|  |
| --- |
| 肺癌篩查決策工具 小冊子 |

## 目錄

[決策工具有什麼作用？ 2](#_Toc256000003)

[什麼是肺癌？ 2](#_Toc256000004)

[什麼是肺癌篩查？ 2](#_Toc256000005)

[我符合條件參加嗎？ 3](#_Toc256000006)

[肺癌篩查對我有什麼幫助？ 4](#_Toc256000007)

[關於肺癌篩查，我還需要知道什麼？ 5](#_Toc256000011)

[肺癌篩查包括哪些內容？ 6](#_Toc256000019)

[掃描後會發生什麼？ 7](#_Toc256000026)

[我的結果代表什麼，接下來會發生什麼？ 7](#_Toc256000027)

[決策工具 9](#_Toc256000035)

## 決策工具有什麼作用？

決策工具可以幫您決定是否要開始進行肺癌篩查。許多人認為癌症篩查有其好處，所以認為篩查是好事。篩查可以幫到您，但您在決定是否接受篩查之前，也應該了解一些事情。

本冊子旨在提供資訊，幫助您做出是否接受篩查的明智選擇。這是您的選擇，是否接受篩查沒有對錯之分。

## 什麼是肺癌？

肺癌是一種源於肺部的癌症。一組異常的細胞生長失控，也可以擴散到身體的其他部位。

## 什麼是肺癌篩查？

肺癌篩查包括為無症狀的人做低劑量電腦斷層（CT）掃描，找出癌症的早期症狀。

早期發現肺癌可增加治療選擇，並提高治愈機會。

篩查肺癌的低劑量電腦斷層掃描對於有全國醫療保險計劃Medicare 的人士免費。

## 我符合條件參加嗎？

如果您符合以下所有條件，即有資格參加計劃：

|  |
| --- |
| 老人圖標**年齡在 50 至 70 歲之間**及肺圖標**沒有疑似肺癌的症狀或徵兆**，例如持續咳嗽無法解釋、咳血、無故呼吸短促及香煙盒圖標**吸煙或有吸煙史**（戒煙不超過 10 年）及日曆圖標**有至少 30 「包年」的吸煙史**（例如每天一包煙，持續30年，或每天兩包煙，持續15年） |

**與您的醫療服務提供者討論，看看您是否符合資格。**

## 肺癌篩查對我有什麼幫助？

肺癌篩查的益處包括：

### 及早發現肺癌

癌症越早發現，治療選擇越多，治癒機會也越高。

### 讓人覺得安心

篩查不僅可以排除肺癌，亦可以排除其他肺部疾病。低劑量電腦斷層掃描可以確保您的肺部健康。

### 有機會討論您的吸煙史，並在您選擇戒煙時獲得支持

進行篩查不需要戒煙，但戒煙可以幫助預防肺癌和其他肺部疾病，從而實現更長壽、更健康的生活。

## 關於肺癌篩查，我還需要知道什麼？

參加肺癌篩查時感到擔心是正常的。大約有 22% 至 51% 接受篩查的人在第一次掃描時就發現結節。其中超過 95% 以上的結節並不是肺癌。即便如此，做掃描、等待結果或做進一步的掃描或檢查可能會帶來壓力。請與您的醫療保健提供者溝通，了解可獲得的支援。

### 假陽性

肺癌篩查可能會產生假陽性結果，就是掃描結果顯示您可能患有肺癌，但跟進的檢查卻顯示沒有患癌。任何篩查或醫學測試都可能會出現假陽性的結果。

### 過度診斷

有些癌症生長非常緩慢，可能終生都不會引發問題。這樣的「過度診斷」在肺癌篩查期間發現的每 30 宗癌症中就約有一宗會發生。任何篩查或醫療檢查都可能出現過度診斷的情況。

### 暴露於輻射之中

低劑量電腦斷層掃描使用盡可能少的輻射量，仍能得到高品質的影像。低於一年內正常生活中暴露於自然產生的輻射，自然輻射。如果您有結節，可能需要接受更多的掃描來確定是否是癌症。這是一種低量的安全輻射，可以提高早期診斷。

