

ابزار تصميم گيري براي غربالگري سرطان ريه

کتابچه خلاصه



محتويات

← 02	هدف اين ابزار چيست؟
← 02	سرطان ريه چيست؟
← 02	غربالگري سرطان ريه چيست؟
← 03	آيا من مستحق هستم؟
← 03	غربالگري سرطان ريه چگونه مي تواند به من کمک کند؟
← 04	چه چيزهاي ديگري بايد در مورد غربالگري سرطان ريه بدانم؟
← 05	غربالگري سرطان ريه شامل چه چيزي است؟
← 05	بعد از اسکن من چه اتفاقي مي افتد؟
← 06	نتيجه من به چه معناست و در مرحله بعد چه اتفاقي مي افتد؟
← 07	ابزار تصميم گيري



Australian Government

NATIONAL
LUNG CANCER
SCREENING
PROGRAM



هدف این ابزار چیست؟

این ابزار می‌تواند به شما در تصمیم‌گیری در مورد شروع غربالگری سرطان ریه کمک کند. بسیاری از افراد مزایای آن را می‌بینند و فکر می‌کنند غربالگری سرطان چیز خوبی است. روش‌هایی وجود دارد که غربالگری می‌تواند به شما کمک کند، و همچنین مواردی وجود دارد که باید قبل از تصمیم‌گیری برای انجام غربالگری بدانید.

این کتابچه به گونه‌ای طراحی شده است که به شما معلومات بدهد تا بتوانید آگاهانه در مورد اینکه آیا ترجیح می‌دهید غربالگری انجام دهید یا خیر، انتخاب کنید. این انتخاب شماست - هیچ پاسخ درست یا غلطی در مورد انجام غربالگری وجود ندارد.

سرطان ریه چیست؟

سرطان ریه سرطانی است که از ریه‌ها شروع می‌شود. گروهی از حجره‌ها که طبیعی نیستند و به صورت کنترل نشده رشد می‌کنند و می‌توانند به سایر قسمت‌های بدن نیز سرایت کنند.

غربالگری سرطان ریه چیست؟

غربالگری سرطان ریه شامل اسکن توموگرافی کمپیوتری با دوز پایین (سی‌تی‌اسکن با دوز پایین) برای افراد بدون علامت (مثلاً سرفه مداوم بی‌دلیل یا سرفه خونی) است تا علائم اولیه سرطان بررسی شود. تشخیص زودهنگام سرطان ریه، گزینه‌های درمانی را افزایش می‌دهد و شانس درمان را بهبود می‌بخشد.

سی‌تی‌اسکن با دوز پایین برای غربالگری سرطان ریه برای افراد تحت پوشش بیمه درمانی رایگان است.

آیا من مستحق هستم؟

اگر شما تمام معیارهای ذیل را داشته باشید واجد شرایط این پروگرام هستید:



داشتن سابقه کشیدن
سگرت تنباکو حداقل
30 بسته - سال ها

(بطور مثال، یک بسته در روز
برای 30 سال، یا 2 بسته در
روز برای 15 سال)

9



کشیدن سگرت تنباکو
یا داشتن سابقه
کشیدن سگرت

(در 10 سال گذشته
متوقف کرده)

9



هیچ علامت یا نشانه‌ای
که نشان دهنده سرطان
ریه باشد، ندارید

(مثلاً سرفه مداوم بدون دلیل،
سرفه خونی، تنگی نفس بدون
دلیل)

9



از 50 تا 70
سال سن دارند

با ارائه دهنده خدمات صحتان صحبت کنید تا ببینید که آیا شما واجد شرایط هستید یا خیر.



غربالگری سرطان ریه چگونه می‌تواند به من کمک کند؟

مزایای غربالگری سرطان ریه شامل موارد زیر است:

سرطان ریه را زود هنگام تشخیص دهید

وقتی سرطان‌ها زود تشخیص داده شوند، گزینه‌های درمانی بیشتری وجود دارد و شانس درمان بهتری خواهید داشت.

