

જો તમે ઘનઅપવા મં ગના હો અથવા પગલાં લેવામં મદદ કરવા મં ગના હો સ્વાદુપિંડના કેન્સર સામે પગલાં લેવામં , તો કૃપા કરીને મુલાકાત લો:
panact.org/donate અથવા QR કોડ સ્કેન કરો



સ્વાદુપિંડના કેન્સર અથવા સ્વાદુપિંડના કેન્સરના ક્યવિશે વધુ મહિત્તી મટે , કૃપા કરીને સંપર્ક કરો /

- ☎ 0303 040 1770
- ✉ fundraising@panact.org
- 🏠 panact.org
- 📘 @PancreaticCancerAction
- 🐦 @OfficialPCA
- 📷 સ્વાદુપિંડના કેન્સર પ્રતિ ક્યવ



વહેલા નિત્તિદ્વારા જીવન બચાવવું

©Pancreatic Cancer Action 2023. બધા હો અમારો હેતુ અમેરિકા અમેરિકા (1137689) અમેરિકા (5049777) મં નેપથેલોજી રીટી/અમેરિકા અમેરિકા નં બર 07272699 મં નેપથેલોજી રીટી દ્વારા મહિત્તી લોક પત્ર / નેપથેલોજી સરનામું : સ્વાદુપિંડના કેન્સરના ક્યવ, એકમ 9, ઓબા ગેર શ્રેમ િબાન્સ પાર્ક , ઓબા ગેર, હેમ્પશાયર, GU35 9JA, PCA0096V4



જોખમે શું છે

પેન્ક્રીયોટિક કેન્સરના કારણેની જાણની/જોકે કેટલાંક કારણે છે જે નથી પેન્ક્રીયોટિક કેન્સર થવાની શક્યતા વધી જાય છે

<p>30 અથવા વધુનો BMI</p>	<p>જે હાલમાં થયો હોય અને વજન વધવા સાથે સંકળાયેલો ન હોય</p>	<p>તમારી ઉંમર વધે તેમ શક્યતાઓ વધી જાય છે</p>
મેદસ્વતિ	ડાયાબીટીસ	ઉંમર
<p>સિગરેટ, પાઇપ અને ચાવવાનું તમાકુ</p>	<p>પેન્ક્રીયોટિક નુકસાન થવું</p>	<p>માતા-પતિ અથવા ભાઈ-બહેન</p>
તમાકુ	લાંબા ગાળાથી થયેલ પેન્ક્રીયોટિક નુકસાન	જેનેટિક્સ

અજાણ્ય કંઈક સંતુલિત ખોરાક લેવો, અજાણ્ય વજન જાળવવું અથવા પાનકરવી આતમરા જોખમને ઘટાડવાની રીતે છે/જો જોખમના આકારકોમાંથી કોઈ પણ તમરા મટે પ્રાસંગિક નહોતો તો તેને અર્થ નથી કે તમને અસર ન થઈ શકે/વધુ મહિત્તી મટે અહીં જાવ: panact.org/risks

સ્વાદુપિંડના કેન્સરની ક્યવિશે

અપારંભિક નિત્તિદ્વારા જીવન બચાવવા અથવા સ્વાદુપિંડના કેન્સરથી પીડિત લોકો મટે જીવની ગુણવત્તા સુધરવા મટે સમર્પિત રાષ્ટ્રીય ચેરિટી ઈચે /

અમે અહીં વી રીતે કરીએ ///

- ▶ પ્રારંભિક નિત્તિદ્વારા સલ કરવા મટે સ્વાદુપિંડના કેન્સર અમેરિકા લક્ષ્યો વિશે જાહેર જાગૃતિ અજાણ્ય વધરવું /
- ▶ વ્યક્તિઓ મટે અજાણ્ય ભાગન ધેરણ અજાણ્ય વધરવા મટે સરકાર અથવા અજાણ્ય હસ્તે ધરોને પી રવર્ત નમટે લોખિં ગકરવું /
- ▶ અમારા તબીબી અજાણ્ય ભાગ સમુદયે મટે સ્વાદુપિંડના કેન્સરનું વહેલા નિત્તિ કરવા મટે મહત્ત અજાણ્ય શોધક સંસાધનો અજાણ્ય પ્રાપ્ત થ. લગિ ગતીલીમ મેડ ચુલો પૂરા પાડવા /
- ▶ પ્રારંભિક નિત્તિ સુધરવા, અસરકારક સારવાર વિકસાવવા અથવા સ્વાદુપિંડના કેન્સરના પી રણ મેનેજમેન્ટ સુધરવા મટે નીનસં શોધક મટે ભંડોળ પૂરું પાડવું /
- ▶ મહત્ત સમજવા મટે સરળ અથવા પ્રમણિત ઈવી ની મહિત્તી અથવા સ્વાદુપિંડના કેન્સર દ્વારા અસરગસ્ત તમમ લોકોને વ્યવહારુ, ભાવનાત્મક સમર્થ ન આપવું /

