



The Gujarat Cancer Society

Code for Cancer Prevention

1. Do not Smoke.
If you are a smoker stop smoking as quickly as Possible and avoid smoking in presence of Others, specially children.
2. Do not take Alcohol. elsewhere
If you take alcohol in any form whether been Wine or spirits, stop taking or cut down Consumption to moderate level.
3. Eat plenty of food with high fibre content. Green vegetables, Fruits and cereals.
4. Avoid being overweight.
Do regular exercise and limit your fatty food consumption.
5. Avoid too much of exposure to the sunlight.
6. Follow Health and Safety Instruction At work avoid contact with substances which may cause Cancer.
7. See your Doctor if you notice (CAUTION) Change in bowel & bladder habits A sore that does not heal Unusual bleeding or discharge Thickening or lump on breast or Indigestion or difficulty in swallowing Obvious change in wart or mole Nagging cough or hoarseness or voice
8. Be Breast aware.
Do Breast examination every month. If over 35 years have a mammogram done at regular interval
9. Have a PAP Smear. Age Over 30 years or/and sexually active.

For Women :

8. Be Breast aware.
Do Breast examination every month. If over 35 years have a mammogram done at regular interval
9. Have a PAP Smear. Age Over 30 years or/and sexually active.

Protect Yourself Screening health checks

Breast	: Monthly Self Examination
Uterus	: PAP Test Once a Year
Lung	: Don't Smoke Cigarettes, Bidi, Hukka Skin Avoid Excess Sun exposure
Colon	: Per Rectal Examination
Rectum	: Annually Especially after age of 40
Mouth	: Regularly Examination, stop chewing tobacco and Gutkha

કેન્સર સામે તમારી જાતને રક્ષો

સ્તન	: દર મહિને જાત તપાસ કરવી.
ગભાશિય	: દર વર્ષે પેપ ટેસ્ટ કરાવવો.
ફેફસા	: ધુમ્રપાન ત્યાજો.
ચામડી	: વધુ પડતા સૂર્ય પ્રકાશથી દૂર રહો.
મોઠું આંતરકું મળ માર્ગ	: દર વર્ષે (ખાસ કરીને ૪૦ વર્ષ પછી આંતરિક તપાસ કરાવવી)
મુખ ગૃહા	: નિયમિત તપાસ કરાવવી. તમાકુ, ગુટકા ત્યાજવા

We are giving appointments on phone or if you visit us.

Tele. nos. 079 26608448 & 26604023

Day : Monday to Friday

Time : 10.00 am to 4.30 pm.

Saturday 10.00 am to 12.30 pm.

તમે ફોન દ્વારા એપોઇન્ટમેન્ટ લઈ શકો છો અથવા અમારા સેન્ટર ની મુલાકાત પણ લઈ શકો છો.
ટેલી.નં. ૦૭૯-૨૬૬૦૮૪૪૮ અને ૨૬૬૦૪૦૨૩
વાર : સોમવાર થી શુક્રવાર
સમય : સવારે ૧૦.૦૦ થી સાંજે ૪.૩૦
શનિવાર : સવારે ૧૦.૦૦ થી સાંજે ૧૨.૩૦



GUJARAT CANCER SOCIETY

LION BHARAT KSHATRIYA COMMUNITY ONCOLOGY CENTER

Near Pravinnagar Bus Stand, Sarkhej Road, Vasna, Ahmedabad-380 007.

Telephone No. : 079-26608448 & 26604023

Printed by : Apang Manav Mandal, Ph. : 26302643



Health Check up Plan

Lion Bharat Kshatriya Community Oncology Centre,
Vasna, Ahmedabad



“પહેલું સુખ તે જાતે નર્ચા !”

તમે તમારી છેલ્લી આરોગ્ય તપાસ (Health check up) ક્યારે કરાવી? યાદ નથી ને!... જો નિયમિત કરાવતા હોવ તો સમય વહી નથી ગયો ને? તમારી ઉંમર, જીવનશૈલી અને વારસાગત આરોગ્યલક્ષી પરિબલોને ધ્યાનમાં રાખી નિયમિત આરોગ્ય તપાસ (Health check up) કરાવવી અનિવાર્ય છે.

ગુજરાત કેન્સર સોસાયટી, કેન્સરના રોગ સામે પડકાર ઝેલવા કટિબદ્ધ છે અને કેન્સરલક્ષી આરોગ્ય તપાસ તે કેન્સરને નાથવા માટેનું એક અગત્યનું પગલું છે. લાયન ભરત ક્ષત્રિય કોમ્યુનીટી ઓન્કોલોજી સેન્ટર ખાતે ખુબ જ ઓછા ખર્ચે આવી આરોગ્ય તપાસ કરવામાં આવે છે. તેમાં હેલ્થ ચેકઅપમાં જરૂરી લોહી અને અન્ય પરીક્ષણોની સાથે સાથે બ્લેનો અને ભાઈઓમાં થતાં સામાન્ય કેન્સરને ધ્યાનમાં રાખી, તજજ્ઞો દ્વારા તપાસ અને જરૂરી પરીક્ષણો કરવામાં આવે છે. આપ આરોગ્ય તપાસ (Health check up) માં નિયમિત રીતે જોડાઈ આપના સુંદર જીવનને રોગમુક્ત કરી શકો છો.

