

འབྲས་ནད་བརྟག་ཞིབ་ཟེར་ན་ག་རེ་རེད།

འབྲས་ནད་བརྟག་ཞིབ་ནི་བྱེད་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ལ་བདག་གཅེས་བྱེད་པའི་ཆ་ཤས་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད།



འབྲས་ནད་བརྟག་ཞིབ་ནི། འབྲས་ནད་ཀྱི་ནད་རྟགས་སམ། འབྲས་ནད་སློང་རྒྱུ་ལྡོག་པའི་ལྷན་པའི་སྐབས་བདེ་བརྟག་དཔྱད་ཅིག་ཡིན། བརྟག་ཞིབ་འདིས། བྱེད་ཀྱིས་རང་གི་ལུས་ཁམས་ལ་བྱུང་བའི་འགྲུར་བ་མཐོང་ཚོར་མ་བྱུང་གོང་ནས་འབྲས་ནད་ལྡོག་པའི་ལྷན་པའི་སྐབས་བདེ་བརྟག་དཔྱད་ཅིག་ཡིན། འབྲས་ནད་སློང་རྒྱུ་ལྡོག་པའི་སྐབས་བདེ་བརྟག་དཔྱད་ཅིག་ཡིན། ལེགས་བྱུང་ལྡན་པའི་སྐབས་བརྟག་ཞིབ་བྱེད་པ་ཡོད།
ཨོ་སི་ཁོ་ལི་ཡའི་ནང་། རྒྱལ་ཡོངས་འབྲས་ནད་བརྟག་ཞིབ་ཁག་གསུམ་ཡོད། དེ་དག་ནི་རྒྱ་མ་དང་། གཞང་ལོང་། མངལ་ཁ་བཅས་ཀྱི་འབྲས་ནད་བརྟག་ཞིབ་ཡིན།



རྒྱ་མའི་འབྲས་ནད་བརྟག་ཞིབ།



རྒྱ་མའི་འབྲས་ནད་ནི། བྱུང་མེད་ཚོད་ལོག་མངལ་ལྡན་གྱི་འབྲས་ནད་ཅིག་རེད།

- ལོ་ 40 རྗེས་ ༡༥ བར་གྱི་བྱུང་མེད་ཚོས་ལོ་གཉིས་རེའི་མཚམས་སུ་རྒྱ་མའི་སློབ་པར་རྒྱག་དགོས།
- རྒྱ་མའི་སློབ་པར་ནི། འབྲས་ནད་མཐོང་ཚོར་ལྟར་པ་མ་ཆགས་གོང་དོས་འཛིན་ལྟར་ཐབས་ལེགས་ཤོས་དེ་རེད།
- ལོ་ 40 རྗེས་ ༡༥ བར་གྱི་བྱུང་མེད་ཚོས་དེས་པར་དུ། རྒྱ་མའི་འབྲས་ནད་ཡོད་མེད་བརྟག་ཞིབ་བྱེད་དགོས། གང་ཡིན་ཟེར་ན་རྒྱ་མའི་འབྲས་ནད་ཡོད་པའི་བྱུང་མེད་མང་ཆེ་བའི་ནང་མིའི་ཚོད་ནད་དེ་ལོག་པའི་ལོ་རྒྱུས་མེད།
- BreastScreen NSW (ནི་འུ་སོ་ལོ་རྩ་མལ་གྱི་རྒྱ་མའི་འབྲས་ནད་བརྟག་ཞིབ་ཁང་) གི་རྒྱ་མའི་སློབ་པར་ནི་རིན་མེད་ཡིན་པ་མ་ཟད། སྐྱབ་པའི་དོས་སློབ་དགོས་ཀྱི་མེད།



བྱུང་གོས་པ་ཁག་གཤམ་གསལ།

- བརྟག་ཞིབ་དུས་ཚོད་བཟོ་ཆེད་ཨང་གྲངས་ **13 20 50** ལ་ཁ་པར་གཏོང་བའམ། དྲ་རྒྱ་འདི་ལ་ཕེབས། book.breastscreen.nsw.gov.au
- རྒྱ་མའི་བྱུང་གོས་ན། ཨང་གྲངས་ **13 14 50** ལ་ཁ་པར་ཐོངས།
- འདིའི་སློབ་སྐད་ཡིག་གཞན་དག་ནང་གཟིགས་འདོད་ཡོད་ན། དྲ་རྒྱ་འདི་ལ་ breastscreen.nsw.gov.au གཟིགས།



གཞང་ལོང་ལ་བརྟག་ཞིབ།



གཞང་ལོང་འབྲས་ནད་(bowel cancers) ཡོད་མེད་སློབ་རྒྱུད་ནས་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་ན། བྱུང་པ་ 70 རན་ནས་ 85 བྱུང་བའི་སྐབས་བརྟག་ཞིབ་ཡོད།

