# چرا در حال حاضر واجد شرایط غربالگری سرطان ریه نیستم؟

برنامه ملی غربالگری سرطان ریه برای افرادی است که معیارهای سن و سابقه سیگار کشیدن زیر را دارند و علائمی ندارند و هدف آن یافتن سرطان ریه در مراحل اولیه است. تحقیقات نشان داده است که غربالگری بیشتر به نفع افرادی است که:

|  |
| --- |
| آیکون افراد مسن  **بین 50 تا 70 سال سن دارید**  و  آیکون ریه  **هیچ علامت یا نشانه‌ای که نشان دهنده سرطان ریه باشد، ندارید** (مثلاً سرفه مداوم بدون دلیل، سرفه خونی، تنگی نفس بدون دلیل)  و  آیکون بسته سیگار  **سیگار و تنباکو می‌کشید یا سابقه‌ مصرف سیگار دارید** (و در طی 10 سال گذشته آن را ترک کرده‌اید)  و  آیکون تقویم  **سابقه مصرف سیگار و تنباکو به میزان حداقل 30 پاکت در سال** (برای مثال، یک پاکت در روز به مدت 30 سال یا دو پاکت در روز به مدت 15 سال) **دارید** |

## اگر واجد شرایط نیستم اما همچنان نگرانی دارم، چه باید بکنم؟

1. **اگر هنوز 50 سال سن ندارید، پس از 50 سالگی برای بررسی واجد شرایط بودن به پزشک خود مراجعه کنید. در مورد گزینه‌های دیگر برای مراقبت از سلامت ریه‌های خود، خارج از چارچوب برنامه، با پزشکتان مشورت کنید.**
2. **اگر بیش از 70 سال سن دارید، در مورد گزینه‌های دیگر برای مراقبت از سلامت ریه‌های خود، خارج از این برنامه، با پزشکتان مشورت کنید.**
3. **اگر هر یک از این علائم یا نشانه‌ها را دارید، غربالگری برای شما مناسب نیست:**

* **سرفه‌ جدید یا تغییر یافته**
* **سرفه خونی**
* **تنگی نفس بدون دلیل**
* **خسته شدن شدید**
* **کاهش وزن غیر قابل توضیح**
* **درد قفسه سینه یا شانه که از بین نمی‌رود**

اگر هر یک از این علائم را دارید، لطفا فورا با پزشک خود صحبت کنید. اگر هرگونه نشانه یا علامتی دارید، پزشک می‌تواند شما را برای انجام اسکن خارج از چارچوب برنامه ارجاع دهد.

1. **اگر به دلیل سابقه سیگار کشیدن واجد شرایط نیستید، ممکن است در آینده واجد شرایط شوید. به پزشک خود مراجعه کنید تا درباره سابقه مصرف سیگار صحبت کنید و به‌ طور منظم با او بررسی کنید که آیا واجد شرایط شرکت در برنامه هستید یا خیر.**
2. **ممکن است واجد شرایط این برنامه باشید اما به دلایل پزشکی دیگر در حال حاضر نتوانید سی تی اسکن با دوز پایین انجام دهید. پزشک شما این دلایل را با شما در میان خواهد گذاشت.**

## اگر اکنون واجد شرایط نیستید، ممکن است همچنان در معرض خطر باشید

اگر اکنون به دلیل سن یا سابقه سیگار کشیدن واجد شرایط این برنامه نیستید، می توانید در آینده واجد شرایط شوید. به طور منظم با پزشک خود مشورت کنید تا ببینید آیا واجد شرایط غربالگری سرطان ریه تحت این برنامه هستید یا خیر.

حتی اگر واجد شرایط غربالگری نباشید، همچنان ممکن است در معرض خطر باشید. لطفاً با پزشک خود درباره خطرات مربوط به سلامت‌تان صحبت کنید و برای دریافت حمایت در ترک سیگار با او مشورت نمایید.

## ترک سیگار و خودداری از مصرف مجدد آن تأثیر بسیار مثبتی بر سلامت شما دارد.

اگرچه برای شرکت در غربالگری سرطان ریه نیازی به ترک سیگار ندارید، اما بدن شما می‌تواند خیلی زود پس از ترک سیگار شروع به بهبودی کند. هرگز برای ترک دیر نیست. ترک سیگار بهترین کاری است که می‌توانید برای بهبود و محافظت از سلامت خود انجام دهید، حتی اگر واجد شرایط غربالگری سرطان ریه نباشید. وابستگی به نیکوتین یک وضعیت بالینی است که قابل درمان می‌باشد. [پلتفرم ملی ترک سیگار](https://www.quit.org.au/articles/national-cessation-platform-stakeholder-toolkit) ([quit.org.au](https://www.quit.org.au/)) و اپلیکیشن **MyQuitBuddy** ((<https://www.quit.org.au/articles/national-cessation-platform-stakeholder-toolkit> می‌توانند به شما کمک کنند تا فرآیند ترک سیگار را آغاز کنید.

|  |  |
| --- | --- |
| کد QR برای اطلاعات بیشتر در مورد برنامه غربالگری سرطان ریه ملی  برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد برنامه ملی غربالگری سرطان ریه به آدرس [**www.health.gov.au/nlcsp**](http://www.health.gov.au/nlcsp) مراجعه کنید. | برای کمک به ترک سیگار به آدر [www.quit.org.au](http://www.quit.org.au/) مراجعه کنید. |