तपाईंको परिणामहरू बुझ्ने बारे

यो ब्रोसरले तपाईंको फोक्सोको क्यान्सर स्क्रिनिङको नतिजा बुझ्न मद्दत गर्ने जानकारी प्रदान गर्दछ।

राष्ट्रिय क्यान्सर स्क्रिनिङ रजिस्टर (NCSR) र तपाईंको स्वास्थ्य सेवा प्रदायकले तपाईंलाई अब के गर्नुपर्छ भन्ने कुरा बताउनेछन्। यो दुई वर्षमा फेरि कम-डोजको कम्प्युटेड टोमोग्राफी (CT) स्क्यान गराउन वा परिणामहरू बारे छलफल गर्न आफ्नो स्वास्थ्य सेवा प्रदायकलाई भेट्न सक्नुहुन्छ।

फोक्सोको क्यान्सर स्क्रिनिङले के पत्ता लगाउँछ?

फोक्सोको क्यान्सर स्क्रिनिङमा गाँठागुठि भनिने कुनै पनि साना गिर्खाहरू हेर्नको लागि कम-डोजको सी.टी. स्क्यान प्रयोग गरिन्छ। गाँठागुठिहरू फोक्सोमा रहेका तन्तुका साना गिर्खाहरू हुन्। यीनीहरू धेरै सामान्य हुन्छन् र धेरैजसो गाँठागुठिहरू फोक्सोको क्यान्सर हुँदैनन्।

तपाईंमा देखिने कुनै पनि गाँठागुठिहरूको आकार र अवस्थाले तपाईंको पछिल्ला चरणहरू लाई निर्दिशित गर्नेछन्। कुनै क्षेत्रलाई अझ नजिकबाट हेर्नको लागि तपाईंलाई थप परीक्षणहरू आवश्यक पर्न सक्छ। फोक्सोमा गाँठागुठि हुनु वा थप परीक्षणहरू आवश्यक पर्नुको अर्थ तपाईंलाई फोक्सोको क्यान्सर भएको होइन।

स्क्यान गर्दा फोक्सोमा वा फोक्सो बाहिर अन्य चिजहरू फेला पर्न सक्छ। यसको अर्थ तपाईंलाई क्यान्सर भएको छ भन्ने होइन, तर यसबारे आफ्नो स्वास्थ्य सेवा प्रदायकसँग छलफल गर्नुपर्छ।

पछिल्ला चरणहरूमा निम्न समावेश हुन सक्छन्:

- समयसँगै गाँठागुठि परिवर्तन भएका छन् वा छैनन् भनेर हेर्नको लागि ३, ६ वा १२ महिनामा फलो-अप कम-डोजको सी.टी. स्क्यान।
- थप परीक्षणहरूको लागि श्वासप्रश्वास चिकित्सकको अनुरोध।
- NCSR ले तपाईंलाई फोक्सोको क्यान्सर स्क्रिनिङ गर्न सहयोग गर्नेछ। यसले तपाईंको स्वास्थ्य सेवा प्रदायकलाई भेट्न बेलाको वा तपाईंको अर्को स्क्यान गर्ने बेलाको रिमाइन्डरहरु पठाउनेछ।
- तपाईंको स्क्रिनिङको इतिहास NCSR मा भण्डारण गरिनेछ।
- यदि तपाईंमा कुनै महत्त्वपूर्ण परिणामहरू फेला परेन भने, NCSR ले तपाईंलाई दुई वर्षमा पुन: स्क्रिन गर्न सम्झाउनेछ।

Australian Government | NATIONAL LUNG CANCER SCREENING PROGRAM

मेरो परिणामको अर्थ के हो र अबको कदम के हुन्छ?

