



Council for  
Intellectual Disability



# نوعای معاینه صحی ورق رهنمایی صحی



آسو خوانده  
موشه

[www.cid.org.au](http://www.cid.org.au)

## صفه فهرست

1	پیش گیری صبحی
2	معاینه صبحی سالانه
4	واکسین
5	داکتر دندو
6	چیم
7	شنوایی
8	معاینه سرطان
14	خلاصه

## پیش گیری صحی

پیش گیری صحی به معنی مراقبت صحی که شمو ره  
صحتمند نیگا مونه.



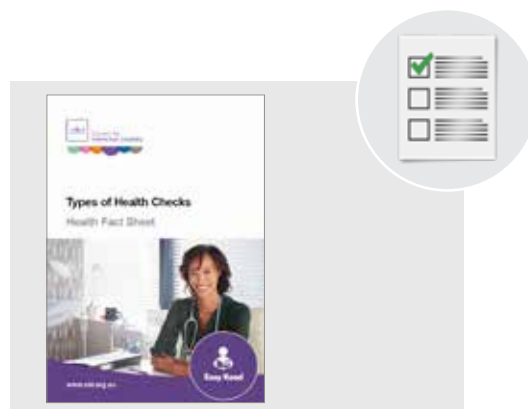
ای چیزای استه که شمو مونین تا مریضی ره زود تر پیدا  
کنین.

د او صورت ای خرابتر نموشه.

چیزای مثل معاینه کیدون صحی.



ای ورق مالوماتی بلدی از شمو نوعای مختلف معاینه صحی  
ره موگیه.



## معاینه صحی از شمو

معاینه صحی سالانه از شمو وقتی استه که داکتر شیم سال  
یک بار شمو ره معاینه مونه.



داکتر شمو بخشای مختلف بدن شموره معاینه مونه.



شاید نیاز باشه که کسی دیگه ره بلدی معاینه اضافه دیگه مثل

- معاینه خون
- معاینه جلدی
- معاینه استخوان



داکتر بلدی شمو موگیه که نیاز د چیز معاینه دیرین.



بلدی داکتر خو زنگ بزنین که یک معاینه سالانه پیش از پیش  
کنین.

یک وقت ملاقات دراز بخواین.



داکتر از شمو شاید بخوایه که یک فورم ره پور کنین پیش  
ازیکه معاینه صحی سالانه خو انجام بیدین.

شمو ای ره د خانه انجام بیدین.

میئنین از کسی کمک بخاین



شمو باید معاینه صحی سالانه کنین.

شمو ای معاینه ره حتی اگه جور استین انجام بیدین.



اینجی

[www.cid.org.au/resource/yearly-health-check-](http://www.cid.org.au/resource/yearly-health-check-)

**fact-sheet** مالوماتی اضافه د باره معاینه صحی سالانه

استه.



## واکسین

واکسین یک دواى استه که شموره نميله مريض شين.

واکسین بدن شموره کمک مونه که قد مريضى جنگ کنه.

اکثریت واکسین ره از طریق سيزو میدیه.



واکسینای مختلف بلدی مريضیای مختلف استه.

واکسین تیمو یک نوع از واکسینا استه.

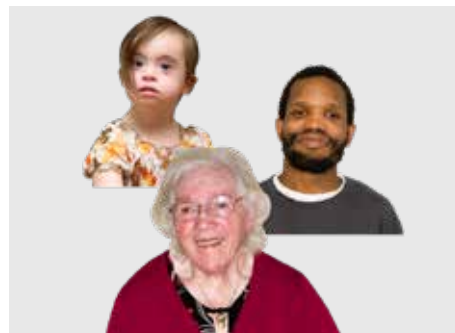
واکسینا زیادى استه.



باضی واکسینا بلدی زوستو استن.

باضی واکسینا ره شمو سال یک بار مومنین.

باضی واکسینا ره شمو گای نه گای میزنین.



ای مهم استه که واکسین که شمو نیاز دیرین بزنین.

ای شمو ره کمک مونه که صحتمند بومنین.

داکتر شمو میتنه بلدی شمو بوگیه واکسین که نیاز دیرین.

