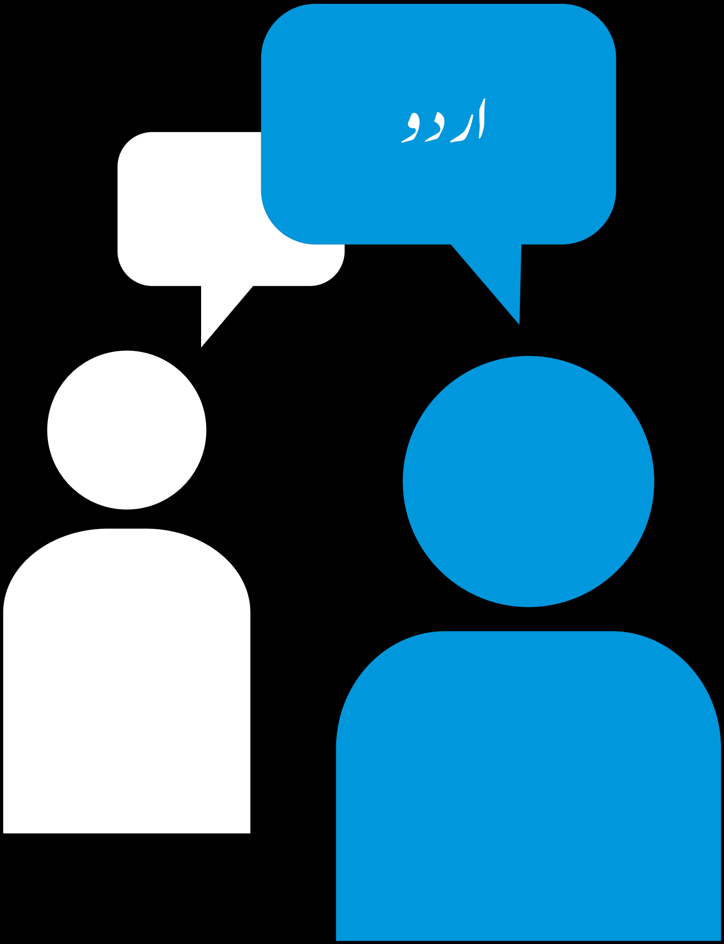
اپنے پراسٹیٹ کے بارے میں معلوم کریں

مردوں کے لیے معلومات



PROSTATE CANCER UK

Urdu/English

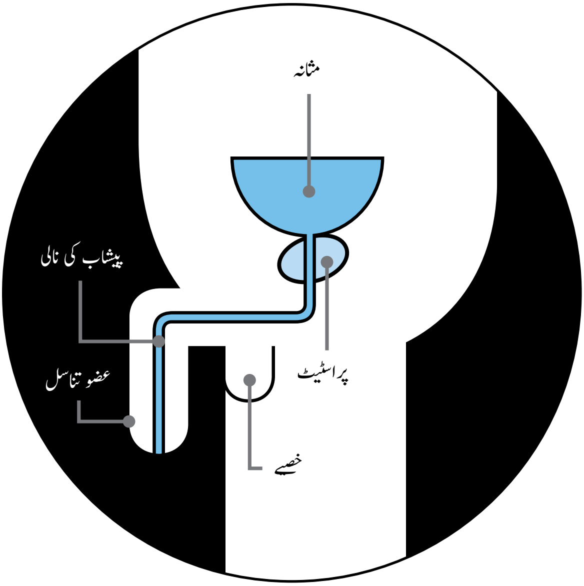
اس لیفلٹ کے بارے میں

یہ کتابچہ پراسٹیٹ کے لیے ایک رہنما ہے – یہ کیا ہے، یہ کیا کرتا ہے اور اس کے ساتھ کیا خرابی ہو سکتی ہے۔

ہم یہ وضاحت بھی کرتے ہیں کہ کونسی تبدیلیوں پر نظر رکھنے کی ضرورت ہے اور اگر آپ یہ سمجھتے ہیں کہ آپ کو پراسٹیٹ کا کوئی مسئلہ ہے تو کیا کرنا چاہیے۔

پراسٹیٹ کیا ہے؟

پراسٹیٹ ایک گلٹی ہے۔ یہ عام طور پر ایک اخروٹ کے سائز اور شکل کا ہوتا ہے اور جوں جوں آپ کی عمر بڑھتی ہے یہ بڑا ہوتا جاتا ہے۔ یہ مثانے کے نیچے موجود ہوتا ہے اور پیشاب کی نالی کو گھیر لیتا ہے، جو کہ وہ نالی ہے جو پیشاب کو جسم سے باہر لے جاتی ہے۔ پراسٹیٹ کا اصل کام منی (سیمن) بنانے میں مدد کرنا ہے، جو کہ وہ مائع ہوتا ہے جس میں نطفہ (سپرم) ہوتا ہے۔



