ਸਕਰੀਨ ਪੌਜ਼ਟਿਵ ਨਤੀਜਾ

ਇਸ ਦਾ ਕੀ ਮਤਲਬ ਹੈ ਅਤੇ ਹੁਣ ਮੈਂ ਕੀ ਕਰਾਂ?

BC Prenatal Genetic Screening Program

Perinatal Services BC
An agency of the Provincial Health Services Authority

ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਪ੍ਰੀਨੇਟਲ ਜਨੈਟਿਕ ਸਕਰੀਨਿੰਗ ਦਾ ਨਤੀਜਾ "ਸਕਰੀਨ ਪੌਜ਼ਟਿਵ" ਹੈ। ਇਹ ਟੈੱਸਟ ਤੁਹਾਡੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਡਾਊਨ ਸਿੰਡਰੋਮ, ਟ੍ਰਾਈਸੋਮੀ 18 ਜਾਂ ਓਪਨ ਨਿਊਰਲ ਟਿਊਬ ਡਿਫੈਕਟ (ਨੁਕਸ) ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਦਾ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਲਈ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ।

"ਸਕਰੀਨ ਪੌਜ਼ਟਿਵ" ਨਤੀਜੇ ਦਾ ਕੀ ਮਤਲਬ ਹੈ?

ਇਸ ਨਤੀਜੇ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਡਾਊਨ ਸਿੰਡਰੋਮ, ਟ੍ਰਾਈਸੋਮੀ 18 ਜਾਂ ਓਪਨ ਨਿਊਰਲ ਟਿਊਬ ਡਿਫੈਕਟ (ਨੁਕਸ) ਹੈ। ਅਸਲ ਵਿਚ, ਇਸ ਨਤੀਜੇ ਵਾਲੀਆਂ ਬਹੁਤੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਹਾਲਤ ਵਾਲਾ ਬੇਬੀ ਨਹੀਂ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ। ਨਤੀਜੇ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਡਾਊਨ ਸਿੰਡਰੋਮ, ਟ੍ਰਾਈਸੋਮੀ 18 ਜਾਂ ਓਪਨ ਨਿਊਰਲ ਟਿਊਬ ਡਿਫੈਕਟ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਇੰਨੀ ਕੁ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਗਾਂਹ ਹੋਰ ਟੈੱਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਹਾਲਤ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਟੈੱਸਟ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਕ ਨੰਬਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਤੁਹਾਡੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਟੈੱਸਟ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇਕ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਦਾ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਦੱਸਦਾ ਹੈ।

ਸਕਰੀਨ ਪੌਜ਼ਟਿਵ ਨਤੀਜੇ ਦੀ ਇਕ ਉਦਾਹਰਣ ਇਹ ਹੈ:

ਡਾਊਨ ਸਿੰਡਰੋਮ ਹੋਣ ਦਾ ਮੌਕਾ 1:100 ਹੈ। ਇਹ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਹਿਣ ਵਾਂਗ ਹੀ ਹੈ:

- ਤੁਹਾਡੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਡਾਊਨ ਸਿੰਡਰੋਮ ਹੋਣ ਦੀ 1% ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ **ਜਾਂ**
- ਇਹ 99% ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਡਾਊਨ ਸਿੰਡਰੋਮ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗਾ **ਜਾਂ**
- ਜੇ 100 ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਇਹੋ ਹੀ ਨਤੀਜੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇਕ ਦਾ ਬੇਬੀ ਡਾਊਨ ਸਿੰਡਰੋਮ ਵਾਲਾ ਹੋਵੇਗਾ ਅਤੇ ਹੋਰ 99 ਦਾ ਨਹੀਂ।

ਤੁਹਾਡੇ ਟੈੱਸਟ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਮੁਤਾਬਕ, ਤੁਸੀਂ ਅੱਗੇ ਦੱਸੇ ਲਈ ਪੌਜ਼ਟਿਵ ਹੋ:
(According to your screen result, you screened positive for:)