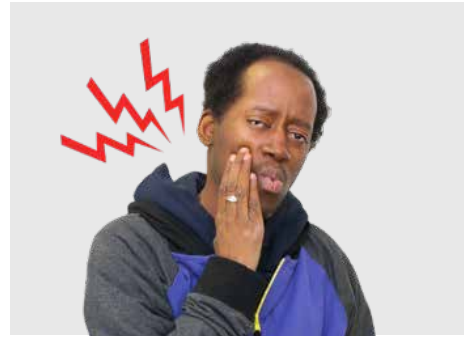


## داکتر دندو

داکتر دندو میتنه که دندو و دان شموره صحتمند نیگا کنه.



مشکل دندو میتنه دیگه مشکلاهی صحتی جور کنه.



ای خوب استه که مشکل دندو ره زود پیدا کنین.



ای خوب استه که داکتر دندو ره هر 6 ماه باد بنگرینین.



عینک ساز یک کارمند صبحی است که د باره چیم غدر  
موفامه.

یک عینک ساز میتنه چیمای شموره معاینه کنه.



اونای میتنه چیم شموره بلدی اوگو مشکل معاینه کنه.  
اونای میتنه بلدی از شمو بوگیه اگه نیاز د عینک دیرین.



اونای میتنه بلدی از شمو بوگیه اگه نیزاد کدم کمک بلدی چیمای  
ی خو دیرین.



ای خوب است که چیمای خو هر 2 سال باد معاینه کنین.





## شنیدو

شنوایی شناس یک کارمند صحتی استه که د باره شنیدو غدر موفامه.



اونا میتنه شندون شموره تیست کنه.



یک شنوایی شناس میتنه شموره کمک کنه اگه مشکل شنوایی دیرین.

اونا بلدی شمو موهیه اگه نیاز د گوشه دیشته باشین.



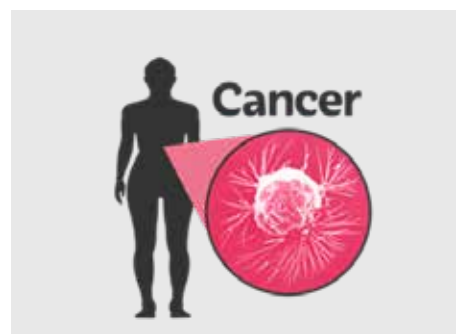
از داکتر خو پورسان کنین که اگه نیاز دیرین که یک معاینه شنوایی کنین.



## معاینه سرطان

ای مهم است که بدن خود را برای علائم سرطان توخ کنین.

ای ره به نام معاینه سرطان موگیه.



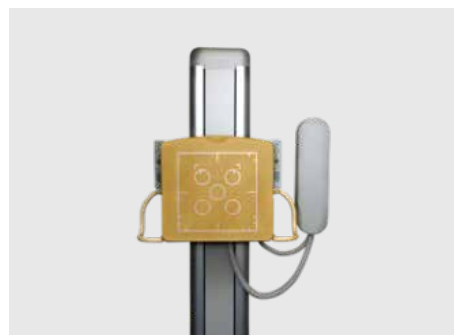
باضی معاینه سرطان قد دست از خود شیم انجام موشه.

شمو میتنین که داکتر خو بخوایین ای معاینه ره انجام بیدیه.

از داکتر خو بخوایین که بلدی شیم نیشو بیدیه که ای معاینه ره چطور انجام بیدین.



از داکتر خو بخوایین که بلدی شیم نیشو بیدیه که ای معاینه ره چطور انجام بیدین.



مو د تیلو معاینه های مختلف سرطان ره توضیح میدی.



## معاینه سرطان پستان

ای مهم است که پستان خود را به دست خود بکنید و بفهمید که  
اونای تغییر کرده.

تغییر در پستان شما شاید سرطان باشد.

مگر تمام تغییرات نمیتواند که سرطان باشد.



شما میتوانید که پستان خود را به دست خود بکنید.

داکتر شما میتواند شما را براتان توخ کند

داکتر شما میتواند بگوید که چگونه پستان خود را بکنید.