پراسٹیٹ کسے ہوتا ہے؟

پراسٹیٹ مندرجہ ذیل لوگوں میں ہوتا ہے:

- مرد
- ٹرانس خواتین*
- غیر بائنری افراد جنھیں پیدائش کے وقت مرد کے طور پر تفویض کیا گیا تھا**
- بعض بین صنفی افراد***۔

آپ کے پراسٹیٹ میں کیا خرابی ہو سکتی ہے؟

پراسٹیٹ کے سب سے زیادہ عام مسائل مندرجہ ذیل ہیں:

- بڑھا ہوا پراسٹیٹ
- پراسٹیٹائٹس
- پراسٹیٹ کینسر۔

* ٹرانس خواتین وہ ہوتی ہیں جنھیں پیدائش کے وقت مرد کے طور پر رجسٹر کیا گیا تھا اور ان کی شناخت خاتون کے طور پر ہوتی ہے۔ ٹرانس خواتین میں پراسٹیٹ کے مسائل پیدا ہو سکتے ہیں، اگرچہ انھوں نے ہارمونز لیے ہوں، یا اگر ان کی تناسلی تشکیل نو سرجری ہوئی تھی۔ اس سرجری کے دوران پراسٹیٹ کو ہٹایا نہیں جاتا ہے۔

** اس سرجری کے دوران پراسٹیٹ کو ہٹایا نہیں جاتا ہے۔

*** ایک بین صنفی شخص میں مرد اور خاتون دونوں کی صنفی خصوصیات ہو سکتی ہیں اور اس لیے انھیں پراسٹیٹ ہو سکتا ہے۔

مجھے کن تبدیلیوں پر نظر رکھنی چاہیے؟

اگر آپ کو پیشاب کرتے وقت کوئی تبدیلیاں نظر آتی ہیں یا نیچے دیے گئے مسائل میں سے کوئی بھی مسئلہ پیش آتا ہے، تو یہ آپ کے پراسٹیٹ میں کسی مسئلے کی علامت ہو سکتی ہے۔

آپ کو جو کوئی بھی مسائل ہیں انھیں نشان زد کرنا اور اس کتابچے کو اپنے ڈاکٹر یا نرس کے پاس لے جانا شاید آپ کو مفید لگے۔

جن تبدیلیوں پر نظر رکھنی ہے ان میں مندرجہ ذیل شامل ہیں:

- ☐ معمول سے زیادہ مرتبہ پیشاب کرنے کی ضرورت پڑنا، خاص طور پر رات کے وقت
- ☐ پیشاب کرنا شروع کرنے میں مشکل
- ☐ زور لگا کر پیشاب کرنا یا پیشاب ختم کرنے پر زیادہ دیر لگنا
- ☐ پیشاب کرتے وقت کمزور بہاؤ
- ☐ یہ احساس کہ آپ کا مثانہ صحیح طرح سے خالی نہیں ہوا
- ☐ اچانک پیشاب کرنے کی ضرورت محسوس ہونا۔ بعض اوقات آپ کے ٹائلٹ تک پہنچنے سے پہلے پیشاب کا نکلنا
- ☐ آپ کے پیشاب ختم کرنے کے بعد پیشاب کا قطرہ قطرہ ٹپکنا۔

کم عام علامات میں مندرجہ ذیل شامل ہیں:

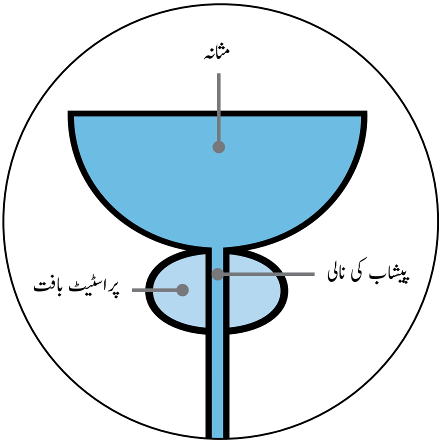
- ☐ پیشاب کرتے وقت درد
- ☐ انزال کے وقت درد
- ☐ پیشاب یا منی (سیمن) میں خون
- ☐ عضو تناسل کو تنی ہوئی حالت میں لانے یا رکھنے میں مسائل۔