“સ્વાદુપિંડના કેન્સરથી બચેલા તરીકે, હું જીવંત પુરાવો છું કે પ્રારંભિક નિત્તિ પ્રાપ્ત થઈ શકે છે કે અજાણ્ય અજાણ્ય સ્થિતિ ટકાવી રાખવા દરમં સુધરો થશે શક્ય છે” અલી સ્ટેટ, સીઇઓ સ્વાદુપિંડના કેન્સરની ક્યવ ન સ્થાપક



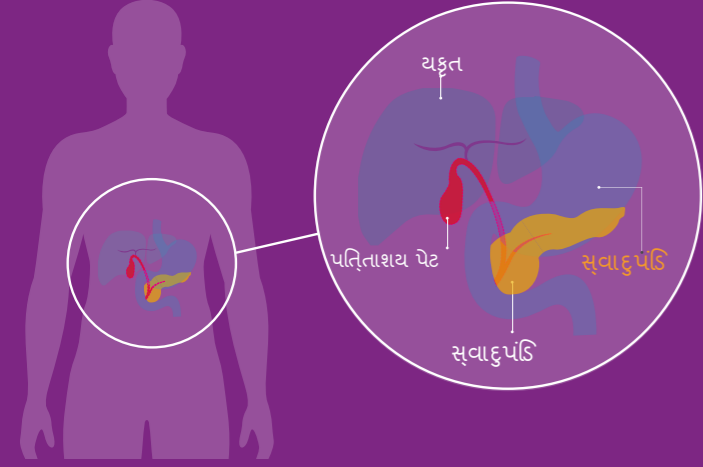
સ્વાદુપિંડના કેન્સર માટે જીવંત મહા ઈશિકા લક્ષ્યો અજાણ્ય મહિત્તી



વહેલા નિત્તિદ્વારા જીવન બચાવવું

panact.org

સ્વાદુપિંડ નું કેન્સર શું છે?



સ્વાદુપિંડ નું કેન્સર ત્યારે થાય છે જ્યારે સ્વાદુપિંડ ના કોષો ગઠ્ઠે અથવા સમૂહ બનવા માટે અનિયંત્રિત રીતે વધે છે, કેન્સર ગાંઠ તરીકે ઓળખવામાં આવે છે.

સ્વાદુપિંડ ના શરીરમાં બે મુખ્ય કાર્યો છે.

- ઉત્સેચકો બનાવે છે, આખોરાકને પચાવવામાં (તેડી નખવામાં) મદદ કરે છે.
- ઇન્સ્યુલિન અને ગ્લુકોઝ જેવા હોર્મોન્સ બનાવે છે જે લોહીમાં શર્કરાના સ્તરને નિયંત્રિત કરે છે.

આ રીતે, સ્વાદુપિંડ શરીરને ખોરાકમાં થી મોલી ઊર્જા નો ઉપયોગ અને સંગ્રહ કરવામાં મદદ કરે છે. જ્યારે કેન્સર સ્વાદુપિંડ માં વિકસે છે ત્યારે તે અંગકે વી રીતે કાર્ય કરે છે તેને અસર કરે છે જે તમને ખૂબ બીમાર કરી શકે છે.

પેન્ક્રિયો ટક કેન્સર વિશે શું ખબર હોવી જોઈએ?