ای خوب است که پستان خود را یک بار به دست خود بکنید.



بلدی داکتر خود را بگویند که شما کدام تغییرات را پیدا کردید.



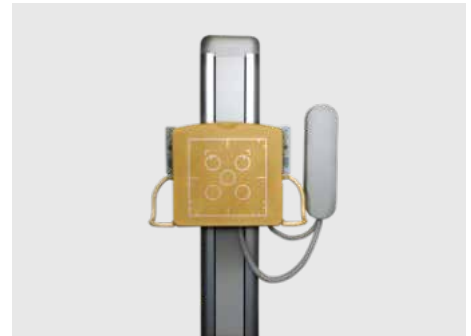
50

وقتیکه شمو بالای 50 شدین بلدی پستان شمو معاینه اضافه  
استه که انجام بیدین.



ای ره به نام میموگرام موگیه.

یک میموگرام وقتی استه که ماشین پستان شموره معاینه  
مونه.



وقتیکه شمو بالای 50 شدین باید هر دو سال باید یک  
میموگرام انجام بیدین.



مالومات غدر د باره میموگرام د اینجی

[www.fpnsw.org.au/justchecking/easyenglish](http://www.fpnsw.org.au/justchecking/easyenglish)

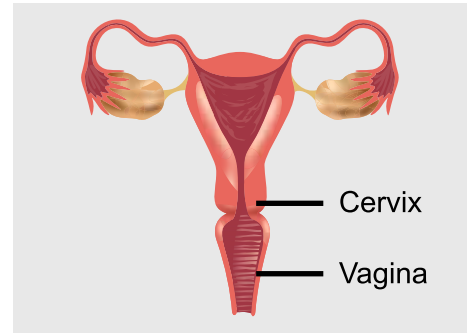
استه.



## معاینه سرطان رحم

رحم شمو د داخل بدن شمو د بیله واژن استه.

رحم شمو باید بلدی سرطان معاینه شونه.



داکتر شمو میتنه رحم شموره بلدی سرطان معاینه کنه.

ای ره به نام معاینه سرطان رحم موگیه.

باضی کسا ای ره به نام نمونه برداری از سلول دهان رحم (pap smear) موگیه.



بلدی ازی معاینه شمو قد پشت خو خوو مونین.

داکتر شیم داخل واژن شیم رحم ره توخ مونه.

اونا یک نمونه از رحم شمو میگره.



مالومات غدرد بارهه معاینه سرطان رحم ره از اینجی

[www.fpns.org.au/justchecking/easyenglish](http://www.fpns.org.au/justchecking/easyenglish)

بخوانین.

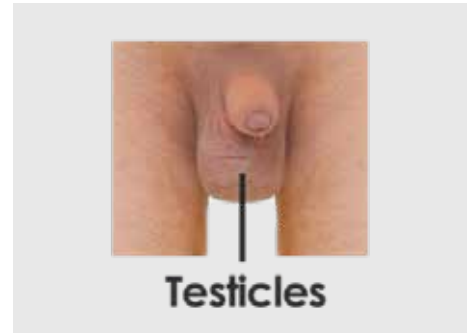


## معاینه سرطان بیضه

بیضه ره همچنان د نام توپ موگیه.

ای مهم استه که توپ خوره توخ کنین که اگه تغیر کیده باشه.

تغیرات د توپ ممکنه سرطان باشه.



شمو میتنین که توپای خو قد دست خو توخ کنین.

داکتر شیم میتنه که توپای شموره بلدی شیم توخ کنه.

داکتر شیم میتنه شموره نیشو بیدیه که چطور انجام بیدین.



شمو باید توپای خو ره مای یکبار توخ کنین.

بلدی داتر خو بوگین اگه شمو کدم تغیرات ره متوجه شدین.



مالومات غدر د باره ازیکه چطور توپای خو معاینه کنین ره د اینجی

<https://be.macmillan.org.uk/be/p-23345-how-to-check-your-balls-testicles.aspx> خوانده میتنین.



