ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਦਾਨ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਪੈਨਕ੍ਰੀਐਟਿਕ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇੱਥੇ ਦੇਖੋ:
panact.org/donate ਜਾਂ QR ਕੋਡ ਨੂੰ ਸਕੈਨ ਕਰੋ

ਪੈਨਕ੍ਰੀਐਟਿਕ ਕੈਂਸਰ ਅਤੇ ਪੈਨਕ੍ਰੀਐਟਿਕ ਕੈਂਸਰ ਕਾਰਵਾਈ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

0303 040 1770
fundraising@panact.org
panact.org
@PancreaticCancerAction
@OfficialPCA
pancreatic_cancer_action

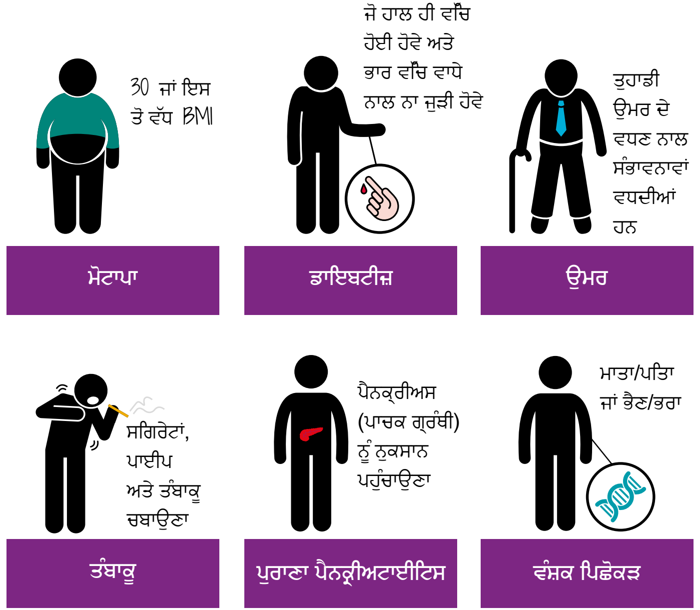
ਛੇਤੀ ਨਿਦਾਨ ਨਾਲ ਜਾਨਾਂ ਬਚਾਉਣਾ

©Pancreatic Cancer Action 2023. ਸਭ ਹੱਕ ਰਾਖਵੇਂ। ਇੰਗਲੈਂਡ ਅਤੇ ਵੇਲਜ਼ (1137689) ਅਤੇ ਸਕੌਟਲੈਂਡ (SC049777). ਵਿੱਚ ਰਜਿਸਟਰਡ ਚੈਰਿਟੀ। ਗਾਰੰਟੀ ਦੁਆਰਾ ਲਿਮਟਿਡ ਕੰਪਨੀ, ਇੰਗਲੈਂਡ ਅਤੇ ਵੇਲਜ਼ ਵਿੱਚ ਨੰਬਰ 07272699 ਰਾਹੀਂ ਰਜਿਸਟਰਡ।.
ਰਜਿਸਟਰਡ ਪਤਾ: ਪੈਨਕ੍ਰੀਆਟਿਕ ਕੈਂਸਰ ਐਕਸ਼ਨ,
ਯੂਨਿਟ 9, ਓਖੰਜਰ ਫਾਰਮ ਬਿਜ਼ਨਸ ਪਾਰਕ,
ਓਖੰਜਰ, ਹੈਂਪਸ਼ਾਇਰ, GU35 9JA.
PCA0096V4

ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਨਿਰਮਾਤਾ
Patient Information Forum

ਇਸਦੇ ਜੋਖਮ ਕੀ ਹਨ?

ਪੈਨਕ੍ਰੀਆਟਿਕ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਕਾਰਨਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਕੁਝ ਕਾਰਕ ਹਨ ਜੋ ਪੈਨਕ੍ਰੀਆਟਿਕ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਵਧਾਉਂਦੇ ਹਨ:



ਇੱਕ ਸਿਹਤਮੰਦ ਸੰਤੁਲਤ ਖੁਰਾਕ ਖਾਣਾ, ਸਿਹਤਮੰਦ ਭਾਰ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣਾ ਅਤੇ ਤਮਾਕੂਨੋਸ਼ੀ ਨਾ ਕਰਨਾ ਅਜਿਹੇ ਤਰੀਕੇ ਹਨ ਜਿਹਨਾਂ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਖਤਰੇ ਨੂੰ ਘਟਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਖਤਰੇ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਾਰਕ ਦਾ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸਬੰਧ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਇੱਥੇ ਜਾਓ: panact.org/risks