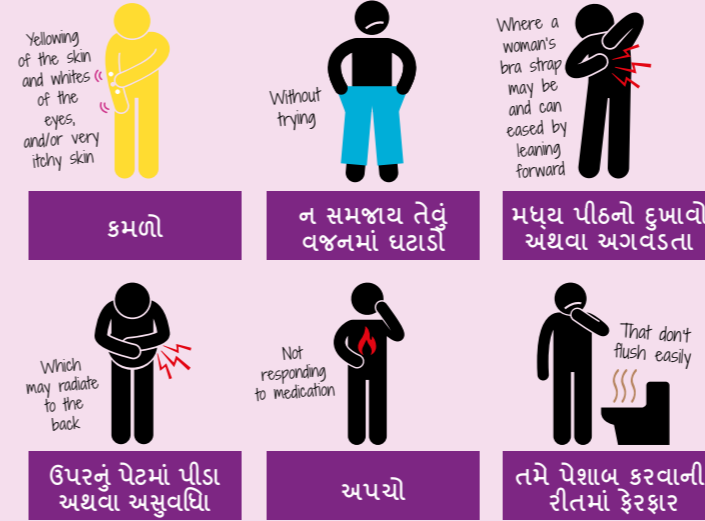
- ▶ પેન્ક્રિયો ટક કેન્સર યુકે નું 5મું સૌથી મેટું ઘાતક કેન્સર છે.
- ▶ મેટાબોલિક કસ્ટોમોમ, એ પિરવારને રોગ સાથે કોઈ સંબંધ નહોત્યારે અપેક્ષિત રીતે વિકસી શકે છે.
- ▶ લક્ષણો અસાધ્ય હોવાથી તમે તમને હોય તેવી કોઈ પણ ચિંતા પર ઝાંઝા પછાં લઈ શકશો.
- ▶ વહેલું નિદાન તમને સંભાવિત રીતે તમરો જીવ બચાવી શકે તેવી સર્જરી વહેલી મળવાની શક્યતાને ખૂબ વધારી દે છે.

તથ્યો

- ▶ પેન્ક્રિયો ટક કેન્સર કોઈ પણ પુખ્ત વયની વ્યક્તિને પ્રભાવિત કરી શકે છે/તે પુરુષો અને સ્ત્રીઓમાં સમાન રીતે થાય છે.
- ▶ દર વર્ષે યુકે માં લગભગ 10,500 લોકોને તે હોવાનું નિદાન થાય છે (આ 954 કુટુંબોલ ટીમેનેબરાબર છે).
- ▶ દર વર્ષે 9,600 લોકો મૃત્યુ પામે છે અને 8% થી ઓછા 5 વર્ષ જીવે છે/ફક્ત 1% 10 વર્ષ જીવે છે.
- ▶ પેન્ક્રિયો ટક કેન્સર મટે કોઈ સ્ક્રીનિંગ પરીક્ષા નથી અને અચરે સર્જરી એકમાત્ર ઈલાજ છે.
- ▶ જો તમને તમારા જીપી પાસેથી નિદાન મળે તો 1 વર્ષ જીવન આયોને દર 32% છે/જો તમને A&E (એક્સિડન્ટ એન્ડ ઇમરજન્સી) માં દાખલ કરવામાં આવે તો આખાંકડા 12% જેટલો ઓછો છે.

ક્યા લક્ષણો છે?

જેમ જેમ સ્વાદુપિંડ નું કેન્સર શરીરમાં વિકસે છે તેમ તેનીચેના કેટલાક ચિહ્નો અલક્ષણોનું કારણ બની શકે છે.



- મધુપ્રમેહ - જે તાજેતરમાં વિકસિત થયે છે અને વજન વધરવા સાથે જોડાયેલ નથી.
- ઉદાસ મન અથવા હતાશા - સતત ઉઘસીની લાગણી.
- થાક - બધા સમયથી થાકેલા અથવા ખાલી લાગે છે.
- ભૂખ ન લાગવી - ખાવાનું મન નથી થતું.
- ઉબકા અને ઉલટી - અનુભવવું અને બીમાર થવું.

What do I do if I Think I Have These Symptoms?

If you, or someone you know, is **experiencing any** of these **symptoms** and they are not normal for you, **do not ignore them.**

જાઓ અને તરત જ તમારા જીપીને મળો.

It can be useful to **keep a diary of your symptoms** so that when you visit your GP, they can easily understand what has been happening. Visit our website: panact.org/symptoms-diary to download this.

If you would like to **talk to someone before going to the GP** please **અમને 0303 040 1770 પર કોલ કરો.**