آرامش خاطر

غربالگری می‌تواند سرطان ریه را رد کند و همچنان امراض دیگر ریه را نیز رد کند. سی‌تی‌اسکن با دوز پایین می‌تواند از سلامت ریه شما اطمینان حاصل کند.

این فرصتی برای صحبت در مورد سابقه سیگرت کشیدن و دریافت حمایت در صورت تصمیم به ترک آن فراهم می‌کند

شما برای انجام غربالگری نیازی به ترک سیگرت ندارید، اما ترک کردن می‌تواند در جلوگیری از سرطان ریه و سایر بیماری‌های ریه کمک کند و منجر به زندگی طولانی‌تر و سالم‌تر شود.

چه چیزهای دیگری باید در مورد غربالگری سرطان ریه بدانم؟

این طبیعی است که هنگام اشتراک در یک غربالگری سرطان ریه احساس تشویش کنید. تقریباً 51-22 فیصد از افرادی که غربالگری میکنند در اولین اسکن شان نودول هایی خواهند داشت. بیش از 95 فیصد از این نودول ها سرطان ریه نخواهد بود. با این حال، انجام اسکن، انتظار برای نتایج یا انجام اسکن ها یا معاینه های بیشتر می تواند استرس زا باشد. با ارائه کننده مراقبت های صحتی خود صحبت کنید تا در مورد حمایت موجود معلومات بگیرید.

مثبت های کاذب

غربالگری سرطان ریه میتواند منجر به یک نتیجه مثبت کاذب گردد (بطور مثال نتیجه اسکن می گوید که شما ممکن سرطان ریه داشته باشید، مگر تحقیقات بعدی میگوید که شما ندارید). مثبت های کاذب میتواند با هر غربالگری یا تست طبی اتفاق بیافتد.

تشخیص بیش از حد

برخی از سرطان ها رشد بسیار کندی دارند و ممکن است در طول زندگی شما مشکلی ایجاد نکنند. این "تشخیص بیش از حد" نامیده می شود و برای حدود 1 از 30 سرطان یافت شده در طول غربالگری سرطان ریه اتفاق می افتد. تشخیص بیش از حد می تواند با هر غربالگری یا آزمایش طبی اتفاق بیفتد.

قرار گرفتن در معرض تشعشع

سی تی اسکن با دوز پایین از کمترین میزان تابش ممکن استفاده می کند و در عین حال تصویری با کیفیت بالا ارائه می دهد. این مقدار کمتر از یک سال قرار گرفتن در معرض تابش طبیعی در زندگی عادی است. اگر شما نودول دارید، ممکن نیاز به اسکن های بیشتر داشته باشید تا ببینید که آیا این سرطان است یا خیر. این میزان کم تابش بی خطر است و می تواند تشخیص زودهنگام را بهبود بخشد.

یافته های دیگر که به سرطان ریه ارتباط ندارد

بعضی اوقات غربالگری سرطان ریه نگرانی های دیگری را که میتواند توسط ارائه دهنده مراقبت های صحتی شما رسیدگی گردد، مطرح میکند. اسکن ممکن چیزهای را در ریه ها (به غیر از سرطان، مانند آمفیوزم)، یا خارج از ریه ها (مانند امراض قلبی) نشان دهد. یافتن اینها میتواند برای درمان نجات دهنده زندگی فراهم سازد مگر همچنان ممکن نیاز به آزمایش بیشتر داشته باشد و ممکن سبب نگرانی شما گردد.