આરોગ્ય તપાસ માટેની સૂચના

Guidelines for Health check up

- આરોગ્ય તપાસ માટે આવતાં પહેલાં એપોઈન્ટમેન્ટ લઈને આવવું જરૂરી છે.
All health check ups are conducted by appointment only
- એપોઈન્ટમેન્ટ લીધેલાં દિવસે સવારે ૮.૪૫ વાગે અથવા ૧૧.૦૦ વાગે, એપોઈન્ટમેન્ટ મુજબ, ભૂખ્યા પેટે આવી જવું.
On the day of appointment, please come at 8:45 am or at 11:00 am as per your appointment. Please come with empty stomach for health check up.
- અસામાન્ય સંજોગોમાં એપોઈન્ટમેન્ટ કેન્સલ કરવાની થાય તો ફોન દ્વારા જણાવી દેવું.
In case of cancellation of appointment, please inform by telephone to our center.
- સંપૂર્ણ તપાસમાં આશરે ૩-૦૦ કલાક થઈ શકે છે.
The entire check up takes around 3 hours.
- લોહી - પેશાબ તપાસ માટે આખ્યા પછી તમે ચા - કોફી લઈ શકો છો.
After collection of Blood for investigation you can take tea-coffee.
- સવારથી બને તેટલું પાણી પીવું, જેથી સોનોગ્રાફીની યોગ્ય તપાસ થઈ શકે.
Consume more water in the morning for better picture on Sonography.
- દવા લેવી જરૂરી હોય તો પાણી સાથે લઈ શકાય.
You can take your usual prescribed medicine with water.
- ગરમ પાણીથી સ્વચ્છ કરેલી પ્લાસ્ટિકની નાની ડબ્બીમાં સવારનો પહેલો પેશાબ અને ઝાડો (એકદમ થોડો) લાવવો.
Bring sample of urine and small quantity of stool in clean plastic container.
- સામાન્ય સંજોગોમાં ભૂખ્યા ન રહી શકાય તો લોહી-પેશાબ આપી સોનોગ્રાફી થયા બાદ નાસ્તો લઈ શકાય.
After giving sample of Blood-Urine and Sonography of abdomen, you can take breakfast or lunch.
- તપાસ સંપૂર્ણ થયા બાદ કેસ ફાઈલ કેસબારી ઉપર આપીને જવું.
After completing all check up, you are requested to deposit file at Registration counter.
- સ્તન મેમોગ્રાફી કરાવ્યા બાદ સ્તનની સોનોગ્રાફી કરાવવા માટે પૂછી લેવું. (રૂમ નં. ૧૨)
After Mammography, please contact in room no 12 for Sonography (if required)



આરોગ્ય તપાસનાં જુદા જુદા પ્રકાર

Plan 1 Rs 700/- (Basic)	Plan 2 Rs 1100/- (Advanced)	Plan 3 Rs 1550/- (Executive)	Plan 4 Rs 1550/- (Diabetic & Hypertension)
CBC, ESR	CBC, ESR	CBC, ESR	CBC, ESR
Urine Routine	Urine Routine	Urine Routine	Urine Routine
Stool For Occult Blood	Stool For Occult Blood	Stool For Occult Blood	Stool For Occult Blood
RBS/FBS	RBS/FBS	RBS/FBS	RBS/FBS
S Creatinine	S Creatinine	S Creatinine	PPBS
X-Ray Chest	SGPT	SGPT	S Creatinine
USG Abdomen	Bilirubin	Bilirubin	SGPT
Mammography	Alkaline Phosphatase	Alkaline Phosphatase	Lipid Profile
ECG	UREA	UREA	HBA1C
	Lipid Profile	Lipid Profile	Microalbuminuria
	X-Ray Chest	Uric Acid	TSH
	USG Abdomen	Calcium	X-Ray Chest
	Mammography	Phosphorous	USG Abdomen
	ECG	TSH	Mammography
		X-Ray Chest	ECG
		USG Abdomen	
		Mammography	
		ECG	

આ પરિક્ષણોની સાથે નિષ્ણાંત ફીઝીશીયન, સર્જન અને ગાયનેકોલોજીસ્ટ દ્વારા પ્રાથમિક તપાસ કરવામાં આવશે.

Health check includes Primary consultation with Physician, Surgeon, and Gynecologist.

Extra tests (Not a part of Plan)

- પ્રોસ્ટેટની તપાસ (પી.એ.એસ.) રૂ. ૪૦૦/- લઈ કરી આપવામાં આવે છે.
Test for Prostate (PSA) in Rs. 400/-
- આંતરડા, ફેફસાના કેન્સરને લગતી તપાસ (સી.ઈ.એ.) રૂ. ૩૦૦/- લઈ કરી આપવામાં આવે છે.
Investigation of Intestine & Lungs (CEA) in Rs. 300/-
- અંડાશયના કેન્સરને લગતી તપાસ (સી.એ. ૧૨૫/-) રૂ. ૬૫૦/- લઈ કરી આપવામાં આવે છે.
Investigation of Ovary (CA 125/-) Rs. 650/-
- RA Factor Rs. 150/- આર.એ. ફેક્ટર રૂ. ૧૫૦/-