नेशनल लंग कैंसर स्क्रीनिंग प्रोग्राम क्या है?

जुलाई 2025 से, ऑस्ट्रेलिया में पात्र लोग नेशनल लंग कैंसर स्क्रीनिंग प्रोग्राम के माध्यम से फेफड़े के कैंसर की स्क्रीनिंग में भाग ले सकेंगे।[1]

स्क्रीनिंग उन लोगों में कैंसर के संकेत खोजने का एक तरीका है जिनमें कोई लक्षण नहीं होते हैं। इसका लक्ष्य कैंसर का पता शुरूआत में ही लगाना है, जब उसका इलाज करना अधिक आसान होता है।

फेफड़ों के कैंसर की जांच में नोड्यूल्स नामक किन्हीं छोटी गांठों का पता लगाने के लिए कम डोज़ वाले सीटी स्कैन का उपयोग किया जाता है।

फेफड़े के कैंसर की जांच से फेफड़ों के कैंसर के 70% मामलों का पता उनके प्रारंभिक चरण में ही लगाया जा सकता है, इससे पहले कि कोई लक्षण दिखाई दें और जब उपचार सबसे अधिक प्रभावी होता है।[2,3]

Australian Government

NATIONAL LUNG CANCER SCREENING PROGRAM

1. चिकित्सा सेवा सलाहकार समिति (मेडिकल सर्विसेज एडवाइज़री कमेटी)। 1699 – नेशनल लंग कैंसर स्क्रीनिंग प्रोग्राम पब्लिक समरी डॉक्यूमेंट (फेफड़े के कैंसर की जाँच का राष्ट्रीय कार्यक्रम सार्वजनिक सारांश दस्तावेज़) [इंटरनेट]। कैनबरा, ऑस्ट्रेलिया: ऑस्ट्रेलियाई सरकार का स्वास्थ्य विभाग; 2022 जुलाई [उद्धृत 2024 मार्च 28]। रिपोर्ट संख्या: 1699। https://www.msac.gov.au/applications/1699।
2. एबरले, डी. (Aberle, D.) आदि। नेशनल लंग कैंसर ट्रायल रिसर्च टीम (राष्ट्रीय फेफड़ा जांच परीक्षण अनुसंधान टीम)। कम डोज़ वाली कम्प्यूटेड टोमोग्राफिक स्क्रीनिंग से फेफड़े के कैंसर से होने वाली मृत्यु दर में कमी। *न्यू इंग्लैंड जर्नल ऑफ़ मेडिसिन* 365, 395–409 (2011)।
3. डी कोनिंग, एच. जे. आदि। एक रैंडम (क्रमरहित) परीक्षण में वोल्यूम सीटी स्क्रीनिंग के साथ फेफड़े के कैंसर की मृत्यु दर में कमी। *न्यू इंग्लैंड जर्नल ऑफ मेडिसिन* 382, 503–513 (2020)।

पात्रता

यदि आप नीचे दिए गए सभी मानदंडों को पूरा करते हैं तो आप कार्यक्रम के लिए पात्र हैं:

50 से 70 वर्ष की आयु के हैं

और

कम से कम 30 पैक-वर्षों का तंबाकू सिगरेट पीने का इतिहास है

(उदाहरण के लिए, 30 वर्षों के लिए एक पैक प्रति दिन, या 15 वर्षों के लिए 2 पैक प्रति दिन)

और

तम्बाकू सिगरेट पीते हैं या सिगरेट पीने का इतिहास है

(10 वर्षों के भीतर छोड़ दिया हो)

और

ऐसे कोई लक्षण या संकेत नहीं होते हैं जो फेफड़ों के कैंसर का संकेत देते हों

(उदाहरण के लिए, बिना किसी कारण के लगातार खांसी होना, खांसी में ख़ून आना, बिना किसी कारण के सांस लेने में तकलीफ होना)

यह देखने के लिए कि क्या आप इस कार्यक्रम में भाग लेने के लिए पात्र हैं, आपका डॉक्टर आपसे आपके तम्बाकू सिगरेट पीने के इतिहास पर चर्चा करने के लिए कहेगा, ताकि आपके 'पैक-वर्ष' का पता चल सके। 'पैक-वर्ष' एक तरीका है जिससे यह पता लगाया जाता है कि किसी व्यक्ति ने समय के साथ कितनी सिगरेटें पी हैं।