سوالات کلیدی	غربالگری	بدون غربالگری
احتمال تشخیص سرطان ریه در مراحل اولیه چقدر است؟	از هر ۱۰۰ مورد سرطان ریه، ۷۰ مورد در مراحل اولیه تشخیص داده می شوند ^۱ .	از هر ۱۰۰ مورد سرطان ریه، ۷ مورد در مراحل اولیه تشخیص داده می شوند ^۱ .
احتمال اینکه نتیجه اسکن نشان دهنده سرطان ریه باشد اما بررسی های بعدی نشان دهد که شما سرطان ریه ندارید، چقدر است؟	از بین تمام افرادی که غربالگری می شوند، حدود ۳ نفر از هر ۱۰۰ نفر نودول پرخطر یا بسیار پرخطر پیدا می کنند ^۱ . برای اینکه مشخص شود نودول پرخطر یا بسیار پرخطر سرطانی است، ارائه دهنده خدمات صحتی ممکن است بررسی بیشتر را پیشنهاد کند. کمتر از نیمی از افرادی که نودول پرخطر یا بسیار پرخطر دارند، به سرطان ریه مبتلا می شوند.	افرادی که غربالگری انجام نمی دهند، از احتمال آزمایش های پزشکی غیرضروری اجتناب می کنند، اما شانس تشخیص سرطان های ریه اولیه که هیچ علامتی ندارند را نیز خواهند داشت.
احتمال تشخیص چیزی غیر از سرطان ریه در اسکن چقدر است؟	گاهی اوقات اسکن مواردی را پیدا می کند که نیاز به آزمایش های بیشتر دارند و گاهی اوقات اسکن بیماری های جدی دیگری را که نیاز به درمان دارند، پیدا می کند. این درمان ها می توانند جان شما را نجات دهند.	افرادی که غربالگری انجام نمی دهند، از انجام آزمایش های پزشکی اضافی اجتناب می کنند اما شانس تشخیص زودهنگام سایر بیماری های قابل درمان را نیز خواهند داشت.

۱. بر اساس بهترین تخمینات از آزمایش های کنترل شده تصادفی.

غربالگری سرطان ریه شامل چه چیزی است؟

هر چند وقت یکبار؟



- هر دو سال یکبار اگر نتایج طبیعی (بسیار کم خطر) و بدون یافته قابل توجه باشد.
- اگر در اسکن موردی یافت شود، بیشتر.

چگونه آماده شوم؟



- فورم درخواست سی تی اسکن با دوز پایین را از ارائه دهنده مراقبت های صحتی تان بگیرید.
- اسکن خود را بشکل آنلاین، از طریق تلفون یا شخصاً رزرو کنید. به آنها اطلاع دهید که در پروگرام ملی غربالگری سرطان ریه شرکت می کنید.
- حتماً فورم درخواست اسکن و کارت مدیگر خود را همراه داشته باشید.
- لباس راحت بپوشید. ممکن است لازم باشد برای اسکن لباسستان را عوض کنید.
- اگر برای پوشیدن لباس یا روی تخت اسکن به کمک نیاز دارید، از قبل به کلینیک اطلاع دهید.
- نیازی به ناشتا بودن نیست.

در آن روز چه اتفاقی می افتد؟



- ممکن است از شما خواسته شود که معاینه صحت انجام دهید و قد و وزن خود را اندازه گیری کنید. از شما پرسیده می شود که آیا می توانید دستان خود را به مدت ۵ تا ۱۰ دقیقه بالای سرتان ببرید.
- شما به پشت روی میز دراز می کشید و دستانتان بالای سرتان است. شما نیاز دارید تا نفس خود را برای چند ثانیه نگه دارید و بی حرکت بمانید. رادیولوژیست از قفسه سینه شما عکس می گیرد. برای اسکن نیازی به سوزن نخواهید داشت.
- خود اسکن حدود 10 ثانیه طول می کشد و نباید هیچ دردی احساس کنید.
- قرار ملاقات شما بین ۱۰ تا ۱۵ دقیقه طول خواهد کشید.

چگونه می توانم به آنجا بروم؟



- از ارائه دهنده خدمات صحتی خود بپرسید که غربالگری سرطان ریه در منطقه شما کجا ارائه می شود. این شامل یک کامیون غربالگری سیار در قلب استرالیا برای برخی مناطق روستایی و دورافتاده می شود.