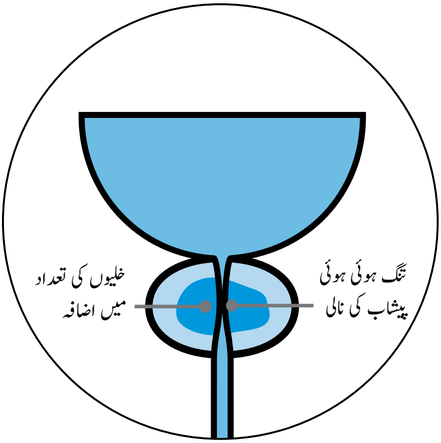
بڑی عمر کے افراد میں پیشاب کے مسائل عام ہوتے ہیں۔ وہ کسی انفیکشن، صحت کے کسی اور مسئلے جیسا کہ ذیابیطس، یا کچھ ادویات کی وجہ سے بھی ہو سکتے ہیں۔

پیشاب کے مسائل عام طور پر کینسر کی وجہ سے نہیں ہوتے ہیں۔ ہم یہاں جن تبدیلیوں کے بارے میں بات کر رہے ہیں اگر آپ ان میں سے کوئی بھی تبدیلی دیکھتے ہیں تو اپنے ڈاکٹر یا نرس سے بات کریں۔ آپ 0800 074 8383 پر ہماری ماہر نرسوں کو بھی ٹیلیفون کر سکتے ہیں، اور کسی انٹرپریٹر کے ساتھ بات کرنے کی درخواست کر سکتے ہیں۔

پراسٹیٹ کا بڑا ہو جانا کیا ہے؟

پراسٹیٹ کا بڑا ہونا پراسٹیٹ کے سائز میں ایک اضافہ ہے۔ ممکن ہے آپ اپنے ڈاکٹر کو اسے بینائن پراسٹیٹک اینلارجمنٹ (benign prostatic enlargement) (BPE) یا بینائن پراسٹیٹک ہائپر پلیزیا (benign prostatic hyperplasia) (BPH) یعنی پراسٹیٹ کا غیر موذی طور پر بڑا ہو جانا کہتے ہوئے سنیں۔ یہ 50 سال سے زائد عمر کے مردوں میں بہت عام ہے۔ ایک بڑھا ہوا پراسٹیٹ کینسر نہیں ہے اور اس سے آپ کو پراسٹیٹ کینسر ہونے کا خطرہ نہیں بڑھتا ہے۔





جیسے جیسے پراسٹیٹ بڑا ہوتا جاتا ہے یہ آپ کی پیشاب کی نالی (جس نالی میں سے آپ کا پیشاب گزرتا ہے) پر دباؤ ڈال سکتا ہے اور پیشاب کے بہاؤ کو آہستہ کر سکتا ہے یا روک سکتا ہے۔

اس سے مندرجہ ذیل مسائل پیدا ہو سکتے ہیں:

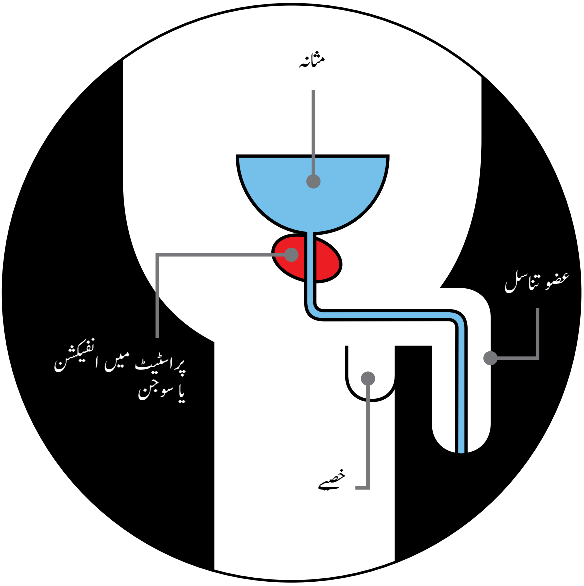
- ☐ پیشاب کرتے وقت کمزور بہاؤ
- ☐ یہ احساس کہ آپ کا مثانہ صحیح طرح سے خالی نہیں ہوا
- ☐ پیشاب کرنا شروع کرنے میں مشکل
- ☐ آپ کے پیشاب ختم کرنے کے بعد پیشاب کا قطرہ قطرہ ٹپکنا
- ☐ معمول سے زیادہ مرتبہ پیشاب کرنے کی ضرورت پڑنا، خاص طور پر رات کے وقت
- ☐ اچانک پیشاب کرنے کی ضرورت محسوس ہونا- بعض اوقات آپ کے ٹائلٹ تک پہنچنے سے پہلے پیشاب کا نکلنا۔

