فراہم کرنا۔
- ▶ ابتدائی تشخیص کو بہتر بنانے، موثر علاج دریافت کرنے اور لبلے کے کیسز کے نتائج کو بہتر بنانے کے لیے اختراعی تحقیق کے لیے مالی تعاون فراہم کرنا۔
- ▶ لبلے کے کیسز کے تمام متاثرین کو مفت، سمجھنے میں آسان اور مستند معلومات برائے مریض نیز عملی و جذباتی معاونت فراہم کرنا۔



”لبلے کے کیسز سے شفا یاب ہونے کے ناطے میں زندہ ٹوٹ پون کہ ابتدائی تشخیص ممکن ہے نیز یہ کہ امید کی کرن موجود ہے اور اس مرض سے بچنے کی شرح کو بہتر بنانا ممکن ہے۔“
علی سنٹ، CEO اور بانی برائے پینکریٹک کیسز ایکشن

فوری گائیڈ برائے لبلے کا کیسز

علامات اور بنیادی معلومات

pancreatic cancer action

ابتدائی تشخیص کے ذریعے جانیں بچانا
pancreaticcanceraction.org

اگر مجھے لگے کہ مجھ میں یہ علامات ہیں تو کیا کروں؟

اگر آپ یا آپ کے کسی جاننے والے میں ان میں سے کوئی علامت ہے تو یہ آپ کے لیے ٹھیک نہیں ہے؛ ان علامتوں کو نظر انداز نہ کریں۔

فوری طور پر اپنے GP سے ملیں۔

اپنی علامتوں کی ڈائری بنانا سودمند ہو سکتا ہے تاکہ جب آپ اپنے GP سے ملاقات کے لیے جائیں تو وہ آسانی سے سمجھ سکے کہ کیا

ہوتا رہا ہے۔ ہماری ویب سائٹ ملاحظہ کریں:

panact.org/symptoms-diary

اسے ڈاؤن لوڈ کرنے کے لیے۔

اگر آپ GP کے پاس جانے سے پہلے کسی

سے بات کرنا چاہیں گے تو براہ مہربانی

ہمیں **03000401770** پر کال کریں

علامات کیا ہوتی ہیں؟

جسم میں پھیلتے ہوئے لبلبے کا کینسر درج ذیل میں سے کچھ نشانیوں اور علامتوں کی وجہ بن سکتا ہے:



کمر کے درمیان والے حصے میں درد

بغیر سبب کے وزن میں کمی

یرقان



آپ کے پاخانہ کرنے کے طریقے میں تبدیلیاں

Not responding to medication

بد ہضمی

Which may radiate to the back

پیٹ کے اوپری حصے میں

- ذیابیطس - جو حال ہی میں ہوا ہے اور اس کا تعلق وزن میں اضافے سے نہیں ہے۔
- پڑمردگی یا ڈپریشن - مسلسل اداسی
- تھکاوٹ - ہر وقت تھکا ماندہ محسوس کرنا
- بھوک میں کمی - بھوک نہ لگنا
- متلی اور قے - بیمار ہونا اور محسوس ہونا

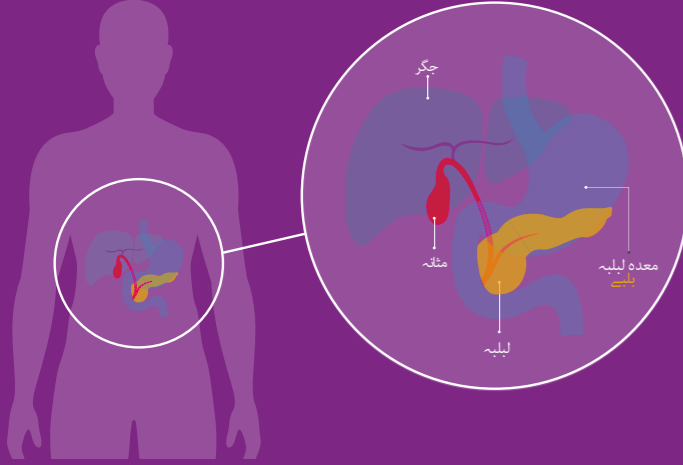
مجھے لبلبے کے کینسر کے بارے میں علم کیوں ہونا چاہیے؟

- ▶ یو کے میں لبلبے کا کینسر پانچواں سب سے بڑا موذی کینسر ہے
- ▶ زیادہ تر یہ بیماری سے کسی خاندانی کنکشن کے بغیر تیزی سے پھیلتا ہے
- ▶ نشانیوں اور علامتوں کا علم ہونے سے آپ جلدی اپنے ممکنہ خدشات پر کارروائی کر سکتے ہیں
- ▶ ابتدائی تشخیص ممکنہ طور پر زندگی بچانے والا آپریشن کرانے کے آپ کے موقع میں نمایاں اضافہ کر سکتی ہے۔

حقائق

- ▶ لبلبے کا کینسر کسی بھی بالغ شخص کو ہو سکتا ہے۔ یہ مردوں اور عورتوں میں برابر ہوتا ہے۔
- ▶ یو کے میں ہر سال تقریباً 10000 لوگوں کی تشخیص ہوتی ہے (یہ 909 فٹبال ٹیموں کے برابر ہے)
- ▶ ہر سال 9000 لوگ وفات پا جاتے ہیں اور 8 فیصد سے کم پانچ سال تک زندہ رہتے ہیں۔ صرف 5 فیصد 10 سال تک زندہ رہ پاتے ہیں
- ▶ لبلبے کے کینسر کا کوئی اسکریننگ ٹیسٹ نہیں ہے اور فی الحال آپریشن واحد حل ہے
- ▶ اگر آپ کا GP تشخیص کرے تو 1 سال زندہ رہنے کی شرح 30 فیصد ہوتی ہے۔ اگر آپ کو شعبہ حادثات و ایمرجنسی میں داخل کیا جاتا ہے تو یہ شرح 12 فیصد سے کم ہو جاتی ہے۔

لبلے کا کینسر کیا ہوتا ہے؟



لبلے کا کینسر تب ہوتا ہے جب لبلبے کے سیل بے قابو ہو کر بڑھتے لگتے ہیں اور ایک گلتی یا چربی کا ڈھیلا بنا دیتے ہیں جسے عرف عام میں 'لبلے کا پھوڑا' کہا جاتا ہے۔

لبلے کے جسم میں دو بنیادی کام ہوتے ہیں:

- لحمیات بنانا جو خوراک کو ہضم کرنے (توڑنے) میں مدد کرتے ہیں۔
 - پارمونز بنانا جیسے انسولین اور گلوکاکن جو خون میں شوگر کی سطح کو کنٹرول کرتے ہیں۔
- اس طرح لبلبہ جسم کو خوراک سے حاصل ہونے والی توانائی استعمال اور ذخیرہ کرنے میں مدد کرتا ہے۔ جب لبلبے میں کینسر فروغ پاتا ہے تو یہ عضو کے کام کرنے کے طریقے کو متاثر کرتا ہے جس سے آپ بہت بیمار پڑ سکتے ہیں۔