

ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਵੈਬਿਨਾਰ

ਸਿਹਤ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਜਾਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ

What You Need to Know about Health Screening

Age Group	ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਟੀਚੇ	Goals of Care
80 ਤੋਂ 100 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ 80 to 100 years old	<ul style="list-style-type: none"> ਘਰ ਵਿੱਚ ਬੁਢਾਪਾ ਮਾਣ ਅਤੇ ਕਾਰਜਾਤਮਕ ਸੁਤੰਤਰਤਾ ਨਾਲ ਬੁਢਾਪਾ 	<ul style="list-style-type: none"> Age at home Age with dignity and functional independence
70 ਤੋਂ 80 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ 70 to 80 years old	<ul style="list-style-type: none"> ਆਪਣੇ ਸੁਨਹਿਰੀ ਸਾਲਾਂ ਦਾ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲਾਭ ਉਠਾਉਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਣਾ! ਰਿਟਾਇਰਮੈਂਟ, ਯਾਤਰਾ, ਪੋਤੇ-ਪੋਤੀਆਂ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਪੜਾਅ ਲਈ ਇੱਕ ਚੰਗੀ ਨੀਂਹ ਅਤੇ "ਸਿਹਤ ਵਿਰਾਸਤ" ਸੈਟ ਕਰੋ ਅੱਜ ਦੀ ਡਾਕਟਰੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਨਾਲ, ਇਹ ਦਹਾਕਾ "ਲਾਭਦਾਇਕ" ਅਤੇ "ਜੀਉਣ ਲਈ ਮਜ਼ੇਦਾਰ" ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ! 	<ul style="list-style-type: none"> Being able to make the most out of your golden years! Retirement, travel, grandchildren Set a good foundation and "health legacy" for the upcoming stage of your life With today's medical care, this decade should be "rewarding" and "fun to live"!
60 ਤੋਂ 70 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ 60 to 70 years old	<ul style="list-style-type: none"> ਕੈਂਸਰ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਅਤੇ ਰੋਕਥਾਮ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਅਤੇ ਪ੍ਰਬੰਧਨ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਨਾੜੀ ਸੁਰੱਖਿਆ) ਮਾਨਸਿਕ ਲਚਕਤਾ 	<ul style="list-style-type: none"> Cancer screening and prevention Chronic disease prevention and management (e.g. vascular protection) Mental resilience
50 ਤੋਂ 60 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ 50 to 60 years old	<ul style="list-style-type: none"> ਕੈਂਸਰ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਅਤੇ ਰੋਕਥਾਮ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ, ਨਿਦਾਨ ਅਤੇ ਪ੍ਰਬੰਧਨ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਨਾੜੀ ਸੁਰੱਖਿਆ) ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ: "ਸੰਤੁਲਨ" - ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸਮਾਂ, ਥਾਂ, ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ 	<ul style="list-style-type: none"> Cancer screening and prevention Chronic disease prevention, diagnosis and management (e.g. vascular protection) Mental health: "balance"-protected time, space, schedule
35 ਤੋਂ 50 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ 35 to 50 years old	<ul style="list-style-type: none"> ਸਿਹਤਮੰਦ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਅਤੇ ਰੋਕਥਾਮ ਕੈਂਸਰ ਅਤੇ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਲਈ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ (ਬਿਨਾਂ ਲੱਛਣਾਂ ਵਾਲੇ) ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ (ਪਰਿਵਾਰਕ ਇਤਿਹਾਸ ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਦੇ ਜੋਖਮ) 	<ul style="list-style-type: none"> Healthy lifestyle and prevention Screening for cancer and chronic diseases (asymptomatic) Screening (family history or exposure risks)

HealthLink BC

- 8-1-1 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ Call 8-1-1
- ਐਪ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ Use App
- ਔਨਲਾਈਨ ਜਾਓ Online www.healthlinkbc.ca



HealthLinkBC

BC Health Service Locator
Province of British Columbia

Available on App Store,
Google Play, or
Microsoft store

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ iCON ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਣ ਅਤੇ ਸਰੋਤਾਂ ਨੂੰ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰਨ ਲਈ
QR ਕੋਡ ਨੂੰ ਸਕੈਨ ਕਰੋ।

Please scan the QR code to visit iCON website and
download the resources.



ਛਾਤੀ ਦੀ ਜਾਂਚ
Breast Screening



ਕੋਲਨ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ
Colon Screening



ਸਰਵਾਈਕਲ ਕੈਂਸਰ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ
Cervical Cancer Screening



ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਜਾਂਚ
Lung Cancer Screening



ਫਿੱਟ (ਫੀਕਲ ਇਮਯੂਨੋਕੈਮੀਕਲ ਟੈਸਟ) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ
Using the FIT (Fecal Immunochemical Test)



ਬੀ.ਸੀ. ਲਈ ਟੀਕਾਕਰਨ ਅਨੁਸੂਚੀ ਬਾਲਗ, ਬਜ਼ੁਰਗ ਅਤੇ ਉੱਚ ਜੋਖਮ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ
Immunization Schedule for B.C. Adults, Seniors and Individuals at High Risk



ਜੀਵਨ ਭਰ ਰੋਕਥਾਮ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ ਅਭਿਆਸਨਿਰਦੇਸ਼
Lifetime Prevention Schedule Practice Guidelines



ਬੀ ਸੀ ਵਿੱਚ ਬਾਲਗਾਂ ਲਈ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੇ ਟੀਕੇ
Vaccines Recommended for Adults in BC

iCON ਨਿਊਜ਼ਲੈਟਰ ਦੀ ਗਾਹਕੀ ਲੈਣ ਲਈ QR ਕੋਡ ਨੂੰ ਸਕੈਨ ਕਰੋ ਅਤੇ ਆਗਾਮੀ
ਸਮਾਗਮਾਂ ਬਾਰੇ ਅੱਪਡੇਟ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ।

Scan QR code to subscribe iCON newsletter and receive the
updates on upcoming events.

