



# राष्ट्रीय कैंसर जागरूकता दिवस

7 नवंबर 2023

कैंसर का इलाज संभव है, यदि इसका जल्दी पता लग जाए  
और समय पर उपचार किया जाए

इन सरल लेकिन महत्वपूर्ण कदमों को अपने जीवन का हिस्सा बनाएं

स्वस्थ खान-पान की  
आदतें अपनाएं

नियमित शारीरिक  
गतिविधि करें

तम्बाकू के  
सेवन से बचें

शराब के सेवन  
से दूर रहें

बिना कारण  
वजन का घटना  
व भूख कम  
लगना

मुंह के  
छालों का  
ठीक न  
होना

निगलने  
में  
कठिनाई

यदि आपको इनमें  
से कोई भी लक्षण  
दिखाई देता है,  
तो नजदीकी स्वास्थ्य  
संस्थान पर जाएँ

स्तन में  
गांठ या  
सूजन  
होना

योनि से स्राव  
या रक्तस्राव  
(अंतर-मासिक  
धर्म या रजोनिवृत्ति  
के बाद)

आंत की  
आदतों में  
बदलाव

सरकार की पहल

कैंसर रोगियों को उपचार और अनुवर्ती उद्देश्य के लिए हरियाणा रोडवेज की साधारण बसों में एक सहायक के साथ मुफ्त यात्रा की सुविधा

जरूरतमंद मरीजों को व्यापक कैंसर देखभाल सेवाएं प्रदान करने के लिए सिविल अस्पताल अंबाला कैंट में अटल कैंसर देखभाल केंद्र की स्थापना

आइए कैंसर को हराने के लिए राष्ट्रीय कैंसर जागरूकता दिवस पर एक साथ खड़े होकर, जागरूकता बढ़ाएं और बदलाव लाएं



स्वास्थ्य विभाग, हरियाणा  
[www.nhmharyana.gov.in](http://www.nhmharyana.gov.in)



डायल करो 108  
एम्बुलेंस की सेवा लो



# NATIONAL CANCER AWARENESS DAY

7<sup>th</sup> November 2023

Cancer is Curable, if Detected Early and Treated Timely



Make these simple yet crucial steps a part of your life.

**Adopt Healthy Eating Habits**

**Engage in Regular Physical Activity**

**Avoid Tobacco Usage**

**Steer clear of Alcohol Consumption**



**Initiative by the Government**

Free Travel Facility to Cancer Patients along with one attendant in Haryana Roadways Ordinary Buses, for treatment and follow-up purpose

Atal Cancer Care Centre in Civil Hospital Ambala Cantt established for providing Comprehensive Cancer care services to the needy Patients

Let's stand together, raise awareness and make a difference on National Cancer Awareness Day to beat cancer



**HEALTH DEPARTMENT, HARYANA**  
[www.nhmharyana.gov.in](http://www.nhmharyana.gov.in)

