



BECH-RUSA 2.0 Sponsored

One-Day Seminar cum Exhibition

Awareness on Breast Cancer Incidence and Diagnostics



Organized by

Department Of Biomedical Science

Bharathidasan University, Tiruchirappalli-620024

In association with

Harshamitra Cancer & Multi-Speciality Hospital, Trichy – 620012

**Exhibition is
Open To All
10.30 am – 3.00 pm**



09.10.2025, Thursday



10.30 am

(Seminar Registration Time: 9.00 am – 10.00 am)



**Convocation Hall,
Bharathidasan University, Trichy-24**

DISTINGUISHED SPEAKERS

Dr. G. GOVINDARAJ VARDHANAN

M.B.B.S., M.S., M.Ch., (Surgical Oncologist),

FICS., M.Sc (Psychology), PGDPTT.

Managing Director,

Harshamitra Oncology Private Limited,

Nagamangalam, Trichy- 620012.

Dr. VINOTH KUMAR LAKSHMANAN, Ph.D.,

Professor

Faculty of Clinical Research

Sri Ramachandra Institute of Higher Education
& Research, Chennai.

Dr. P. SASIPRIYA, M.B.B.S., MD (RT),

Senior Radiation Oncologist

Executive Director,

Harshamitra Oncology Private Limited,

Nagamangalam, Trichy- 620012.

ALL ARE INVITED!



**பாரதிதாசன் பல்கலைக்கழகம் மற்றும்
ஹர்ஷமித்ரா மருத்துவமனை**
இணைந்து எடுத்து



மாபெரும் மார்பகப் புற்றுநோய் விழிப்புணர்வு நிகழ்ச்சி மற்றும் கண்காட்சி

பெண்களுக்கிடையே விழிப்புணர்வு
ஏற்படுத்தவே அக்டோபர் மாதமானது
பிங்க் அக்டோபர் மாதமாக
அனுசரிக்கப்படுகிறது.



மார்பகப் புற்றுநோயிலிருந்து நம்மை பாதுகாத்துக் கொள்வது எப்படி?

- 18 முதல் 20 வயதுக்கு மேல் உள்ள அனைத்து பெண்களும் மாதம் ஒரு முறை மார்பக சுய பரிசோதனை செய்து கொள்ள வேண்டும்.
- உங்களுடைய ரத்த சம்பந்தமான உறவினருக்கு மார்பகப் புற்றுநோய் இருந்தால் உங்களுக்கு மரபணு ஆலோசனை அவசியம்.
- குடும்பத்தில் பலருக்கு புற்றுநோய் இருக்குமேயானால் அந்த குடும்பத்தில் உள்ள அனைவரும் மரபணு ஆலோசனை பெற்றுக்கொள்வது நல்லது.
- மாதவிடாய் காலம் தாழ்த்திபோனாலோ அல்லது அடிக்கடி போனாலோ மருத்துவரிடம் சென்று பரிசோதனை செய்து கொள்ள வேண்டும்.
- கருத்தடை மாத்திரைகளை தவிர்க்கவும்.
- ஆரம்பத்திலேயே கண்டுபிடித்து விட்டால் புற்றுநோய் குணப்படுத்தக் கூடியது.
- உடற்பயிற்சி தினந்தோறும் செய்ய வேண்டும்.
- அதிக கொழுப்பு சத்துள்ள உணவுகள், துரித உணவுகள் (பாஸ்ட்புட்) மற்றும் பாட்டிலில் அடைத்து பதப்படுத்தப்பட்ட குளிர்பானங்களை தவிர்க்கவும்.
- 40 வயதிற்கு மேற்பட்ட பெண்கள் வருடம்தோறும் மருத்துவ பரிசோதனைகளான தெர்மோகிராம், மேமோகிராம் மற்றும் அல்ட்ராசோனோகிராம் செய்து கொள்ள வேண்டும்.
- தினந்தோறும் பச்சை காய்கறிகள், கீரை மற்றும் பழங்களை உணவில் சேர்த்துக்கொள்ள வேண்டும்.



**அச்சமும்
அறியாமையுமே
எதிரிகள்!**

**தெளிந்த அறிவோடு
புற்றுநோயை எதிர்த்துப்
போராடுங்கள் !**

**இந்த தகவல்களை
பிறருக்கு பகிர்ங்கள்...**

**அன்புக்குரியவர்களை
காப்பாற்றுங்கள்...**

- நாள் : **09.10.2025**, வியாழக்கிழமை
- நேரம் : காலை 10.00 to மாலை 3.00 மணிவரை
- இடம் : **பாரதிதாசன் பல்கலைக்கழக வளாகம்,
பல்கலைப்பேரூர், திருச்சி-24.**