

WE ARE  
MACMILLAN.  
CANCER SUPPORT

‘ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੀ ਜੀਭ ਦੇ ਹੇਠਾਂ  
ਕੁਝ ਫੋੜਿਆਂ (ਅਲਸਰਾਂ)  
ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲੱਗਿਆ। ਜਦੋਂ  
ਉਹ ਠੀਕ ਨਾ ਹੋਏ ਤਾਂ ਮੈਂ  
GP ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਗਿਆ/ਗਈ।’

Christine



## ਮੂੰਹ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਲੱਛਣ

UK ਵਿੱਚ ਹਰ ਸਾਲ 6,400 ਤੋਂ ਵੱਧ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮੂੰਹ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ 50 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਵਾਲੇ ਪੁਰਸ਼ਾਂ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਆਮ ਹੈ। ਸਿਗਰਟ ਪੀਣ, ਸ਼ਰਾਬ ਦਾ ਸੇਵਨ ਕਰਨ ਅਤੇ ਪਾਨ ਜਾਂ ਤਮਾਕੂ ਚਬਾਉਣ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੂੰਹ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦਾ ਜੋਖਮ ਵੱਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਜਾਣਨਾ ਕਿ ਕਿਹੜੀਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਨੂੰ ਦੇਖਣਾ ਹੈ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਡੈਂਟਿਸਟ (ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ) ਨੂੰ ਕਦੋਂ ਦਿਖਾਉਣਾ ਹੈ, ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਫਰਕ ਲਿਆ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਲੱਛਣ ਹਨ ਤਾਂ ਡਰੋ ਨਾ – ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਓ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਲੱਛਣ ਤਿੰਨ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਤਕ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ (ਡੈਂਟਿਸਟ) ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲੋ:

- ਤੁਹਾਡੇ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਫੋੜਾ ਜੋ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਲਾਲ ਜਾਂ ਚਿੱਟੇ ਧੱਬੇ।
- ਜੀਭ, ਮੂੰਹ ਜਾਂ ਗਲੇ ਦਾ ਦੁਖਣਾ ਜੋ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਮੂੰਹ ਜਾਂ ਗਰਦਨ ਵਿੱਚ ਸੋਜਿਸ਼ ਜਾਂ ਗੰਢ ਹੋਣੀ।
- ਬੈਠੀ ਹੋਈ ਆਵਾਜ਼ ਜਾਂ ਅਵਾਜ਼ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਤਬਦੀਲੀਆਂ।
- ਨਿਗਲਣ ਜਾਂ ਚਬਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਿਲ।
- ਅਜਿਹਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਫਸਿਆ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੀ ਜੀਭ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਮੂੰਹ ਦੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਹਿੱਸੇ ਦਾ ਸੁੰਨ ਹੋਣਾ।
- ਬਗ਼ੈਰ ਕਿਸੇ ਕਾਰਨ ਤੋਂ ਇੱਕ ਜਾਂ ਵੱਧ ਦੰਦਾਂ ਦਾ ਹਿੱਲਣਾ।

ਇਹ ਲੱਛਣ ਅਕਸਰ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਦੂਜੇ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਵੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਆਪਣੇ ਰੋਗ ਦੀ ਪਛਾਣ ਆਪ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਨਾ ਕਰੋ – ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਓ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਹੈ, ਤਾਂ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਇਸ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਉੰਨੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੰਭਾਵਨਾ ਇਸ ਦੇ ਸਫਲਤਾਪੂਰਵਕ ਇਲਾਜ ਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾ ਕੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਡੈਂਟਿਸਟ ਦਾ ਸਮਾਂ ਜ਼ਾਇਆ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ।

ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉੰਨੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਇਸਦੇ ਠੀਕ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਜਾਂ ਬਸ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਹੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਮੈਕਮਿਲਨ (Macmillan) ਨੂੰ **0808 808 00 00** ਤੇ ਮੁਫਤ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ **macmillan.org.uk** ਤੇ ਜਾਓ।

© ਮੈਕਮਿਲਨ ਕੈਂਸਰ ਸਪੋਰਟ (Macmillan Cancer Support), ਜੁਲਾਈ 2014। ਪਹਿਲਾ ਸੰਸਕਰਨ। MAC13693\_MOUTH\_PUNJABI. ਅਗਲੀ ਯੋਜਨਾਬਧ ਸਮੀਖਿਆ 2017. ਮੈਕਮਿਲਨ ਕੈਂਸਰ ਸਪੋਰਟ (Macmillan Cancer Support), ਇੰਗਲੈਂਡ ਅਤੇ ਵੇਲਜ਼ (261017), ਸਕਾਟਲੈਂਡ (SC039907), ਅਤੇ ਆਇਰ ਆਫ ਮੈਨ (604) ਵਿੱਚ ਰਜਿਸਟਰਡ ਚੈਰਿਟੀ ਹੈ। ਟਿਕਾਉ ਸੰਮਗਰੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਛਾਪਿਆ ਗਿਆ। ਬਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਮੁੜ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।