### 與肺癌無關的其他發現

有時肺癌篩查會發現其他問題，這些問題可以由您的醫療保健提供者來處理。掃描可能會顯示除癌症以外的肺部疾病（如肺氣腫）或肺部以外的疾病（如心臟病）。若有此類發現，可進行治療挽救生命，但亦可能需要更多的檢查，並可能導致憂慮。

| **關鍵問題** | **篩查** | **無篩查** |
| --- | --- | --- |
| 發現早期肺癌的機率有多大？ | 每 100 宗肺癌中有 70 宗會在早期被發現1。 | 每 100 宗肺癌中有 7 宗會在早期被發現1。 |
| 掃描結果顯示可能罹患肺癌，但追蹤檢查卻顯示您沒有肺癌的機率有多大？ | 在所有接受篩查的人中，每 100 人中約有 3 人會發現高風險或極高風險的結節1。為了確定高風險或極高風險的結節是否為癌症，您的醫療服務提供者可能會建議進行進一步的檢查。只有不到一半的高風險或極高風險結節患者最終被診斷患有肺癌。 | 未接受篩查的人可以避免不必要的醫療檢查，但也無法發現早期無症狀的肺癌。 |
| 掃描中發現肺癌以外其他疾病的機率有多大？ | 有時掃描會發現需要進一步檢查的病症，有時則會發現其他需要治療的嚴重疾病。這些治療可能會拯救您的生命。 | 未接受篩查的人士可以避免額外的醫學檢查，但亦不會有機會及早發現其他能治療的健康問題。 |

1根據隨機對照試驗的最佳估計。

## 肺癌篩查包括哪些內容？

### 多久檢查一次？

* 如果結果正常（風險非常低）而且沒有重要發現，則每兩年進行一次。
* 如果掃描時有某些發現，則篩查的頻率會更密。

### 我要做什麼準備？

* 向您的醫療保健提供者索取低劑量電腦斷層掃描申請表。
* 您可以在網上、透過電話或親臨診所預約掃描。告訴他們您有參加全國肺癌篩查計劃。
* 請務必攜帶掃描申請表和全國醫療保險計劃（Medicare）卡。
* 穿舒適的衣服。您可能需要換上醫院長袍才能進行掃描。
* 如果更換醫院長袍或躺到檢查床上需要協助，請提前告知診所。
* 不需要禁食。

### 當天的情形會是什麼樣？

* 可能會要求您做個身體檢查，測量身高和體重。會問您能否將手臂舉過頭頂約 5 至 10 分鐘。
* 您平躺在桌上，雙臂舉過頭頂。您需要屏住呼吸幾秒鐘，保持身體不動。放射醫生會拍攝胸部影像。
進行掃描不需要扎針。
* 掃描過程大約需要 10 秒鐘，您不會感到任何疼痛。
* 整個過程將持續 10 至 15 分鐘。

