यदि आपकी आयु **50 से 74** के **बीच साल है**, तो जब आपको ऑस्ट्रेलिया की सरकार से डाक में बाउल किट (आंत परीक्षण सामग्री) मिले:

तो इस टेस्ट को पूरा करें

यदि आपकी आयु 50 से 74 साल के बीच है और आपको डाक द्वारा नि:शुल्क किट नहीं मिलती है:

तो नेशनल बाउल कैंसर स्क्रीनिंग प्रोग्राम (National Bowel Cancer Screening Program) को 1800 118 868 पर फोन करके पूछें कि आपको नि:शुल्क किट कब मिलेगी या फिर अपने डॉक्टर को पूछें कि टेस्ट किट कैसे प्राप्त करनी है।

क्या आपको पक्का पता नहीं है कि क्या आपको कोई लक्षण है या आपके परिवार में बाउल कैंसर से ग्रस्त होने की घटनाएँ होती रही हैं?

अपने डॉक्टर से मिलें या Cancer Council Victoria को 13 11 20 पर संपर्क करें या www.cancervic.org.au देखें

कैंसर संबंधी जानकारी और समर्थन के लिए Cancer Council Victoria से **13 11 20** या **www.cancervic.org.au** पर संपर्क करें

अपनी भाषा में कैंसर संबंधी जानकारी के लिए **13 14 50** पर फोन करें और Cancer Council Victoria से बात करने का निवेदन करें

Cancer Council Victoria इस पुस्तिका में अपनी कलाकृतियों का प्रयोग करने के लिए निम्नलिखित का आभार प्रकट करती है:
चित्र: Julie Haysom
कलाकृति (विवरण): Dixon Patten Jnr– Yorta Yorta और Gunnai
www.cancervic.org.au/dixon-patten

हम विक्टोरिया में प्रयोग के लिए अपनी पुस्तिका का रूपांतर करने की अनुमति देने के लिए WA Health का भी धन्यवाद करना चाहेंगे।

April 2019

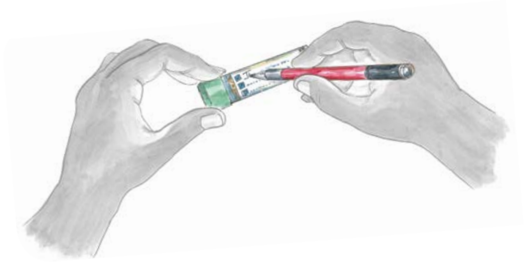
Finding bowel cancer early can save your life - Hindi

Cancer Council

बाउल कैंसर (आँत के कैंसर) का पता शुरूआत में ही लगाने से आपकी जान बच सकती है।

भले ही आप स्वस्थ महसूस करते/करती हों और आपको कोई लक्षण न हों, तो भी आपको इस नि:शुल्क टेस्ट के साथ बाउल कैंसर की जाँच करनी चाहिए

1 किसी एक क्लेकशन ट्यूब के लेबल पर अपना नाम, जन्म तिथि और नमूना लिए जाने की तिथि लिखें



2 पहला नमूना लेने के की तैयारी करें

पेशाब करें और टॉयलेट फ्लश करें।

पेपर टॉयलेट लाइनर को टॉयलेट बाउल में डालें (यदि पेपर गीला हो जाता है तो कोई बात नहीं, इसे फ्लश किया जा सकता है)।

3 पहला नमूना क्लेक्ट करें

पेपर में मल-त्याग करें।

ट्यूब खोलें और स्टिक के ऊपरी भाग को मल पर लगाएँ।

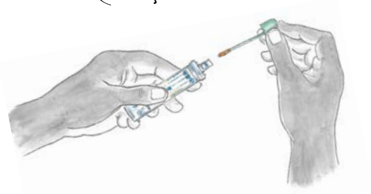
छोटा नमूना लें। चावल के दाने से छोटा आकार लेना ठीक रहता है।

4 पहला नमूना संभाल कर रखें

स्टिक बैग क्लेकशन ट्यूब में डालें और ढक्कन क्लिक करके बंद कर दें। ट्यूब को ऊपर नीचे हिलाएँ।

पहली कलेक्शन ट्यूब फ्रिज में रखें।

इसे फ्रीज़ न करें।



5 अगली बार मल-त्याग करते समय दूसरा नमूना लेने के लिए दूसरी स्टिक का प्रयोग करें

दूसरा नमूना लेने के लिए 1 से 4 चरण दोहराएँ।

दूसरा नमूना जितनी जल्दी हो सके, कलेक्ट कर लिया जाना चाहिए।

6 सहभागी विवरण फॉर्म भरें या इसे भरने में मदद लें

सहभागी विवरण फॉर्म और दो कलेक्शन ट्यूब (सील किए गए जिप लॉक बैग में) रिप्लाई पेड लिफाफे में डालें। लिफाफा डाक से भेजें।

आपको अपना परिणाम कुछ सप्ताहों में मिल जाएगा

➕ **रक्त पाया गया**
और अधिक टेस्ट कराने के लिए अपने डॉक्टर से मिलें।

इसका यह अर्थ नहीं है कि आपको कैंसर है।

➖ **रक्त नहीं पाया गया**
2 साल बाद फिर ऐट-होम बाउल किट टेस्ट करें।