ممکن ہے کہ آپ میں یہ تمام علامات پیدا نہ ہوں، اور کچھ مردوں میں پراسٹیٹ کے بڑے ہونے سے بالکل علامات پیدا نہیں ہوتیں۔ یہ علامات دیگر وجوہات کی بنا پر بھی ہو سکتی ہیں، جیسے کہ سرد موسم، بے چینی، صحت کے دیگر مسائل، آپ کا طرز زندگی، اور کچھ ادویات۔

پراسٹیٹ کے بڑے ہو جانے کی علامات کا علاج کرنے کے کئی طریقے ہیں، جیسا کہ آپ جو کچھ پیتے ہیں اُس میں تبدیلی کرنا، ادویات، یا سرجری۔

پراسٹیٹائٹس کیا ہے؟

پراسٹیٹائٹس پراسٹیٹ میں کوئی انفیکشن یا سوجن ہوتی ہے۔ یہ کینسر ***نہیں*** ہے اور اس سے آپ کو پراسٹیٹ کینسر ہونے کا خطرہ نہیں بڑھتا۔ یہ کسی بھی عمر کے مردوں کو متاثر کر سکتا ہے لیکن یہ 30 سے 50 سال کی عمر کے مردوں میں سب سے زیادہ عام ہے۔



علامات ایک شخص سے دوسرے شخص میں مختلف ہو سکتی ہیں اور ان میں مندرجہ ذیل شامل ہو سکتی ہیں:

- [ ] آپ کے خصیوں، خصیوں اور مقعد کے درمیان کی جگہ، یا عضو تناسل کے سرے میں درد
- [ ] آپ کے پیٹ کے نچلے حصے، کمر یا پیٹھ میں درد
- [ ] پیشاب کرنے میں مشکل اور یہ احساس کہ آپ کا مثانہ صحیح طرح سے خالی نہیں ہوا
- [ ] معمول سے زیادہ مرتبہ یا فوری طور پر پیشاب کرنے کی ضرورت پڑنا
- [ ] پیشاب کرنے کے دوران یا بعد میں درد یا چبھن
- [ ] اس طرح کا احساس کہ جیسے آپ گولف کی گیند جیسی کسی چیز پر بیٹھے ہوئے ہیں
- [ ] جنسی فعل کے لیے کوئی خواہش نہ ہونا (جنسی جبلت کی کمی)
- [ ] عضو تناسل کو تنی ہوئی حالت میں لانے یا رکھنے میں مشکل، انزال کے دوران اور بعد میں درد یا جلن، اور جلد انزال ہونا – اگرچہ یہ کم عام ہیں۔

شدید پراسٹیٹائٹس بلند درجہ حرارت اور پسینہ آنے کا سبب بن سکتا ہے اور آپ کو ہسپتال جانے کی ضرورت پڑ سکتی ہے۔

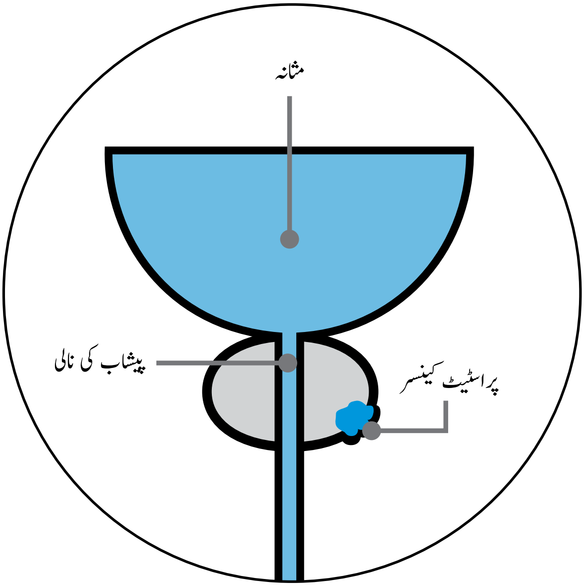
کچھ چیزیں پراسٹیٹائٹس سے نمٹنے یا اس کا علاج کرنے میں مدد دے سکتی ہیں، جن میں آرام کرنا، بہت زیادہ پانی پینا، اور ادویات لینا بھی شامل ہیں۔