### 我去哪裡接受掃描？

* 詢問您的醫療服務提供者您所在地區提供肺癌篩查的地點。其中包括在一些農村和偏遠地區，會派遣「澳洲之心」的移動篩查車。

### 家人、朋友或照料人員可以陪同嗎？

* 如果您願意，可以計劃帶一位家人或朋友陪同。

### 低劑量電腦斷層掃描的費用是多少？

* 有享受全國醫療保險計劃（Medicare）的情況下，低劑量電腦斷層掃描是免費的。

## 掃描後會發生什麼？

您的醫療保健提供者會收到您的掃描結果，如果需要討論結果，他們會聯繫您。

您會收到來自登記處的通知（簡訊或信件），告知您下一步需要做什麼。可能是兩年後再次進行低劑量電腦斷層掃描，或與您的醫療服務提供者討論檢查結果。

## 我的結果代表什麼，接下來會發生什麼？

| **篩查結果** | **下一步** |
| --- | --- |
| 未完成由於技術原因，掃描無法形成報告，需要重新掃描。 | * 當您收到登記處或您醫療服務提供者的提醒時，您將需要重新進行篩查。
 |
| 極低風險您的掃描沒有發現令人擔憂的結果。每兩年定期篩查一次很重要，可以檢查隨著年齡的增長而發生的變化。 | * 登記處會通知您沒有發現重大問題以及您應該在兩年後在篩查。
* 當需要再次進行篩查時，您將會在**兩年**後收到登記處及／或您的醫療服務提供者的提醒。
* 您需要在兩年後見醫療服務提供者確認是否適合進行檢查，是否要索取低劑量電腦斷層掃描的轉診信。吸煙史不需要重新評估。
 |
| 低風險掃描結果顯示您有結節，但罹患肺癌的可能性較小。12 個月後您需要再進行一次掃描。 | * 登記處不會為您提供結果，但會鼓勵您與醫療服務提供者討論您的結果。
* 登記處會在 **12 個月**後提醒您再次進行篩查。
* 當您收到提醒時，您需要去見醫療服務提供者確認是否適合進行檢查，是否要索取低劑量電腦斷層掃描的轉診信。
 |
| 低至中度風險或中度風險在您的掃描中發現一個或多個結節，更需要頻繁地監測。根據結果，您需要在 3 或 6 個月後再做一次掃描。 | * 登記處不會為您提供結果，但會鼓勵您與醫療服務提供者討論您的結果。
* 登記處會在 **3 或 6 個月**後提醒您該再次進行篩查。
* 您需要回去見醫療服務提供者確認是否適合進行檢查，是否要索取低劑量電腦斷層掃描的轉診信。
 |
| 高風險或極高風險已發現一個或多個需要進一步檢查的結節。這並不代表您患有癌症。患肺癌的風險更高，因此參加所有跟進覆診很重要。 | * 登記處會鼓勵您與您的醫療服務提供者討論您的結果。
* 醫療服務提供者會仔細查看放射報告，並將您轉診給專科醫療服務提供者進行進一步檢查。
 |
| 其他與肺癌無關可採取行動的發現除肺部外，掃描還可以看到身體的其他部位，包括頸部、胸口和上腹。有時可能顯示在肺內非癌症的疾病，例如肺氣腫，或肺外例如心臟病等發現。 | * 醫療服務提供者會與您討論是否需要進行任何進一步的檢查和後續。
* 額外的發現不一定代表您不能繼續參加肺癌篩查計劃。
 |

### 治療肺癌

如果發現肺癌，治療也許包括手術切除部分受癌症影響的肺部。

其他可能的治療方法包括放射療法和化學療法。您可能要接受多種治療方法。

## 決策工具

請記住，是否參加肺癌篩查是您的選擇。請使用以下工具幫您決定什麼事對您來說很重要。

### 問問自己：在決定是否接受肺癌篩查時，對您來說什麼事很重要？

根據對您的重要程度，給每項陳述評分，1 代表「不重要」，5 代表「非常重要」。

| **陳述** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **在症狀出現之前及早發現肺癌？**（例如，不明原因的持續咳嗽或咳血） | [ ]  | [ ]  | [ ]  | [ ]  | [ ]  |
| **在有更多的治療選擇時，及早發現肺癌？** | [ ]  | [ ]  | [ ]  | [ ]  | [ ]  |
| **您對肺部健康很放心？** | [ ]  | [ ]  | [ ]  | [ ]  | [ ]  |
| **有機會討論吸煙史並獲得戒煙幫助？** | [ ]  | [ ]  | [ ]  | [ ]  | [ ]  |

### 問問自己，您對以下內容的擔憂程度：

根據您擔憂的程度，從 5 到 1 對每項陳述評分，其中 5 表示「非常擔憂」，1 表示「不擔憂」。

| **陳述** | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **對參加肺癌篩查感到擔憂嗎？** | [ ]  | [ ]  | [ ]  | [ ]  | [ ]  |
| **會擔憂暴露在輻射下嗎？** | [ ]  | [ ]  | [ ]  | [ ]  | [ ]  |
| **會擔憂出現假陽性嗎？**（例如：掃描結果顯示您可能罹患癌症，但後續檢查顯示您沒有） | [ ]  | [ ]  | [ ]  | [ ]  | [ ]  |
| **會擔憂根據低劑量電腦斷層掃描結果，再進行其他檢查嗎？** | [ ]  | [ ]  | [ ]  | [ ]  | [ ]  |

###

### 請查看您上述的答案

如果您的大多數答案在右側，您支持接受篩查。如果您的大多數答案在左側，您反對接受篩查。

|  |  |
| --- | --- |
| 請掃描二維碼了解有關全國肺癌篩查計劃的更多資訊有關全國肺癌篩查計劃的更多信息：[www.health.gov.au/nlcsp](http://www.health.gov.au/nlcsp) | 戒煙協助：[www.quit.org.au](http://www.quit.org.au) |

本資源由雪梨大學在國際肺癌研究協會（IASLC）的資助下開發，並由墨爾本大學在澳洲政府的資助下改編。