30 पैक-वर्ष का मतलब है कि 30 वर्षों तक हर दिन 20 सिगरेट का एक पैक पीना। हो सकता है कि आपको यह ठीक से याद न हो, इसलिए आपका डॉक्टर आपके पैक-वर्षों का पता लगाने में आपकी मदद कर सकता है जो इस अनुमान के आधार पर होता है कि आप कितनी सिगरेट पीते थे/हैं और कितने वर्षों से। यह अपने डॉक्टर के साथ साझा करना महत्वपूर्ण है ताकि यह पता चल सके कि आप स्क्रीनिंग के लिए पात्र हैं या नहीं। पैक-वर्षों की गणना करना एक 'अपूर्ण विज्ञान' है और स्वास्थ्य सेवा प्रदाताओं को कार्यक्रम की पात्रता निर्धारित करते समय धूम्रपान पैक-वर्षों की गणना करने के लिए नैदानिक निर्णय और सर्वोत्तम अनुमानों का उपयोग करना चाहिए। एक बार जब कोई व्यक्ति कार्यक्रम में भाग ले रहा हो, तो उनके धूम्रपान इतिहास के पात्रता मानदंडों का फिर से मूल्यांकन करने की आवश्यकता नहीं होती है।

मुझे क्या करना होगा?

1. यदि आपको लगता है कि आप पात्र हो सकते हैं, तो किसी डॉक्टर से बात करें जो आपकी पात्रता का आकलन करेगा। स्कैन के लिए आपको एक रेफरल की आवश्यकता होगी। यदि आपका डॉक्टर बल्क बिल नहीं करता है तो परामर्श शुल्क देना पड़ सकता है। स्कैन मुफ्त है, जो मेडिकेयर द्वारा कवर किया जाता है।

2. यदि आपको लगता है कि आपका कोई परिचित इसके लिए पात्र हो सकता है, तो उन्हें अपने डॉक्टर से बात करने के लिए प्रोत्साहित करें। यह परिचित व्यक्ति कोई मित्र, माता-पिता, दादा-दादी/नाना-नानी या परिवार का कोई अन्य सदस्य हो सकता है। उन्हें अपने डॉक्टर से बात करने के लिए कुछ अतिरिक्त सहयोग की आवश्यकता हो सकती है।

3. फेफड़ों के कैंसर की जांच के लाभों और संभावित नुकसानों के बारे में अपने डॉक्टर से पूछें। अपनी प्राथमिकताओं के बारे में बात करके यह निर्णय लें और चर्चा करें कि क्या फेफड़े के कैंसर की जांच आपके लिए सही है या नहीं।

4. आपका डॉक्टर यह जांचेगा कि क्या आप कम-डोज़ सीटी स्कैन कराने के लिए उपयुक्त हैं या नहीं। यदि आपको हाल ही में कोई स्वास्थ्य समस्या हुई हो, तो इस समय स्कैन कराना आपके लिए उचित नहीं होगा। उदाहरण के लिए, यदि आपने पिछले 12 महीनों में अन्य स्वास्थ्य समस्याओं के लिए सीटी स्कैन कराया हो या यदि आपको पिछले 12 सप्ताह में COVID-19 संक्रमण हुआ हो।

5. यदि आप स्क्रीनिंग के लिए पात्र और उपयुक्त हैं, और फेफड़ों के कैंसर की स्क्रीनिंग में भाग लेने के लिए सहमति देते हैं, तो आपका डॉक्टर आपको मेडिकेयर द्वारा कवर किए जाने वाले मुफ्त कम-डोज़ सीटी स्कैन के लिए रेफर करेगा।

6. आपकी सहमति से, आपका डॉक्टर आपको राष्ट्रीय कैंसर स्क्रीनिंग रजिस्टर (NCSR) में नामांकित करेगा। इससे आपको रिमाइंडर भेजकर तथा आपके डॉक्टर को आपके परिणाम भेजकर आपके फेफड़ों के कैंसर की जांच में सहायता मिलेगी। यदि आप NCSR में नामांकित नहीं होना चाहते हैं, तो भी आप फेफड़ों के कैंसर की स्क्रीनिंग में भाग ले सकते हैं। लेकिन यदि आप इस प्रोग्राम से नाम वापस ले लेते हैं तो आपको NCSR से कोई रिमाइंडर या कोई संचार प्राप्त नहीं होगा।