پراسٹیٹ کینسر کیا ہے؟

یہ اُس وقت ہوتا ہے جب پراسٹیٹ میں کوئی گلٹی بننی شروع ہوتی ہے۔

پراسٹیٹ کینسر اکثر آہستہ آہستہ بڑھتا ہے اور ہو سکتا ہے کہ کبھی بھی کوئی مسائل پیدا نہ کرے۔ لیکن کچھ پراسٹیٹ کینسر زیادہ تیزی سے بڑھتا ہے۔ اس کا مسائل پیدا کرنے کا زیادہ امکان ہے اور اسے پھیلنے سے روکنے کے لیے علاج کی ضرورت ہوتی ہے۔

پراسٹیٹ کینسر کے لیے کئی علاج دستیاب ہیں۔ کچھ علاجوں کا مقصد کینسر سے چھٹکارا پانا ہوتا ہے۔ اگر کینسر سے چھٹکارا پانا ممکن نہیں ہے تو پھر ایسے علاج دستیاب ہیں جنھیں آپ اسے قابو میں رکھنے کے لیے استعمال کر سکتے ہیں۔



کیا پراسٹیٹ کینسر کی کوئی علامات ہوتی ہیں؟

ابتدائی پراسٹیٹ کینسر سے متاثرہ زیادہ تر مردوں میں کوئی علامات نہیں ہوتیں۔

لیکن کچھ مردوں کو پیشاب کرنا مشکل معلوم ہو سکتا ہے۔ آپ جس طریقے سے پیشاب کرتے ہیں اگر آپ اس میں تبدیلیاں دیکھتے ہیں (ملاحظہ کریں صفحہ 4) تو زیادہ امکان یہ ہے کہ یہ پراسٹیٹ کے بڑا ہو جانے یا صحت کے کسی اور مسئلے کی ایک علامت ہے۔ لیکن پھر بھی اپنے ڈاکٹر سے بات کرنا بہتر ہے۔

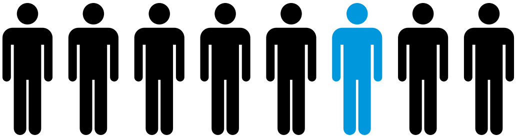
اگر پراسٹیٹ کینسر پراسٹیٹ سے باہر نکلتا ہے (مقامی طور پر بڑھا ہوا پراسٹیٹ کینسر) یا جسم کے دوسرے حصوں میں پھیلتا ہے (ترقی یافتہ پراسٹیٹ کینسر)، تو یہ دیگر علامات کا سبب بن سکتا ہے، بشمول:

- ☐ کمر، کولہوں یا پیڑو کے حلقے (پیلوس) میں درد
- ☐ عضو تناسل کو تنی ہوئی حالت میں لانے یا رکھنے میں مسائل
- ☐ پیشاب یا منی (سیمن) میں خون
- ☐ بغیر کسی وجہ کے وزن کا گھٹنا۔

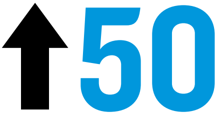
یہ علامات عام طور پر دیگر وجوہات سے پیدا ہوتی ہیں جو پراسٹیٹ کینسر نہیں ہیں۔ لیکن پھر بھی یہ بہتر ہو گا کہ آپ اپنے ڈاکٹر سے بات کریں تا کہ وہ معلوم کر سکیں کہ وہ کس وجہ سے پیدا ہو رہی ہیں اور آپ کے درست علاج کو یقینی بنا سکیں۔

کیا مجھے پراسٹیٹ کینسر کا خطرہ ہے؟

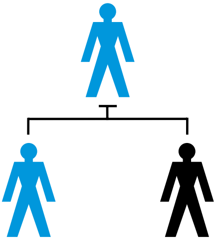
یو کے میں 8 مردوں میں سے 1 کو پراسٹیٹ کینسر ہو گا۔



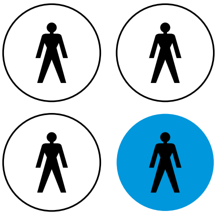
آپ کو پراسٹیٹ کینسر ہونے کا زیادہ امکان ہو سکتا ہے اگر:



آپ کی عمر 50 سال یا اس سے زائد ہے – اور جوں جوں آپ کی عمر بڑھتی ہے آپ کا خطرہ بڑھتا جاتا ہے۔



خاندانی ہسٹری اور جینز – اگر یہ آپ کے والد یا بھائی کو ہو چکا ہو تو آپ کو ہونے کا امکان ڈھائی گنا زیادہ ہو گا۔ آپ کا خطرہ اس وقت بھی زیادہ ہوتا ہے اگر آپ کی والدہ یا بہن کو چھاتی کا کینسر ہو چکا ہے۔