____

ਤੁਹਾਡੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਇਹ ਹਾਲਤ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ:
(The chance your baby has this condition is:)

____________ ਵਿਚ 1, ਜੋ ਹੈ ____________%
(1 in ____________ which is ____________%)

ਹੁਣ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਗਰਭ ਵਿਚ ਕਿੱਥੇ ਤੱਕ ਗਏ ਹੋ। ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਪ੍ਰੀਨੇਟਲ ਸਕਰੀਨ ਨਤੀਜੇ ਲਈ ਵਰਤੀ ਗਈ ਗਰਭ ਦੀ ਤਾਰੀਕ ਸਹੀ ਹੈ।

ਜੇ ਓਪਨ ਨਿਊਰਲ ਟਿਊਬ ਡਿਫੈਕਟ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਟੈੱਸਟ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਪੌਜ਼ਟਿਵ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਿਸਥਾਰ ਵਾਲਾ ਅਲਟਰਾਸਾਊਂਡ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਅਤੇ ਵੈਨਕੂਵਰ ਜਾਂ ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਵਿਚ ਬੀ ਸੀ ਦੇ ਮੈਡੀਕਲ ਜਨੈਟਿਕਸ ਕਲੀਨਿਕਾਂ ਵਿਖੇ ਕਿਸੇ ਵਿਚ ਮੈਟਰਨਲ ਫੀਟਲ ਮੈਡੀਸੀਨ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਜਨੈਟਿਕ ਕੌਂਸਲਰ ਨਾਲ ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਓਪਨ ਨਿਊਰਲ ਟਿਊਬ ਡਿਫੈਕਟ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅਲਟਰਾਸਾਊਂਡ ਸਕੈਨ 'ਤੇ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਡਾਊਨ ਸਿੰਡਰੋਮ ਜਾਂ ਟ੍ਰਾਈਸੋਮੀ 18 ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਟੈੱਸਟ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਪੌਜ਼ਟਿਵ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐੱਨ ਆਈ ਪੀ ਟੀ (ਨੌਨ-ਇਨਵੇਜ਼ਿਵ ਪ੍ਰੀਨੇਟਲ ਟੈੱਸਟਿੰਗ ਲਈ) ਖੂਨ ਦਾ ਇਕ ਹੋਰ ਟੈੱਸਟ ਜਾਂ ਐਮਨੀਓਸੈਂਟੀਸਿਸ ਨਾਂ ਦਾ ਟੈੱਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਨੌਨ-ਇਨਵੇਜ਼ਿਵ ਪ੍ਰੀਨੇਟਲ ਟੈੱਸਟਿੰਗ (ਐੱਨ ਆਈ ਪੀ ਟੀ) ਕੀ ਹੈ?

ਇਹ ਡਾਊਨ ਸਿੰਡਰੋਮ ਅਤੇ ਟ੍ਰਾਈਸੋਮੀ 18 ਚੈੱਕ ਕਰਨ ਲਈ ਐੱਸ ਆਈ ਪੀ ਐੱਸ/ਆਈ ਪੀ ਐੱਸ/ਕੁਆਡ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਹੀ ਟੈੱਸਟ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਖੂਨ ਦੇ ਟੈੱਸਟ ਰਾਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਟੈੱਸਟ ਡਾਊਨ ਸਿੰਡਰੋਮ ਅਤੇ ਟ੍ਰਾਈਸੋਮੀ 18 ਵਾਲੇ ਤਕਰੀਬਨ ਸਾਰੇ ਬੇਬੀਆਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਗਲਤ ਪੌਜ਼ਟਿਵ ਨਤੀਜੇ ਬਹੁਤ ਹੀ ਘੱਟ ਨਿਕਲਦੇ ਹਨ।

