

Signs and Symptoms animation script

ਸੰਕੇਤ ਅਤੇ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਐਨੀਮੇਸ਼ਨ ਸਕ੍ਰਿਪਟ

This has been translated into generic Punjabi.

ENGLISH	Generic PUNJABI
Knowing the symptoms of cancer can help people get diagnosed as soon as possible. And for most cancers, treatment is more likely to be effective if the cancer is found early.	ਕੈਂਸਰ ਦੀਆਂ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲਗਣ ਨਾਲ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜਲਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਤਰ ਕੈਂਸਰਾਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲਗਣ ਨਾਲ ਇਲਾਜ ਚੰਗਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ।
Different types of cancer have different signs and symptoms. The signs and symptoms can vary from person to person, even if they have the same type of cancer.	ਕੈਂਸਰ ਦੀਆਂ ਵੱਖਰੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਦੀਆਂ ਵੱਖੋ-ਵੱਖਰੀਆਂ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਭਾਵੇਂ ਇੱਕੋ ਹੀ ਕਿਸਮ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਹੋਵੇ, ਫਿਰ ਵੀ ਵੱਖੋ-ਵੱਖਰੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੀਆਂ ਵੱਖਰੀਆਂ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।
A symptom is a change in how you feel or how your body works. If you have any symptoms, there are 3 important things to think about:	ਇੱਕ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਇਹ ਦਸਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਸਰੀਰ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤਿੰਨ ਗੱਲਾਂ ਉੱਤੇ ਵਿਚਾਰ ਜ਼ਰੂਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ।
1. Is the symptom unusual? – this means a change in your body that’s not normal for you. Perhaps a mole on your skin has changed, you have a new lump on your body, or you find blood in your pee or poo.	੧. ਕੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਅਜੀਬ ਹਨ? - ਭਾਵ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹਾ ਬਦਲਾਅ ਹੋਇਆ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਆਮ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਸ਼ਾਇਦ ਤੁਹਾਡੀ ਚਮੜੀ ਉੱਤੇ ਇੱਕ ਤਿਲ ਬਦਲ ਗਿਆ ਹੈ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਤੇ ਇੱਕ ਉਭਰਿਆ ਮਾਸ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਪਿਸ਼ਾਬ ਜਾਂ ਮੱਲ ਵਿੱਚ ਖੂਨ ਆਉਂਦਾ ਹੈ।
2. Is the symptom ongoing? – this means a symptom that lasts for more than a few weeks, such as a cough. Or it might be a symptom that keeps coming back, like watery poo.	੨. ਕੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਹਨ? ਭਾਵ ਇੱਕ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਕੁਝ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਲਈ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਖੰਘ ਜਾਂ ਬਾਰ ਬਾਰ ਜੁਲਾਬ ਆਉਣੇ।
3. Is the symptom unexplained? - this is a symptom that has	੩. ਕੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਸਮਝ ਤੋਂ ਪਰੇ ਹੈ ਜਾਂ ਇਸਦਾ ਕੋਈ ਸਾਫ ਮਤਲਬ ਨਹੀਂ ਹੈ ? ਜਿਵੇਂ ਕਿ, ਤੁਸੀਂ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ

<p>no obvious or clear cause. For example, you may find you get very tired for no reason. Or are losing a lot of weight even though you aren't trying to.</p>	<p>ਕਾਰਣ ਦੇ ਬਹੁਤ ਜਿਆਦਾ ਥੱਕ ਜਾਂਦੇ ਹੋ। ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਭਾਰ ਬਹੁਤ ਜਿਆਦਾ ਘੱਟ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਹਾਲਾਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਇਹ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਨਹੀਂ ਹੈ।</p>
<p>It can sometimes be hard to book an appointment with your local doctor, or GP. You may need to call them more than once, but keep trying until you get one. You can say you're worried the symptoms might be cancer and can also ask for a longer appointment if you feel you need it.</p>	<p>ਕਈ ਵਾਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਵਿੱਚ ਬਾਰ ਬਾਰ ਫੋਨ ਕਰਨੇ ਪੈਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਚਿਰ ਉਹ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ। ਤੁਸੀਂ ਫਿਕਰ ਵਿੱਚ ਕਿਹ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਇਹ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਕੈਂਸਰ ਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਵਾਸਤੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।</p>
<p>When you make your appointment, tell the receptionist if you have any extra needs, such as an interpreter. If you prefer, you can ask for a male or a female GP, but it might not always be possible.</p>	<p>ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਮਿਲਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਵਾਧੂ ਲੋੜਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਬੋਲੀ ਸਮਝਣ ਵਾਲਾ (ਬਾਠੂ) ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਮਰਦ ਜਾਂ ਔਰਤ ਡਾਕਟਰ ਬਾਰੇ ਵੀ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਪਰ ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਕਿ ਹਰ ਬਾਰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।</p>
<p>It's important to get the symptoms checked even if you find it embarrassing. Your GP is there to help you. If you want to, it's fine to take another person with you for support.</p>	<p>ਨਿਸ਼ਾਨੀਆ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਭਾਵੇਂ ਇਸ ਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ਰਮ ਲੱਗੇ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਸਹਾਇਤਾ ਵਾਸਤੇ ਹੋਰ ਨੂੰ ਵੀ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲੈ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।</p>
<p>You're not wasting your GP's time by getting your symptoms checked, even if you have to go back a second time. If you want a second opinion from a GP, you can ask to see a different one.</p>	<p>ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾ ਕੇ ਡਾਕਟਰ ਦਾ ਸਮਾਂ ਬਰਬਾਦ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੂਜੀ ਵਾਰ ਵੀ ਜਾਣਾ ਪਵੇ। ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਰਾਏ ਬਾਰੇ ਮੰਗ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।</p>
<p>Most symptoms can be caused by things that are not cancer. But if you have any symptoms that are new or unusual for you, you should see your GP as soon as possible. If you are still worried after seeing your GP, you can ask for another appointment.</p>	<p>ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਉਹਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਕਰਕੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੋ ਕੈਂਸਰ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਪਰ ਜੇ ਕੋਈ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਵੀਆਂ ਜਾਂ ਅਜੀਬ ਲਗਦੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲੋ। ਜੇ ਫਿਰ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚਿੰਤਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸੁਬਾਰਾ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।</p>

Remember, if you have any symptoms that are unusual, ongoing or unexplained, talk to your GP.	ਯਾਦ ਰੱਖੋ, ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜੀਬ ਜਾਂ ਬਾਰ ਬਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀਆਂ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲੋ ।
---	--

At Macmillan we do whatever it takes to support people living with cancer. Ask us if you need any information in your language or in a different format.	ਮੈਕਮਿਲਨ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਤਸੱਲੀ ਨਾਲ ਕਰਨ ਦੀ ਪੂਰੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ । ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਹੋਰ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਜਾਣਕਾਰੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ।
For information, support or just someone to talk to, call 0808 808 0000 or visit macmillan.org.uk	ਜਾਣਕਾਰੀ, ਸਹਾਇਤਾ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ, 0808 808 0000 ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ macmillan.org.uk ਤੇ ਜਾਓ

Please also translate these words that appear on-screen:

Unusual	ਵੱਖਰੇ
Ongoing	ਸਦਾ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ
Unexplained	ਨਾ ਪਤਾ ਲਗਣਾ
Doctor	ਡਾਕਟਰ
You are 4 th in the queue	ਕਤਾਰ ਵਿੱਚ ਚੌਥੇ ਨੰਬਰ ਤੇ