آیا اعضای خانواده، دوستان یا مراقبان می توانند آنجا باشند؟



- در صورت تمایل، یکی از دوستان یا اعضای خانواده خود را با خود ببرید.

هزینه سی تی اسکن با دوز پایین چقدر است؟



- سی تی اسکن با دوز پایین تحت پوشش بیمه درمانی مدیگر رایگان است.

بعد از اسکن من چه اتفاقی می افتد؟

ارائه دهنده خدمات صحتی شما نتایج اسکن شما را دریافت می کند و در صورت نیاز به صحبت در مورد یافته ها با شما تماس خواهد گرفت. شما یک اعلان (پیامک یا نامه) از NCSR دریافت خواهید کرد که به شما اطلاع می دهد در مرحله بعد چه کاری باید انجام دهید. این می تواند شامل انجام مجدد سی تی اسکن با دوز پایین در دو سال آینده یا صحبت در مورد نتایج با ارائه دهنده خدمات صحتی باشد.

نتیجه من به چه معناست و در مرحله بعد چه اتفاقی می افتد؟

نتایج غربالگری	مراحل بعدی
ناقص اسکن به دلایل تخنیکی قابل گزارش نبود و نیاز به تکرار دارد.	شما نیاز دارید تا زمانیکه از NCSR با ارائه دهنده خدمات صحتان یک یادآوری دریافت میکنید دوباره غربالگری کنید.
ریسک بسیار پایین هیچ یافته نگران کننده ای از اسکن شما مشاهده نشد. غربالگری منظم هر 2 سال برای بررسی تغییرات با افزایش سن مهم است.	- NCSR به شما اطلاع خواهد داد که هیچ یافته قابل توجهی وجود ندارد و شما باید غربالگری را ظرف ۲ سال دوباره انجام دهید. - زمانیکه وقت غربالگری دوباره پس از 2 سال فرا برسد شما یک یادآوری از NCSR و/یا ارائه دهنده خدمات صحتان دریافت خواهید کرد. - شما باید 2 سال دیگر برای بررسی مناسب بودن خود به ارائه دهنده خدمات صحتان مراجعه کنید و برای سی تی اسکن با دوز پایین درخواست دریافت کنید. سابقه کشیدن سگرت نیازی به ارزیابی مجدد ندارد.
ریسک پایین در اسکن شما یک ندول مشاهده شده است، اما احتمال ابتلا به سرطان ریه در شما کم است. شما باید ۱۲ ماه دیگر اسکن دیگری انجام دهید.	- NCSR نتایج شما را در اختیارتان قرار نمی دهد، اما شما را تشویق می کند که در مورد نتایج خود با ارائه دهنده خدمات صحتان صحبت کنید. - NCSR به شما یادآوری می کند که چه زمانی در طول 12 ماه زمان غربالگری مجدد فرا رسیده است. - هنگامی که یادآوری خود را دریافت کردید، باید برای بررسی مناسب بودن خود به ارائه دهنده خدمات صحتان مراجعه کنید و برای سی تی اسکن با دوز پایین درخواست بگیرید.
ریسک کم تا متوسط یا ریسک متوسط یک یا چند ندول در اسکن شما یافت شده است که باید بیشتر تحت نظر قرار گیرند. بسته به یافته های شما، باید در مدت 3 یا 6 ماه اسکن دیگری انجام دهید.	- NCSR نتایج شما را در اختیارتان قرار نمی دهد، اما شما را تشویق می کند که در مورد نتایج خود با ارائه دهنده خدمات صحتان صحبت کنید. - NCSR به شما یادآوری می کند که چه زمانی در طول 3 یا 6 ماه زمان غربالگری مجدد فرا رسیده است. - شما باید برای بررسی مناسب بودن خود به ارائه دهنده خدمات صحتان خود مراجعه کنید و برای سی تی اسکن با دوز پایین درخواست بگیرید.
پرخطر یا بسیار پرخطر یک یا چند ندول یافت شده است که نیاز به بررسی بیشتر دارند. این به معنای ابتلا به سرطان نیست. خطر ابتلا به سرطان ریه در این افراد بیشتر است، بنابراین مهم است که در تمام جلسات پیگیری شرکت کنید.	- NCSR شما را تشویق می کند تا در مورد نتایج خود با ارائه دهنده خدمات صحتان خود صحبت کنید. - ارائه دهنده خدمات صحتان گزارش رادیولوژی را بررسی کرده و شما را برای بررسی بیشتر به متخصص درخواست می دهد.
یافته های دیگر قابل پیگیری غیر مرتبط به سرطان ریه اسکن میتواند علاوه بر ریه ها بخش های دیگر بدن بشمول گردن، قفسه سینه و قسمت بالای شکم را مشاهده کند. بعضی اوقات این میتواند یافته ها را در ریه ها (چیزی غیر از سرطان، مانند آمفیژم)، یا بیرون از ریه ها (چیزی مانند امراض قلبی) نشان دهد.	- ارائه دهنده خدمات صحتان شما در مورد نیاز به هرگونه آزمایشات بیشتر و مراحل بعدی با شما صحبت خواهد کرد. - یک یافته دیگر لزوماً به این معنی نیست که شما نمیتوانید پروگرام غربالگری سرطان ریه را ادامه دهید.

