

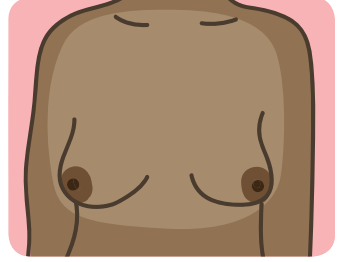
اپنی چھاتیوں کو چھوئیں (TOUCH) کیا آپ کچھ نیا یا غیر معمولی محسوس کر سکتے ہیں؟

تبدیلیاں تلاش کریں (LOOK) کیا کچھ مختلف نظر آتا ہے؟

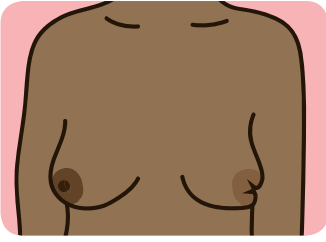
اپنے جی پی کے ساتھ کسی قسم کی تبدیلیاں چیک کریں (CHECK)

قطع نظر آپ کی چھاتیوں کا سائز یا شکل کیا ہے، ان کو باقاعدگی سے چیک کرتے رہیں۔

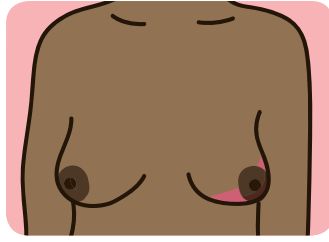
اپنی چھاتیوں کے سارے حصوں، اپنی بغلوں سے اپنی کا لریون (چھاتی کا اوپر والا حصہ) تک تبدیلیوں کے لیے چیک کریں۔



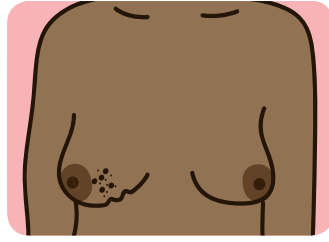
چھاتی کے کینسر کی عمومی علامات میں شامل ہیں...



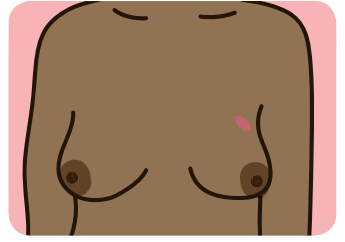
نپل کی تبدیلی، مثال کے طور پر یہ (الٹا) اندر دھنس جائے



چھاتی کے رنگ میں تبدیلی - چھاتی سرخ یا سوجن زدہ لگ سکتی ہے



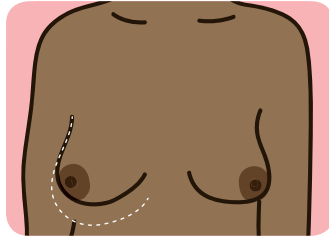
جلد میں تبدیلی، جیسے جھریاں یا ڈمپلنگ یعنی گڑھا



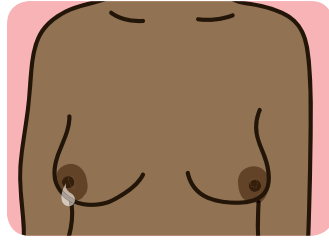
چھاتی، سینے کے اوپر والے حصے یا بغل میں گلٹی یا سوجن

چھاتی کا درد

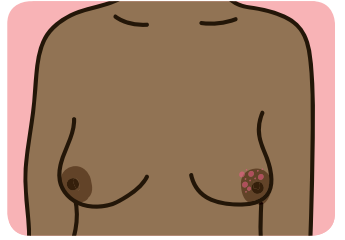
آپ کی چھاتی میں درد عام طور پر سرطان کی علامت نہیں ہے۔ لیکن اپنی چھاتی یا بغل میں درد کے لئے دیکھو کہ وہاں پر وقت یا تقریباً ہر وقت رہتا ہے۔



چھاتی کے سائز یا شکل میں تبدیلیاں



کسی بھی نپل سے غیر معمولی مادے کا نکلنا



نپل کے ارد گرد داغ یا چھلکا

BREAST
CANCER
NOW The research
& care charity

TOUCH
LOOK
CHECK™