ਪੈਨਕ੍ਰੀਆਟਿਕ ਕੈਂਸਰ 'ਤੇ ਕਾਰਵਾਈ ਬਾਰੇ

ਅਸੀਂ ਇੱਕ ਕੌਮੀ ਚੈਰਿਟੀ ਹਾਂ ਜੋ ਪੈਨਕ੍ਰੀਐਟਿਕ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਤਸ਼ਖੀਸ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਦੁਆਰਾ ਜੀਵਨ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਸਮਰਪਿਤ ਹੈ।

ਅਸੀਂ ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ...

- ਜਲਦੀ ਨਿਦਾਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਪੈਨਕ੍ਰੀਐਟਿਕ ਕੈਂਸਰ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਬਾਰੇ ਜਨਤਕ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਅਤੇ ਗਿਆਨ ਵਧਾਉਣਾ।
- ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਦੇ ਮਿਆਰ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਤਬਦੀਲੀ ਲਈ ਸਰਕਾਰ ਅਤੇ ਮੁੱਖ ਹਿੱਸੇਦਾਰਾਂ ਦੀ ਪੈਰਵੀ ਕਰਨਾ।
- ਸਾਡੇ ਮੈਡੀਕਲ ਅਤੇ ਹੈਲਥਕੇਅਰ ਕਮਿਨਿਟੀਆਂ ਲਈ ਪੈਨਕ੍ਰੀਐਟਿਕ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਜਲਦੀ ਨਿਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ, ਮੁਫਤ ਪਾਇਨੀਅਰਿੰਗ ਵਿਦਿਅਕ ਸਰੋਤ ਅਤੇ ਮਾਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਈ -ਲਰਨਿੰਗ ਸਿਖਲਾਈ ਮੈਡੀਕਲ ਵਸੀਲੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ
- ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਤਸ਼ਖੀਸ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ, ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਇਲਾਜ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਪੈਨਕ੍ਰੀਐਟਿਕ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਨਵੀਨਤਾਕਾਰੀ ਖੋਜਾਂ ਲਈ ਫੰਡਿੰਗ।
- ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਮੁਫਤ, ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਅਸਾਨ ਅਤੇ **ਪ੍ਰਮਾਣਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ** ਅਤੇ **ਪੈਨਕ੍ਰੀਐਟਿਕ ਕੈਂਸਰ ਨਾਲ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵਿਹਾਰਕ**, ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ।

"ਇੱਕ ਪੈਨਕ੍ਰੀਆਟਕਿ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਬਚੇ ਵਅਿਕਤੀ ਹੋਣ ਦੇ ਨਾਤੇ, ਮੈਂ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਜੀਉਂਦਾ ਜਾਗਦਾ ਸਬੂਤ ਹਾਂ ਕਿ ਛੇਤੀ ਤਸ਼ਖੀਸ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਕਿ ਉਮੀਦ ਅਤੇ ਬਚਾਅ ਦਰਾਂ ਵੱਿਚ ਸੁਧਾਰ ਸੰਭਵ ਹੈ!" **ਅਲੀ ਸਟੰਟ, ਸੀਈਓ ਅਤੇ ਪੈਨਕ੍ਰੀਆਟਕਿ ਕੈਂਸਰ ਐਕਸ਼ਨ ਦੇ ਸੰਸਥਾਪਕ**

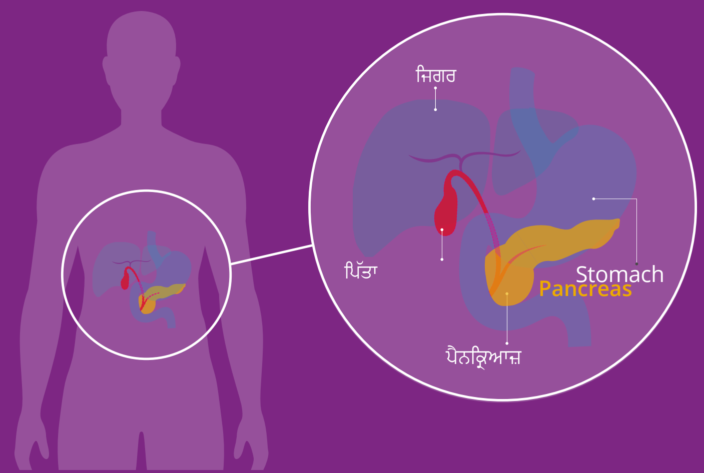
ਪੈਨਕ੍ਰੀਆਟਿਕ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਤਤਕਾਲ ਗਾਈਡ