- ལོ་ 40 རྗེས་ ༡༥ བར་གྱི་ཕོ་མོ་སྐྱེན་བཅོས་བྱུང་བའམ། Department of Veterans Affairs (དཔམ་ཞབས་བྱུང་བུ) ཡོད་པ་ཚོར་གཞང་ལོང་འབྲས་ནད་བརྟག་ཞིབ་ལོ་ཆས་**རིན་མེད་**དུ་ལོག་པའི་འབྲས་ལེགས་ཤོས་དེ་ཡིན།
- གཞང་ལོང་འབྲས་ནད་བརྟག་ཞིབ་ནི། ལོང་ག་དང་གཞང་གར་འབྲས་ནད་ཡོད་མེད་སློབ་རྒྱུད་ནས་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བའི་ཐབས་ཤེས་ལེགས་ཤོས་དེ་ཡིན་པས། འདི་ལ་བརྟག་ཞིབ་བྱེད་ཀྱི་སློབ་སྐབས་ལྟར་བྱེད།
- གཞང་ལོང་འབྲས་ནད་བརྟག་ཞིབ་ནི། ལྷན་ལ་སྐབས་བདེ་ཞིག་ཡིན་པས་རང་བྱིས་དུ་བྱས་ཆོག།



བྱུང་གོས་པ་ཁག་གཤམ་གསལ།

- ཡིག་ཟམ་བརྒྱུད་གཞང་ལོང་འབྲས་ནད་བརྟག་ཞིབ་ལོ་ཆས་འབྲོར་བའི་བེད་སྤྱོད་ཐོངས།
- དྲ་ཆོགས་ dothetest.com.au ལ་སོང་ནས། བརྟག་ཞིབ་ལོ་ཆས་རྒྱུ་མེད། ག་དུས་བྱེད་ལ་གཏང་གི་ཡོད་མེད་ལྟོས།
- རྟོགས་འདྲི་ཡོད་ན། ཨང་གྲངས་ **1800 627 701** ལ་ཁ་པར་ཐོངས།
- རྒྱ་མའི་བྱུང་གོས་ན། ཨང་གྲངས་ **13 14 50** ལ་ཁ་པར་ཐོངས།
- འདིའི་སློབ་སྐད་ཡིག་གཞན་དག་ནང་གཟིགས་འདོད་ཡོད་ན། དྲ་རྒྱ་འདི་ལ་ health.gov.au/resources/translated གཟིགས།



མངལ་ཁ་བརྟག་ཞིབ།



མངལ་ཁ་བརྟག་ཞིབ་བྱས་ན། མངལ་ཁ་(cervix) དང་འབྲེལ་བའི་འབྲས་ནད་སློབ་པའི་སྐབས་བརྟག་ཞིབ་བྱེད་ཐུག།

- ལོ་ 24 རྗེས་ ༡༥ བར་གྱི་བྱུང་མེད་ཚོས། ལོ་ལྷན་པའི་མཚམས་སུ་མངལ་ཁ་ལ་བརྟག་ཞིབ་བྱེད་དགོས།
- བྱེད་ཀྱིས་ས་གནས་ཀྱི་སྐྱབ་པའམ་སྐྱབ་ཞབས་པར་འབྲེལ་བ་བྱས་ཏེ་བརྟག་ཞིབ་དུས་ཚོད་བཟོ་བྱུང།
- སྐྱབ་པ་ཁག་གིས་བརྟག་ཞིབ་འདི་**རིན་མེད་**དུ་གནང་གི་རེད། དུས་ཚོད་བཟོ་བྱས་ཀྱིས་རིན་གོང་ག་ཚོད་གནས་མིན་རྒྱུ་ཆ་དེས་ན་འགྲིག།
- མངལ་ཁ་བརྟག་ཞིབ་བྱས་ཏེ་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་འབྲས་ནད་སློབ་པའི་སྐབས་བརྟག་ཞིབ་བྱེད་ཐུག། གང་ཡིན་ཟེར་ན་བརྟག་ཞིབ་འདི་ལ་བརྟག་ཞིབ་འབྲས་ནད་འདི་བཟོ་མཁན་གྱི་གཉན་ཁ་ human papillomavirus (HPV) ཞེས་པ་ཡོད་མེད་མཐོང་བྱུང།



བྱུང་གོས་པ་ཁག་གཤམ་གསལ།

- ཨང་ **1800 627 701** ལ་ཁ་པར་འབྲང་སྟེ། རང་གི་མངལ་ཁ་བརྟག་ཞིབ་བྱས་ཀྱི་དུས་ཚོད་ལྟར་མིན་ལྟོས།
- སྐྱབ་པའམ་སྐྱབ་ཞབས་པར་འབྲེལ་བ་བྱས་ཏེ་དུས་ཚོད་བཟོས། བརྟག་ཞིབ་བྱེད་མཁན་དུ་བྱེད་ཀྱིས་བྱུང་མེད་སློབ་པའམ་སྐྱབ་ཞབས་དགོས་པའི་རེ་བ་བཏོན་ན་འགྲིག།
- རྒྱ་མའི་བྱུང་གོས་ན། ཨང་གྲངས་ **13 14 50** ལ་ཁ་པར་ཐོངས།
- གནས་ཚུལ་རྒྱུས་པ་ཤེས་འདོད་ན་དྲ་རྒྱ་འདི་ cancer.nsw.gov.au/cervical ཡང་ན་འདི་ལ་ cancerscreening.gov.au/cervical གཟིགས།