## معاینه سرطان روده

روده ره همچنان د نام دل و روده موگیه.

روده شیم فاضلاب جور مونه.



باد ازیکه شمو 50 ساله شدین شمو باد رودای خو ره بلدی  
سرطان معاینه کنین.



شمو یک معاینه ره د آدرس پوستی خو میگرین  
شمو یک مقدار کم فاضلاب خو جم کنین.  
ای ره پس بلدی معاینه ری کنین.



مالومات غدر د باره معاینه سرطان روده ره د اینجی

[www.fpnsw.org.au/justchecking/easyenglish](http://www.fpnsw.org.au/justchecking/easyenglish)

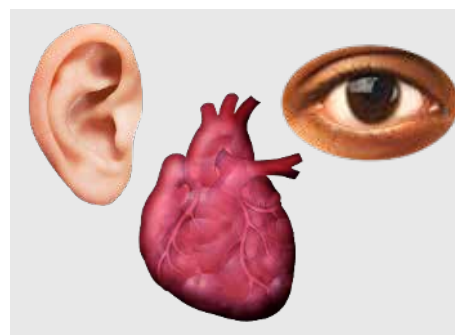
بخوانین.



خیلی چیزای هسته که شمو میتنن انجام بیدین بلدی ازی  
صحتمند بومنین.



ای خوب هسته که بخشای مختلف بدن خو معاینه کنین.  
ای خوب هسته که خود خو دایم معاینه کنین.



معاینه مریضی ره زودتر پیدا مونه.  
ای شموره کمک مونه که صحتمند بومنین.



قد داکتر خو د باره معاینای صحی توره بوگین.  
حداقل یکبار د سال معاینه کنین.





## ورق مالوماتی صحی CID

مو مالومات د باره معاینه صحی سالانه د اینجی

[www.cid.org.au/resource/yearly-health-check-fact-sheet](http://www.cid.org.au/resource/yearly-health-check-fact-sheet)  
دیری



مو مالومات د باره حق از شمو بلدی یک مراقبت خوب  
صحی د

[www.cid.org.au/resource/your-right-to-good-health-care-fact-sheet](http://www.cid.org.au/resource/your-right-to-good-health-care-fact-sheet)  
اینجی دیره



مو مالومات د باره مراقبت کیدو از دندون خو د اینجی

[www.cid.org.au/resource/caring-for-your-teeth-fact-sheet](http://www.cid.org.au/resource/caring-for-your-teeth-fact-sheet)  
دیره



مو خیلی ورقای مالوماتای صحی دیگه دیره.

شمو میتنین که از اینجی د [www.cid.org.au/resource-category/health](http://www.cid.org.au/resource-category/health) بیگرین



## ورقای مالوماتی دیگه صحی

اینجی باضی ورقای مالوماتی صحی دیگه که آسو خوانده  
موشه استه



مالومات غدرد باره معاینه سرطان د اینجی استه

[www.fpnsw.org.au/justchecking/easyenglish](http://www.fpnsw.org.au/justchecking/easyenglish)



مالومات غدرد باره معاینه خون د اینجی استه

[https://aci.health.nsw.gov.au/resources/  
intellectual-disability/hospitalisation/say-less-  
show-more](https://aci.health.nsw.gov.au/resources/intellectual-disability/hospitalisation/say-less-show-more)



مالومات غدرد باره ایکسیری و دیگه معاینه ها د اینجی استه

[https://aci.health.nsw.gov.au/resources/  
intellectual-disability/hospitalisation/say-less-  
show-more](https://aci.health.nsw.gov.au/resources/intellectual-disability/hospitalisation/say-less-show-more)





## قد CID د تماس شونین

1800 424 065



info@cid.org.au



www.cid.org.au



facebook.com/NSWCID



twitter.com/CIDvoice



instagram.com/council\_intellectualdisability



ای ورق مالوماتی د سال 2021 جور شده.

یک عکس د صفة 11 قد رضایت از پلان گذاری فامیلی نیوسوتویلز استفاده شده.

اکمک مالی ازی مالومات از طرف وزارت صحت استرالیا (Department of Health) دیده شده.