ਲੱਛਣ ਅਤੇ ਮੁੱਖ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਛੇਤੀ ਨਦਿਾਨ ਨਾਲ ਜਾਨਾਂ ਬਚਾਉਣਾ

panact.org

ਪੈਨਕ੍ਰੀਆਟਿਕ ਕੈਂਸਰ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?



ਪੈਨਕ੍ਰੀਐਟਿਕ ਕੈਂਸਰ ਉਦੋਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਪਾਚਕ ਵਿੱਚ ਸੈੱਲ ਬੇਕਾਬੂ ਹੋ ਕੇ ਇੱਕ ਸਮੂਹ ਜਾਂ ਪੁੰਜ ਦਾ ਰੂਪ ਬਣਦੇ ਹਨ, ਜਿਸਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ 'ਕੈਂਸਰ ਟਿਊਮਰ' ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਪੈਨਕ੍ਰਿਆਜ਼ ਦੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਦੋ ਮੁੱਖ ਕੰਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ:

- ਐਨਜ਼ਾਈਮ ਬਣਾਉਣਾ,, ਇਹ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਹਜ਼ਮ ਕਰਨ (ਟੁੱਟਣ) ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੇ ਹਨ।
- ਹਾਰਮੋਨ ਬਣਾਉਣਾ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇਨਸੁਲਿਨ ਅਤੇ ਗਲੂਕਾਗਨ, ਜੋ ਬਲੱਡ ਸ਼ੂਗਰ ਦੇ ਪੱਧਰਾਂ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ, ਪਾਚਕ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਊਰਜਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਕੈਂਸਰ ਪੈਨਕ੍ਰੀਆਜ਼ ਵਿੱਚ ਵਿਕਸਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅੰਗ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਹੁਤ ਬਿਮਾਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਮੈਨੂੰ ਪੈਨਕ੍ਰੀਆਟਿਕ ਕੈਂਸਰ ਬਾਰੇ ਕਿਉਂ ਪਤਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

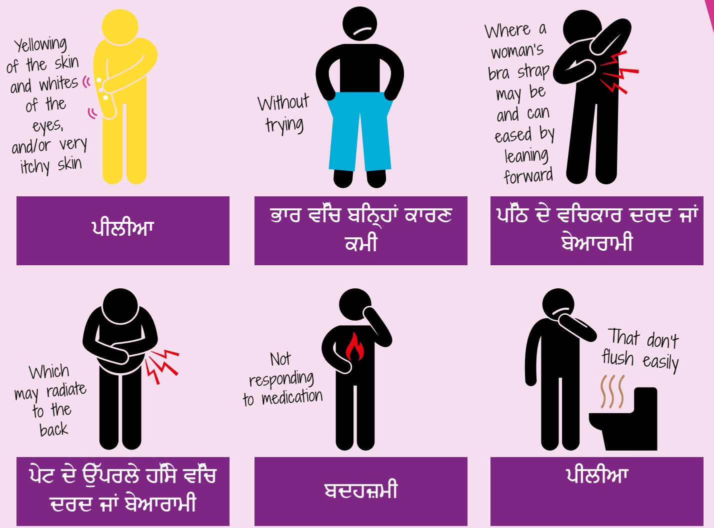
- ਪੈਨਕ੍ਰੀਆਟਿਕ ਕੈਂਸਰ ਯੂਕੇ ਦਾ 5ਵਾਂ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਜਾਨਲੇਵਾ ਕੈਂਸਰ ਹੈ
- ਬਹੁਤੇ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਇਹ ਬਿਮਾਰੀ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਸਬੰਧ ਦੇ ਬਗੈਰ, ਅਚਾਨਕ ਹੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ
- ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਅਤੇ ਲੱਛਣਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਵੀ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਬਾਰੇ, ਵਧੇਰੇ ਜਲਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ
- ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਛੇਤੀ ਨਿਦਾਨ ਸੰਭਾਵੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਜੀਵਨ ਰੱਖਿਅਕ ਸਰਜਰੀ ਕਰਾਉਣ ਦੀ ਤੁਹਾਡੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਵਧਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਤੱਥ

- ਪੈਨਕ੍ਰੀਆਟਿਕ ਕੈਂਸਰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਬਾਲਗ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਮਰਦਾਂ ਅਤੇ ਔਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਬਰਾਬਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ
- ਯੂਕੇ ਵਿੱਚ ਹਰ ਸਾਲ ਤਕਰੀਬਨ 10,500 ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਇਸ ਦਾ ਨਿਦਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ (ਜੋ 954 ਫ਼ੁਟਬਾਲ ਟੀਮਾਂ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਹੈ)
- ਹਰ ਸਾਲ 9,600 ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ 8% ਤੋਂ ਵੀ ਘੱਟ ਲੋਕ 5 ਸਾਲ ਤਕ ਜਿਉਂਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਸਿਰਫ਼ 1% ਹੀ 10 ਸਾਲ ਤਕ ਜਿਉਂਦੇ ਹਨ
- ਪੈਨਕ੍ਰੀਆਟਿਕ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਕੋਈ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਟੈਸਟ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਅਤੇ ਫ਼ਿਲਹਾਲ ਸਿਰਫ਼ ਸਰਜਰੀ ਹੀ ਇੱਕਮਾਤਰ ਇਲਾਜ ਹੈ
- ਜੇ ਆਪਣੇ GP ਦੇ ਜ਼ਰੀਏ ਤੁਹਾਡਾ ਨਿਦਾਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ 1 ਸਾਲ ਤਕ ਬਚੇ ਰਹਿਣ ਦੀ ਦਰ 32% ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ A&E ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਸੰਖਿਆ 12% ਜਿੰਨੀ ਘੱਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਲੱਛਣ ਕੀ ਹਨ?

ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪੈਨਕ੍ਰਿਐਟਿਕ ਕੈਂਸਰ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਵਿਕਸਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਕੁਝ ਸੰਕੇਤ ਅਤੇ ਲੱਛਣ ਸਾਹਮਣੇ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ।:



- **ਡਾਇਬੀਟੀਜ਼** - ਜੋ ਹਾਲ ਹੀ ਵਿੱਚ ਵਿਕਸਤ ਹੋਇਆ ਹੈ ਅਤੇ ਭਾਰ ਵਧਣ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਨਹੀਂ ਹੈ
- **ਮਾੜਾ ਮਿਜਾਜ਼ ਜਾਂ ਉਦਾਸੀ** - ਲਗਾਤਾਰ ਉਦਾਸੀ ਦੀ ਭਾਵਨਾ
- **ਥਕਾਵਟ** - ਹਰ ਸਮੇਂ ਥੱਕਿਆ ਅਤੇ ਨਿਢਾਲ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ
- **ਭੁੱਖ ਨਾ ਲੱਗਣਾ** - ਖਾਣ ਨੂੰ ਜੀਅ ਨਾ ਕਰਨਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣਾ
- **ਘਬਰਾਹਟ ਅਤੇ ਉਲਟੀਆਂ** - ਬਿਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣਾ

ਜੇ ਮੈਨੂੰ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮੇਰੇ ਵਿੱਚ ਇਹ ਲੱਛਣ ਹਨ ਤਾਂ ਮੈਂ ਕੀ ਕਰਾਂ?

ਜੇ ਤੁਸੀਂ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਕੋਈ ਜਾਣਕਾਰ, **ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਲੱਛਣ** ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ **ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਆਮ ਨਹੀਂ ਹਨ**, ਤਾਂ **ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨਜ਼ਰ ਅੰਦਾਜ਼ ਨਾ ਕਰੋ।**

ਜਾਓ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਜੀਪੀ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਮਿਲੋ।

ਆਪਣੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ **ਡਾਇਰੀ ਰੱਖਣਾ ਲਾਭਦਾਇਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ** ਤਾਂ ਜੋ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਜੀਪੀ ਨੂੰ ਮਿਲੋ, ਉਹ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਸਮਝ ਸਕਣ ਕਿ ਕੀ ਚੱਲ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਸਾਡੀ ਵੈਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ:
panact.org/symptoms-diary
ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰੋ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਜੀਪੀ ਕੋਲ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ **ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ**, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ **ਸਾਨੂੰ 0303 040 1770 ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ.**