آپ ایک سیاہ فام شخص ہیں – سیاہ فام مردوں میں دوسرے مردوں کے مقابلے میں، اور کم عمر میں پراسٹیٹ کینسر ہونے کا امکان زیادہ ہوتا ہے۔ آپ کی عمر 45 سال سے زیادہ ہونے پر آپ کا خطرہ بڑھ سکتا ہے۔

کیا میں پراسٹیٹ کینسر کی روک تھام کر سکتا ہوں؟

کوئی نہیں جانتا کہ پراسٹیٹ کینسر کی روک تھام کیسے کی جائے، لیکن صحت مند وزن کا حامل ہونا اہم ہو سکتا ہے۔ زیادہ وزن کا حامل ہونا آپ کے لیے ایسے کینسر کے خطرے کو بڑھا سکتا ہے جو جارحانہ (پھیلنے کا غالب امکان) یا ترقی یافتہ (کینسر جو پراسٹیٹ سے باہر پھیل چکا ہے) ہو۔

اس کے بعد مجھے کیا کرنا چاہیے؟

اگر آپ ان تبدیلیوں میں سے کوئی بھی تبدیلی دیکھتے ہیں جن کے بارے میں ہم اس کتابچے میں بات کر رہے ہیں یا اگر آپ اپنے پراسٹیٹ کینسر کے خطرے کے بارے میں فکر مند ہیں تو اپنے ڈاکٹر سے ملیں۔ آپ 0800 074 8383 پر ہماری ماہر نرسوں کو بھی ٹیلیفون کر سکتے ہیں، اور کسی انٹرپریٹر کے ساتھ بات کرنے کی درخواست کر سکتے ہیں۔

پیشاب سے متعلقہ مسائل اکثر دیگر ایسی چیزوں کی وجہ سے ہوتے ہیں جو کینسر نہیں ہیں اور ان کے لیے علاج دستیاب ہیں جو مدد گار ہو سکتے ہیں۔ لیکن یہ اہم ہے کہ کسی بھی علامات کے بارے میں اپنے ڈاکٹر کے ساتھ بات کریں۔

پراسٹیٹ کینسر کے بارے میں ایک ٹی وی پروگرام دیکھنے کے بعد میں اپنے ڈاکٹر سے ملا اور سوچا کہ مجھے پراسٹیٹ کینسر کا خطرہ ہو سکتا ہے۔

ایک ذاتی تجربہ

اگر مجھ میں کوئی علامات نہیں ہیں تو پھر میں کیا کروں؟

آپ اپنی GP سے بات کرنا پسند کر سکتے ہیں اگر آپ کی عمر 50 سال سے زیادہ ہے (یا 45 سال سے زیادہ اگر آپ کی پراسٹیٹ کینسر کی کوئی خاندانی ہسٹری ہے یا آپ ایک سیاہ فام شخص ہیں)، اگرچہ آپ میں کوئی علامات نہ ہوں۔ یہ وہ تمام چیزیں ہیں جو پراسٹیٹ کینسر کے آپ کے خطرے کو بڑھا سکتی ہیں۔

اگر میرا کوئی ڈاکٹر نہیں ہے تو پھر میں کیا کروں؟

آپ اپنے قریب رہنے والے رشتہ داروں یا دوستوں سے پوچھ سکتے ہیں کہ وہ کس ڈاکٹر کے پاس جاتے ہیں۔ یا آپ مندرجہ ذیل ویب سائٹس پر اپنے نزدیک کوئی ڈاکٹر تلاش کر سکتے ہیں:

- **www.nhs.uk** انگلینڈ میں
- **www.nhsinform.scot** سکاٹ لینڈ میں
- **www.111.wales.nhs.uk** ویلز میں
- **www.hscni.net** شمالی آئرلینڈ میں۔

اگر آپ کا کوئی GP نہیں ہے تو آپ مفت غیر ایمرجنسی طبی مدد حاصل کرنے کے لیے NHS 111 کو بھی کال کر سکتے ہیں۔

اپنے ڈاکٹر کے پاس جانے کے متعلق فکر مند ہیں؟

کچھ مرد ٹیسٹ کروانے کے بارے میں پریشانی یا شرمندگی محسوس کرتے ہیں۔ لیکن یہ چیز آپ کو ڈاکٹر کے پاس جانے سے نہ روکے۔

