

ਮੇਰਾ ਦੁਖਦਾ ਗਲਾ  
ਠੀਕ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੋ  
ਰਿਹਾ ਸੀ - ਮੈਨੂੰ ਖੁਸ਼ੀ  
ਹੈ ਕਿ ਮੈਂ ਆਪਣੇ  
ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਵਿਖਾਇਆ

**WE ARE  
MACMILLAN.  
CANCER SUPPORT**

ਕਦੇ ਕਦੇ ਸਾਨੂੰ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਚਿੰਤਾ ਸਤਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਅਜੇਹੇ ਲੱਛਣ ਹਨ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਬਿਹਤਰ ਹੋਵੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਛੇਤੀ ਤੋਂ ਛੇਤੀ ਮਿਲੋ ਅਤੇ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਓ।

ਹਾਲਾਂਕਿ ਇਹ ਕੈਂਸਰ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨਹੀਂ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ, ਪਰ ਇਹ ਮੂੰਹ, ਗਲੇ ਅਤੇ ਥੁੱਕ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲੀ ਗ਼ੈਬੀ ਸਮੇਤ ਸਿਰ ਅਤੇ ਗਰਦਨ ਦੇ ਕਈ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿਚ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸਿਰ ਅਤੇ ਗਲੇ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਕੁਝ ਆਮ ਲੱਛਣ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਹਨ। ਇਹ ਸਭ ਲੱਛਣ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਵਾ ਦੂਜੀਆਂ ਤਕਲੀਫਾਂ ਦੇ ਕਰਕੇ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

- ਮੂੰਹ ਵਿਚ ਰਸੋਈ ਜੋ ਕੁਝ ਹਫਤਿਆਂ ਵਿਚ ਠੀਕ ਨਾ ਹੋਵੇ
- ਨਿਗਲਣ ਵਿਚ ਕਠਨਾਈ, ਜਾਂ ਚਬਾਉਣ ਜਾਂ ਨਿਗਲਣ ਵੇਲੇ ਦਰਦ
- ਬੈਠੀ ਆਵਾਜ਼ ਜਾਂ ਬੋਲਣ ਵਿਚ ਕਠਨਾਈ
- ਲਗਾਤਾਰ ਸ਼ੋਰ ਨਾਲ ਸਾਹ ਲੈਣਾ
- ਲਗਾਤਾਰ ਦੁਖਦਾ ਗਲਾ
- ਇੱਕ ਪਾਸੇ ਕੰਨ ਦਾ ਦਰਦ
- ਮੂੰਹ ਜਾਂ ਗਰਦਨ ਵਿਚ ਸੋਜਸ਼ ਜਾਂ ਗਿਲਟੀ
- ਮੂੰਹ ਵਿਚ ਜਾਂ ਹੇਠਾਂ ਉੱਪਰ ਸੁੰਨ ਹੋਣ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ
- ਬਿਨਾ ਕਾਰਨ ਕੋਈ ਦੰਦ ਢਿੱਲਾ ਹੋ ਜਾਣਾ
- ਲਗਾਤਾਰ ਨੱਕ ਬੰਦ ਰਹਿਣਾ
- ਨੱਕ ਵਿਚੋਂ ਵਾਰ ਵਾਰ ਲਹੂ ਨਿਕਲਣਾ
- ਕੰਨ ਵਿਚ ਛਣਕਾਰ ਜਾਂ ਸੁਣਨ ਵਿਚ ਕਠਨਾਈ।

ਯਾਦ ਰੱਖੋ, ਜਿੰਨਾਂ ਛੇਤੀ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਪਤਾ ਚਲੇਗਾ,  
ਇਲਾਜ ਦੇ ਕਾਮਯਾਬ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਉਨੀ  
ਹੀ ਵੱਧ ਹੋਵੇਗੀ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਗੱਲ  
ਕਰਨਾ ਚਾਹੋ ਤਾਂ ਮੈਕਮਿਲਨ ਨੂੰ **0808 808 00 00** ਨੰਬਰ ਤੇ  
ਫੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ ਇਸ ਵੈਬਸਾਈਟ ਤੇ ਜਾਓ: **macmillan.org.uk**

ਮੈਕਮਿਲਨ ਕੈਂਸਰ ਸੱਪੋਰਟ, 2012. ਪਹਿਲਾ ਸੰਸਕਰਣ। MAC13693\_HEAD AND NECK\_PUNJABI.  
ਅਗਲੀ ਯੋਜਨਾਬੱਧ ਸਮੀਖਿਆ 2014. ਇੰਗਲੈਂਡ ਅਤੇ ਵੇਲਜ਼ (261017), ਸਕਾਟਲੈਂਡ (SC039907)  
ਅਤੇ ਆਇਲ ਆਫ ਮੈਨ (604) ਵਿਚ ਰਜਿਸਟਰਡ ਚੈਰਿਟੀ ਹੈ। ਕਾਇਮ ਰੱਖਣ ਯੋਗ ਸਮੱਗਰੀ ਤੇ ਛਾਪਿਆ  
ਗਿਆ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਰੀਸਾਈਕਲ ਕਰੋ।



**MY SORE  
THROAT JUST  
WASN'T  
GETTING  
BETTER – I'M  
GLAD I WENT  
TO MY GP**

**WE ARE  
MACMILLAN.  
CANCER SUPPORT**

We all worry about our health at times. If you have a symptom that's been bothering you, it's best to visit your GP as early as possible to get it checked out.

Although it's not common, cancer can occur in a number of areas in the head and neck, including the mouth, throat, nose or salivary gland.

## Here are some of the most common symptoms of head and neck cancers. All these symptoms may also be caused by conditions other than cancer.

- An ulcer in the mouth that doesn't heal within a few weeks
- Difficulty in swallowing, or pain when chewing or swallowing
- A hoarse voice or trouble speaking
- Persistent noisy breathing
- A constant sore throat
- An earache affecting one side
- A swelling or lump in the mouth or neck
- A numb feeling in the mouth or on the lips
- An unexplained loose tooth
- A persistent blocked nose
- Recurrent nosebleeds
- Ringing in the ear or difficulty hearing.

**Remember, the earlier a cancer is found the more likely it is that treatment will be successful.**

If you need support or just want someone to talk to, call Macmillan free on **0808 808 00 00** or visit **macmillan.org.uk**

© Macmillan Cancer Support, 2012. 1st edition. MAC13693\_HEAD AND NECK\_PUNJABI.  
Next planned review 2014. Registered charity in England and Wales (261017), Scotland (SC039907) and the Isle of Man (604). Printed using sustainable material. Please recycle.

