

Sir H. N.



Reliance
Foundation Hospital

RESPECT FOR LIFE

खतरे को पहचानें और शीघ्र जांच कराएं

कैंसर के लक्षण

- शरीर के किसी भी अंग में असामान्य सूजन या कड़ापन
- तिल या मससे के आकार या रंग में परिवर्तन
- न भरने वाले घाव(नासूर)
- लगातार बुखार या खांसी
- चार हफ्ते या अधिक समय तक अकारण दर्द या टीस

मुंह का कैंसर
तीन हफ्ते या अधिक समय तक
लगातार मुंह या जीभ पर घाव
भोजन निगलने में असुविधा या बदहजमी

स्तन कैंसर
स्तन में सूजन कड़ापन
अथवा खिंचाव

प्रोस्टेट कैंसर
मूत्र विसर्जन में कठिनाई
मूत्र में रक्तश्राव

फेफड़े का कैंसर
3 सप्ताह से अधिक लगातार खांसी
आवाज बदलना

कोलोन कैंसर
लम्बे समय तक दस्त होना
दस्त में खून

गर्भाशय का कैंसर
असमय रक्तश्राव
मासिक धर्म खत्म होने के बाद

आपका सर्वे करने पर आपमें _____ कैंसर का जोखिम पाया गया है

रिलायंस फाउंडेशन की गाडी/क्लिनिक पर _____ तारिख को 9.30-3.30 pm के बीच में जाएं और आगे की जांच मुफ्त में कराएं |

कृपया अपना राशन कार्ड और आधार कार्ड का ज़ेरॉक्स ले कर जाएँ अधिक जानकारी के लिए 022-35553824 / 7718975278 पर संपर्क करें

स्तन का कैंसर

क्या करें

- वजन कम करें
- तम्बाकू और शराब बंद करें
- हर महीने स्तन का स्व: परिक्षण करें
- 40 वर्ष + के पश्चात् :
- हर दो साल पर डाक्टरी जांच करावें
- परिवार में स्तन कैंसर का इतिहास होने पर हर दो साल में मैमोग्राफी करें

पेट का कैंसर

क्या करें

- स्वस्थ, ताज़ा खाना खाएं
- 45 वर्ष + के पश्चात् :
- पेट में कोई भी तकलीफ होने पर डॉक्टर से सलाह लें

प्रोस्टेट कैंसर

क्या करें

- 50 वर्ष + के पश्चात् :
- पेशाब में कोई भी तकलीफ होने पर डॉक्टर से सलाह लें

मुंह का कैंसर

क्या करें

- स्वस्थ खाना खाएं
- नियमित कसरत करें
- फिट होने वाले नकली दांत पहनें
- हर तीन साल पर मुंह की जांच कराएं

क्या न करें

- सिगरेट- गुटखा का सेवन बंद करें

फेफड़े का कैंसर

क्या करें

- अच्छे शौक पालें

क्या न करें

- सिगरेट बीड़ी की बुरी आदत से बचें

गर्भाशय का कैंसर

क्या करें

25 वर्ष के पश्चात् :

- हर तीन साल गर्भाशय जांच , पैप टेस्टिंग करवाएं
- अनियमित रक्तस्राव या दर्द होने पर तुरंत डॉक्टर से मिलें