یاد رکھیں، ان ٹیسٹوں سے آپ کے ڈاکٹر کو اس بارے میں بہترین اندازہ ہو جاتا ہے کہ کیا آپ کو کوئی ایسا مسئلہ ہے جسے علاج کی ضرورت ہے۔ جب آپ اپائنٹمنٹ طے کرتے ہیں تو کسی مرد ڈاکٹر سے ملنے کا مطالبہ کر سکتے ہیں۔

میرا ڈاکٹر کون سے ٹیسٹ کرے گا؟

آپ کا ڈاکٹر آپ سے پوچھے گا کہ کیا آپ میں کوئی علامات پائی جاتی ہیں اور یہ جاننے کے لیے کہ کیا آپ کو پراسٹیٹ کا مسئلہ ہے کچھ ٹیسٹ کرے گا۔

ڈائری
آپ کا ڈاکٹر آپ سے کچھ دنوں کے لیے ایک ڈائری رکھنے کے لیے کہہ سکتا ہے یہ پیمائش کرنے کے لیے کہ آپ کتنی شراب نوشی کرتے ہیں۔ یہ اس چیز کو دیکھنے کے لیے کہ آپ کی علامات کی وجہ کیا ہو سکتی ہے۔
آپ کے دوسرے ٹیسٹ بھی ہو سکتے ہیں۔

پیشاب کا ٹیسٹ
آپ کا ڈاکٹر خون یا انفیکشن کی جانچ کرنے کے لیے جو آپ کے مسائل کی وجہ ہو سکتی ہے آپ سے پیشاب کا ایک نمونہ طلب کر سکتا ہے۔

خون کا ٹیسٹ
آپ کا ڈاکٹر آپ کے خون میں پراسٹیٹ سپیسفک اینٹی جن (PSA) (prostate specific androgen) کی مقدار معلوم کرنے کے لیے خون کا ایک ٹیسٹ کر سکتا ہے۔ PSA پراسٹیٹ میں بنتا ہے۔ اگر آپ کے PSA کی سطح بلند ہے تو ہو سکتا ہے کہ آپ کے پراسٹیٹ میں کوئی مسئلہ ہو۔

اگر آپ کی عمر 50 سال سے زائد ہے اور آپ نے اپنے ڈاکٹر یا نرس سے فوائد اور نقصانات کی بات کر لی ہے تو آپ کو PSA کے لیے خون کے ٹیسٹ کا حق حاصل ہے۔

جسمانی معائنہ
آپ کا ڈاکٹر آپ کے مقعد کے راستے سے آپ کے پراسٹیٹ کو محسوس کرنے کے لیے پوچھ سکتا ہے۔ اسے ڈیجیٹل ریکٹل ایگزامینیشن (DRE) (digital rectal examination) کہتے ہیں۔ کچھ مرد اسے تکلیف دہ یا باعث شرمندگی محسوس کرتے ہیں لیکن عام طور پر یہ تکلیف دہ نہیں ہوتا ہے۔ تاہم، آپ کو DRE کرانا ضروری نہیں ہے۔ آپ صرف PSA ٹیسٹ کرانے کا فیصلہ کر سکتے ہیں۔ آپ کا ڈاکٹر آپ کے پیٹ کے حصے اور عضو تناسل کا معائنہ بھی کر سکتا ہے۔

ایک ذاتی کہانی

ایلی کی عمر 59 سال تھی جب اُس کے پراسٹیٹ کینسر کی تشخیص ہوئی:

"جب میرا ڈیجیٹل ریکٹل ایگزامینیشن (digital rectal examination) (DRE) ہوا تو میں نے سوچا – تکلیف کے چند سیکنڈ ہیں جو میں برداشت کر سکتا ہوں۔ یہ ایسی بات ہے جو میں ہمیشہ لوگوں سے کہتا ہوں- جی ہاں، یہ تکلیف دہ ہے اور یہ بہت اچھا نہیں ہے لیکن اگر یہ آپ کی زندگی بچا سکتا ہے، تو چند سیکنڈ کے لیے اسے برداشت کر لیں۔ بہت زیادہ شرمندگی محسوس نہ کریں۔"

میں مزید معلومات کہاں سے حاصل کر سکتا ہوں؟

ہماری ماہر نرسیں آپ کو ٹیلیفون پر ایک انٹرپریٹر کے ذریعے آپ کی اپنی زبان میں مدد فراہم کر سکتی ہیں۔ بس 0800 074 8383 پر ٹیلیفون کریں اور انگریزی میں وہ زبان بتائیں جو آپ استعمال کرنا چاہتے ہیں۔