تداوی سرطان ریه

اگر سرطان ریه تشخیص داده شود، تداوی میتواند شامل جراحی برای برداشتن بخشی از ریه که تحت تأثیر سرطان قرار گرفته است، باشد. سایر درمان های احتمالی شامل پرتودرمانی و کیمیا تراپی میگردد. ممکن است ترکیبی از درمان ها را دریافت کنید.

ابزار تصمیم‌گیری

به یاد داشته باشید، شرکت در غربالگری سرطان ریه انتخاب شماست. از این ابزار زیر برای کمک به تصمیم‌گیری در مورد آنچه برای شما مهم است استفاده کنید.

از خود بپرسید: هنگام تصمیم‌گیری در مورد غربالگری سرطان ریه، چه چیزی برای شما مهم است؟

غربالگری بسیار مهم ← بدون غربالگری مهم نیست

تشخیص زودهنگام سرطان ریه، قبل از بروز علائم؟ (مثلاً سرفه مداوم بدون دلیل یا سرفه خونی)	1	2	3	4	5
تشخیص زودهنگام سرطان ریه زمانی که گزینه‌های درمانی بیشتری وجود دارد؟	1	2	3	4	5
آرامش خاطر در مورد سلامت ریه خود؟	1	2	3	4	5
فرصتی برای بحث در مورد سابقه سیگرت کشیدن و دریافت حمایت برای ترک آن؟	1	2	3	4	5

از خودتان بپرسید: چقدر نگران این موارد هستید؟

غربالگری نگران نیست ← بدون غربالگری بسیار نگران

نگران شرکت در غربالگری سرطان ریه هستید؟	5	4	3	2	1
در معرض تشعشع قرار گرفته‌اید؟	5	4	3	2	1
نتیجه مثبت کاذب داشته‌اید؟ (یعنی نتیجه اسکن نشان می‌دهد که ممکن است سرطان داشته باشید، اما بررسی‌های بعدی می‌گویند که ندارید)	5	4	3	2	1
آزمایش‌های دیگری برای بررسی یافته‌های سی‌تی‌اسکن با دوز پایین دارید؟	5	4	3	2	1

به پاسخ‌های خود در بالا نگاه کنید.

اگر بیشتر پاسخ‌های شما در سمت راست است، شما موافق انجام غربالگری هستید.
اگر بیشتر پاسخ‌های شما در سمت چپ است، شما موافق عدم انجام غربالگری هستید.

Quitline
13 7848

برای کمک به ترک سگرت:
www.quit.org.au

برای معلومات بیشتر در مورد
پروگرام ملی غربالگری سرطان ریه:
www.health.gov.au/nlcsp

