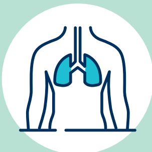
मैं वर्तमान में फेफड़े के कैंसर की जांच (लंग कैंसर स्क्रीनिंग) के लिए पात्र क्यों नहीं हूँ?

फेफड़े के कैंसर जांच का राष्ट्रीय कार्यक्रम (नेशनल लंग कैंसर स्क्रीनिंग प्रोग्राम) उन लोगों के लिए है जो नीचे दिए गए आयु और धूम्रपान इतिहास के मानदंडों को पूरा करते हैं और जिनमें लक्षण नहीं हैं, और इस प्रोग्राम का उद्देश्य फेफड़ों के कैंसर का प्रारंभिक चरण में पता लगाना है। शोध में पाया गया है कि स्क्रीनिंग से सबसे अधिक लाभ उन लोगों को होता है जिनमें:

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)

Australian Government

NATIONAL LUNG CANCER SCREENING PROGRAM

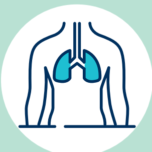
यदि मैं पात्र नहीं हूं, लेकिन फिर भी मेरे मन में चिंताएं हैं तो मुझे क्या करना चाहिए?

1.

यदि आपकी आयु अभी 50 वर्ष नहीं हुई है, तो 50 वर्ष की आयु होने पर पात्रता जांच के लिए अपने डॉक्टर से मिलें। प्रोग्राम के अलावा अपने फेफड़ों के स्वास्थ्य की देखभाल के लिए अपने डॉक्टर से अन्य विकल्पों पर चर्चा करें।

2.

यदि आपकी आयु 70 वर्ष से अधिक है, तो प्रोग्राम के अलावा अपने फेफड़ों के स्वास्थ्य की देखभाल के लिए अपने डॉक्टर से अन्य विकल्पों पर चर्चा करें।

3. 

यदि आपमें इनमें से कोई भी संकेत या लक्षण हैं, तो स्क्रीनिंग आपके लिए उपयुक्त नहीं है:

- **नई या बदली हुई खांसी**
- **खांसी में खून आना**
- **बिना किसी कारण के सांस फूलना**
- **बहुत थकान होना**
- **अव्याख्यायित वजन घटाना**
- **छाती या कंधे का दर्द जो ठीक नहीं होता**

यदि आपको इनमें से कोई भी लक्षण हो तो कृपया तुरंत अपने डॉक्टर से बात करें। यदि आपमें कोई संकेत या लक्षण हों, तो आपका डॉक्टर आपको प्रोग्राम के अलावा अन्य माध्यम से स्कैन के लिए भेज सकता है।

4. **यदि आप सिगरेट पीने के इतिहास के कारण पात्र नहीं हैं, तो आप भविष्य में पात्र हो सकते हैं। अपने धूम्रपान इतिहास पर चर्चा करने के लिए अपने डॉक्टर से मिलें और नियमित रूप से उनसे पता करते रहें कि क्या आप इस प्रोग्राम के लिए पात्र हैं।**

5.

हो सकता है कि आप इस प्रोग्राम के लिए पात्र हों, लेकिन अन्य चिकित्सीय कारणों से फिलहाल कम डोज़ वाला सीटी स्कैन नहीं करा पाएं हों। आपका डॉक्टर आपके साथ इन कारणों पर चर्चा करेगा।

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 आप स्क्रीनिंग के लिए पात्र नहीं भी हैं तो भी आप जोखिम में हो सकते हैं। कृपया अपने जोखिमों के बारे में और धूम्रपान छोड़ने में सहायता के बारे में अपने डॉक्टर से बात करें।

धूम्रपान छोड़ने और धूम्रपान से दूर रहने से आपके स्वास्थ्य में बहुत सुधार होता है

यद्यपि फेफड़े के कैंसर की जांच के लिए आपको धूम्रपान छोड़ने की आवश्यकता नहीं है, लेकिन धूम्रपान छोड़ने के तुरंत बाद आपका शरीर बेहतर महसूस करना शुरू कर सकता है। किसी भी समय धूम्रपान करना छोड़ा जा सकता है। धूम्रपान छोड़ना आपके स्वास्थ्य को बेहतर बनाने और उसकी सुरक्षा के लिए सबसे अच्छी बात है, भले ही आप फेफड़े के कैंसर की जांच के लिए पात्र न हों। निकोटीन पर निर्भरता एक नैदानिक स्थिति है जिसका इलाज किया जा सकता है। National Cessation Platform (quit.org.au) और MyQuitBuddy ऐप (www.health.gov.au/resources/apps-and-tools/my-quitbuddy-app) आपको शुरुआत करने में मदद कर सकते हैं।

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