जब आपके पास कम-डोज़ सीटी स्कैन के लिए आपका रेफरल हो, तो आपको यह करना होगा:

- अपने डॉक्टर से जांचें कि आपके क्षेत्र में फेफड़ों के कैंसर की स्क्रीनिंग कहां की जाती है।
- स्थानीय रेडियोलॉजी क्लिनिक या मोबाइल स्क्रीनिंग ट्रक के स्थान (कुछ ग्रामीण और दूरदराज के क्षेत्रों में) पर अपने स्कैन के लिए बुक करें। आपके स्कैन का खर्च मेडिकेयर द्वारा वहन किया जाएगा।
- अपना मुफ्त कम-डोज सीटी स्कैन कराएं।

आपके कम-डोज सीटी स्कैन के बाद, आपको यह करना होगा:

- जाँच लें कि NCSR में आपके संपर्क विवरण अप-टू-डेट हैं।
- अपने परिणामों का इंतज़ार करें। NCSR आपको बताएगा कि आगे क्या करना है। यह एक रिमाइंडर हो सकता है (टेक्स्ट संदेश या पत्र के माध्यम से) कि आप दो वर्षों में जांच कराएं (यदि पाया जाता है कि आपका जोखिम बहुत कम है) या अपने परिणामों के लिए अपने डॉक्टर से दोबारा मिलें।
- NCSR से रिमाइंडर मिलने के बाद फिर से स्क्रीनिंग के लिए अपने डॉक्टर से नए CT रेफरल के लिए मिलें।

यदि आप पात्र हैं, तो आपको 70 वर्ष की आयु तक हर दो वर्ष में जांच करानी चाहिए। हर दो साल में नियमित जांच कराना फेफड़ों के कैंसर का शुरूआत में ही पता लगाने का सबसे अच्छा तरीका है, क्योंकि तब इसका इलाज अधिक आसान होता है।

यह महत्वपूर्ण है कि आप फेफड़े के कैंसर की जांच कराएं, भले ही आप स्वस्थ महसूस कर रहे हों।

यह कार्यक्रम फेफड़ों के कैंसर के उच्चतम जोखिम वाले लोगों को लक्षित करता है, लेकिन यदि आप अभी पात्र नहीं हैं, तो भी आप जोखिम में हो सकते हैं।

यदि आप अपनी आयु या धूम्रपान के इतिहास के कारण अभी इस प्रोग्राम के लिए पात्र नहीं हैं, तो आप भविष्य में इसके पात्र हो सकते हैं। अपने डॉक्टर से नियमित रूप से जांच कराते रहें कि क्या आप इस प्रोग्राम के अंतर्गत फेफड़े के कैंसर की जांच के लिए पात्र हैं।

यदि आपको फेफड़े के कैंसर के कोई नए लक्षण या संकेत दिखाई देते हैं, जैसे कि बिना किसी कारण के खाँसी करते हुए ख़ून आना या सांस लेने में तकलीफ, तो अपने डॉक्टर से परामर्श करना महत्वपूर्ण है, भले ही आपके पिछले फेफड़े के कैंसर की जांच के परिणाम में जोखिम बहुत कम था।

क्या यह काम करता है?

संयुक्त राज्य अमेरिका और यूरोप में फेफड़े के कैंसर की जांच पर किए गए शोध से पता चला है कि 70% तक फेफड़े के कैंसर का पता प्रारंभिक अवस्थाओं में ही लगा लिया जाता है, जब उनका उपचार या इलाज अधिक आसान होता है।[2,3]

नेशनल लंग कैंसर स्क्रीनिंग प्रोग्राम के बारे में और अधिक जानकारी के लिए:
www.health.gov.au/nlcsp

Quitline 13 7848

धूम्रपान छोड़ने में मदद के लिए:
www.quit.org.au

DT0004838_V01