آپ اپنے خاندان کے کسی فرد یا دوست کو بھی کہہ سکتے ہیں کہ وہ ہمیں ٹیلیفون کرے اور وہ آپ کے لیے بات چیت شروع کر سکتے ہیں۔ ایک انٹرپریٹر کے ساتھ آپ کا رابطہ قائم کرنے میں صرف چند منٹ لگتے ہیں۔

وہ تمام سوالات پوچھیں جو آپ کو پوچھنے کی ضرورت ہے، یا صرف بات چیت کریں – ہماری ماہر نرسیں آپ کے لیے یہاں موجود ہیں۔ ہم پارٹنرز، خاندان کے افراد اور دوستوں سے بھی بات کر سکتے ہیں۔

آپ پراسٹیٹ کے مسائل، علاج اور پراسٹیٹ کے ساتھ زندگی گزارنے کے متعلق اردو میں مزید معلومات کے لنک ہماری ویب سائٹ **www.prostatecanceruk.org/other-languages** پر بھی ملاحظہ کر سکتے ہیں

Prostate Cancer UK کے بارے میں

Prostate Cancer UK کا ایک سادہ مقصد ہے: مردوں کے پراسٹیٹ کینسر سے ہلاک ہونے کی روک تھام کرنا – حفظ ما تقدم، تشخیص، علاج اور معاونت میں بہتری لا کر۔

Prostate Cancer UK میں ہم پراسٹیٹ کی بیماریوں کے بارے میں تازہ ترین، غیر جانبدارانہ اور درست حقائق فراہم کرنے میں بہت احتیاط کرتے ہیں۔ ہم امید کرتے ہیں کہ آپ کو جو طبی مشاورت موصول ہو چکی ہے یہ حقائق اس میں اضافہ کریں گے اور آپ کو فیصلے کرنے میں مدد دیں گے۔ ہماری سروسز کا مقصد آپ کے ڈاکٹر کی مشاورت کی جگہ لینا نہیں ہے۔

ہم سے اپنی زبان میں سوالات کریں

کیا آپ کسی پراسٹیٹ کے مسئلے یا پراسٹیٹ کینسر کی اپنی تشخیص کے بارے میں فکر مند ہیں؟ ہماری ماہر نرسیں آپ کو ٹیلیفون پر ایک انٹرپریٹر کے ذریعے آپ کی اپنی زبان میں مدد فراہم کر سکتی ہیں۔
ہم 200 سے زیادہ زبانوں میں آپ کی مدد کر سکتے ہیں۔

بس 0800 074 8383 پر ٹیلیفون کریں اور انگریزی میں وہ زبان بتائیں جو آپ استعمال کرنا چاہتے ہیں۔

آپ اپنے خاندان کے کسی فرد یا دوست کو بھی کہہ سکتے ہیں کہ وہ ہمیں ٹیلیفون کرے اور وہ آپ کے لیے بات چیت شروع کر سکتے ہیں۔ ایک انٹرپریٹر کے ساتھ آپ کا رابطہ قائم کرنے میں صرف چند منٹ لگتے ہیں۔

ہم پارٹنرز، خاندان کے افراد اور دوستوں سے بھی بات کر سکتے ہیں۔

ہماری ماہر نرسوں سے بات کریں

***0800 074 8383**

prostatecanceruk.org

Trusted Information Creator

Patient Information Forum

Facebook پر ہمیں پسند کریں: **Prostate Cancer UK**

Twitter پر ہمیں فالو کریں: **@ProstateUK**

© Prostate Cancer UK جنوری 2023

نظر ثانی جنوری 2026 میں کی جائے گی

ہماری ماہر نرسوں کو ٹیلیفون کریں، سوموار سے جمعہ تک صبح 9 بجے سے شام 5 بجے تک، بدھ صبح 10 بجے سے رات 5 بجے تک

* ٹیلیفون کالوں کو صرف تربیت کے مقاصد کے لیے ریکارڈ کیا جاتا ہے۔
ٹیلیفون کرنے والوں اور Prostate Cancer UK کے درمیان رازداری کو برقرار رکھا جاتا ہے۔

Prostate Cancer UK انگلینڈ اور ویلز (1005541) اور سکاٹ لینڈ (SC039332) میں ایک رجسٹرڈ چیریٹی ہے۔ رجسٹرڈ کمپنی نمبر 02653887۔

FSC www.fsc.org MIX Paper from responsible sources FSC® C005739

FYP-URD/JUN23 6688