ਐੱਨ ਆਈ ਪੀ ਟੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਾਊਨ ਸਿੰਡਰੋਮ ਅਤੇ ਟ੍ਰਾਈਸੋਮੀ 18 ਜਾਂ ਟ੍ਰਾਈਸੋਮੀ 13 ਵਾਲਾ ਬੇਬੀ ਹੋਣ ਦਾ ਇਕ ਨਵਾਂ ਖਤਰਾ (ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ) ਦੱਸੇਗਾ। ਜੇ ਖਤਰਾ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਅਗਾਂਹ ਹੋਰ ਕੋਈ ਟੈੱਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ। ਜੇ ਖਤਰਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਨਤੀਜੇ ਦੀ ਤਸਦੀਕ ਕਰਨ ਲਈ ਐਮਨੀਓਸੈਂਟੀਸਿਸ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ। ਐੱਨ ਆਈ ਪੀ ਟੀ ਟੈੱਸਟ ਦੇ ਨਤੀਜੇ 10 ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਮਿਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਪੌਜ਼ਟਿਵ ਐੱਸ ਆਈ ਪੀ ਐੱਸ/ਆਈ ਪੀ ਐੱਸ/ਕੁਆਡ ਟੈੱਸਟ ਵਾਲੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਐੱਨ ਆਈ ਪੀ ਟੀ ਦਾ ਖਰਚਾ ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।

ਐਮਨੀਓਸੈਂਟੀਸਿਸ ਕੀ ਹੈ?

ਇਹ ਬੀਮਾਰੀ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਟੈੱਸਟ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਸੱਚੀਂ ਹੀ ਤੁਹਾਡੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਡਾਊਨ ਸਿੰਡਰੋਮ ਜਾਂ ਟ੍ਰਾਈਸੋਮੀ 18 ਹੈ। ਇਹ ਬੇਬੀ ਦੇ ਦੁਆਲਿਉਂ ਐਮਨੀਔਟਿਕ ਤਰਲ ਦੇ ਕੁਝ ਛੋਟੇ ਚਮਚੇ ਕੱਢਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਟ ਵਿਚ ਇਕ ਬਹੁਤ ਹੀ ਬਾਰੀਕ ਸੂਈ ਪਾ ਕੇ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸੂਈ ਨੂੰ ਸੇਧ ਅਲਟਰਾਸਾਊਂਡ ਨਾਲ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਇਹ ਬੇਬੀ ਦੇ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦੀ। ਤਰਲ ਨਮੂਨੇ ਵਿਚਲੇ ਬੇਬੀ ਦੇ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਲਈ ਘੋਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਡਾਊਨ ਸਿੰਡਰੋਮ ਜਾਂ ਟ੍ਰਾਈਸੋਮੀ 18 ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ। ਜਦੋਂ ਪੌਜ਼ਟਿਵ ਸਕਰੀਨ ਲਈ ਐਮਨੀਓਸੈਂਟੀਸਿਸ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਨਤੀਜੇ 3 ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਮਿਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਐਮਨੀਓਸੈਂਟੀਸਿਸ ਨਾਲ ਗਰਭਪਾਤ ਹੋਣ ਦੇ ਮੌਕੇ 200 ਵਿੱਚੋਂ 1 (0.5%) ਹਨ। ਦੂਜੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿਚ ਜੇ 200 ਔਰਤਾਂ ਦਾ ਐਮਨੀਓਸੈਂਟੀਸਿਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਟੈੱਸਟ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਇਕ ਗਰਭਪਾਤ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ।

ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਹੋਰ ਟੈੱਸਟ ਕਰਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜੇ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿਹੜਾ? ਐੱਨ ਆਈ ਪੀ ਟੀ ਜਾਂ ਐਮਨੀਓਸੈਂਟੀਸਿਸ?

ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਚੋਣ ਹੈ। ਸਕਰੀਨ ਪੌਜ਼ਟਿਵ ਨਤੀਜੇ ਵਾਲੀ ਹਰ ਔਰਤ ਹੋਰ ਟੈੱਸਟ ਨਹੀਂ ਕਰਵਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੀ। ਆਪਣਾ ਮਨ ਬਣਾਉਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਲਈ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਵਾਲਾਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ।

- ਕੀ ਮੈਂ ਇਹ ਸੋਚਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਮੇਰੇ ਟੈੱਸਟ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਿਚ ਦੱਸੀ ਗਈ ਸੰਭਾਵਨਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਂ ਘੱਟ ਹੈ?
- ਕੀ ਮੈਂ ਬੇਬੀ ਦੇ ਜਨਮ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਜਾਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਕੀ ਮੇਰੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਡਾਊਨ ਸਿੰਡਰੋਮ ਜਾਂ ਟ੍ਰਾਈਸੋਮੀ 18 ਤਾਂ ਨਹੀਂ?
- ਕੀ ਮੇਰੇ ਸ਼ੰਕੇ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਣਗੇ ਜੇ ਮੇਰੇ ਐੱਨ ਆਈ ਪੀ ਟੀ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਡਾਊਨ ਸਿੰਡਰੋਮ, ਟ੍ਰਾਈਸੋਮੀ 18 ਅਤੇ ਟ੍ਰਾਈਸੋਮੀ 13 ਦਾ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਖਤਰਾ ਦਿਖਾਉਂਦੇ ਹੋਣ?
- ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਜਿਹੜਾ 100% ਸਹੀ ਹੋਵੇ (ਐਮਨੀਓਸੈਂਟੀਸਿਸ ਅਤੇ ਡਾਇਗਨੌਸਟਿਕ ਟੈੱਸਟ) ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ 200 ਵਿੱਚੋਂ 1 ਗਰਭਪਾਤ ਹੋਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਮੁੱਲ ਲੈਣਾ ਹੀ ਹੋਵੇ?
- ਜੇ ਮੈਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗੇ ਕਿ ਮੇਰੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਡਾਊਨ ਸਿੰਡਰੋਮ ਜਾਂ ਟ੍ਰਾਈਸੋਮੀ 18 ਹੈ ਤਾਂ ਮੈਂ ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਾਲ ਕੀ ਕਰਾਂਗੀ? ਕੀ ਮੈਂ ਗਰਭ ਖਤਮ ਕਰ ਦਿਆਂਗੀ? ਕੀ ਮੈਂ ਗਰਭ ਜਾਰੀ ਰੱਖਾਂਗੀ? ਕੀ ਮੈਂ ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਖਾਸ ਲੋੜਾਂ ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਤਿਆਰੀ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤਾਂਗੀ? ਕੀ ਮੈਂ ਬੇਬੀ ਲਈ ਅਡੌਪਸ਼ਨ ਪਲੈਨ ਬਣਾਵਾਂਗੀ?
- ਜੇ ਮੈਂ ਐਮਨੀਓਸੈਂਟੀਸਿਸ ਜਾਂ ਐੱਨ ਆਈ ਪੀ ਟੀ ਨਾ ਕਰਵਾਇਆ ਤਾਂ ਕੀ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਗਰਭ ਦੇ ਬਾਕੀ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਬਹੁਤ ਫਿਕਰਮੰਦ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਾਂਗੀ?

ਜੇ ਐਮਨੀਓਸੈਂਟੀਸਿਸ ਜਾਂ ਵਿਸਥਾਰ ਵਾਲੇ ਅਲਟਰਾਸਾਊਂਡ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਇਹ ਦਿਖਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਬੀਮਾਰੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ, ਮੈਡੀਕਲ ਜਨੈਟੇਸਿਸਟਸ ਜਾਂ ਜਨੈਟਿਕ ਕੌਂਸਲਰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਅਤੇ ਅਜਿਹਾ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਹਨ ਜਿਹੜਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਹੀ ਹੋਵੇ।

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਪੱਤਰ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਨ ਲਈ ਘਰ ਲਿਜਾਉ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਮਨ ਵਿਚ ਹੋਰ ਸਵਾਲ ਹੋਣ, ਜਾਂ ਇਹ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋਵੋ ਕਿ ਆਪਣੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਬਾਰੇ ਜਨੈਟਿਕ ਕੌਂਸਲਰ ਨਾਲ ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟ ਬਣਾਉਣਾ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।