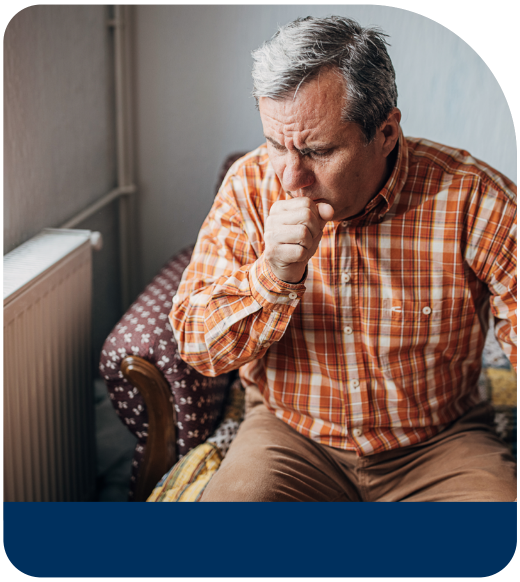
स्क्रिनिङको परिणामहरू	पछिल्ला चरणहरू
अपूर्ण प्राविधिक कारणले गर्दा स्क्यानको रिपोर्ट गर्न सकिएन र फेरी स्क्यान गर्नुपर्ने भयो।	• NCSR वा तपाईंको स्वास्थ्य सेवा प्रदायकबाट रिमाइन्डर प्राप्त भएपछि तपाईंले पुन: स्क्रिनिङ गर्नुपर्ने हुन्छ।
अति कम जोखिम तपाईंको स्क्यानबाट कुनै चिन्ताजनक परिणामहरू फेला परेनन्। उमेर बढ्दै जाँदा हुने परिवर्तनहरू जाँच गर्न प्रत्येक २ वर्षमा नियमित स्क्रिनिङ गर्नु महत्त्वपूर्ण छ।	• तपाईंमा कुनै महत्त्वपूर्ण परिणाम नभेटिएको र २ वर्षमा पुन: स्क्रिनिङ गर्नुपर्ने बताइने छ। • **२ वर्ष** मा फेरि स्क्रिनिङ गर्ने समय आउँदा तपाईंलाई NCSR र/वा तपाईंको स्वास्थ्य सेवा प्रदायकबाट रिमाइन्डर प्राप्त हुनेछ। • तपाईंले आफ्नो उपयुक्तता जाँच गर्नको लागि २ वर्षमा आफ्नो स्वास्थ्य सेवा प्रदायककहाँ जानुपर्ने हुन्छ र कम-डोजको सी.टी. स्क्यानको लागि अनुरोध गर्नुपर्ने हुन्छ। धूम्रपानको इतिहास पुन: मूल्याङ्कन गर्न आवश्यक पर्दैन।
कम जोखिम तपाईंको स्क्यानमा एउटा गाँठो भेटिएको छ तर तपाईंलाई फोक्सोको क्यान्सर हुने सम्भावना कम देखिन्छ। १२ महिनामा तपाईंले अर्को स्क्यान गर्नुपर्नेछ।	• NCSR ले तपाईंलाई तपाईंको नतिजा देखाउने छैन् तर तपाईंको परिणामको बारेमा तपाईंको स्वास्थ्य सेवा प्रदायकसँग कुरा गर्न प्रोत्साहित गर्नेछ। • **१२ महिना** मा फेरि स्क्रिनिङ गर्ने समय आउँदा NCSR ले तपाईंलाई सम्झाउनेछ। • जब तपाईंले आफ्नो रिमाइन्डर प्राप्त गर्नुहुन्छ, तपाईंले आफ्नो उपयुक्तता जाँचको लागि आफ्नो स्वास्थ्य सेवा प्रदायककहाँ जानुपर्ने हुन्छ र कम-डोजको सी.टी. स्क्यानको लागि अनुरोध लिनुपर्ने हुन्छ।
कम देखि मध्यम जोखिम वा मध्यम जोखिम तपाईंको स्क्यान गर्दा एउटा गिर्खा वा गाँठागुठिहरू फेला परेका छन् जसलाई बारम्बार निगरानी गर्न आवश्यक हुन्छ। तपाईंको परिणामको आधारमा ३ वा ६ महिनामा अर्को स्क्यान गर्नुपर्ने हुन्छ।	• NCSR ले तपाईंलाई तपाईंको नतिजा देखाउने छैन् तर तपाईंको परिणामको बारेमा तपाईंको स्वास्थ्य सेवा प्रदायकसँग कुरा गर्न प्रोत्साहित गर्नेछ। • **३ वा ६ महिना** मा फेरि स्क्रिनिङ गर्ने समय आउँदा NCSR ले तपाईंलाई सम्झाउनेछ। तपाईंले आफ्नो उपयुक्तता जाँच गर्नको लागि २ वर्षमा आफ्नो स्वास्थ्य सेवा प्रदायक जानुपर्ने हुन्छ र कम-डोजको सी.टी. स्क्यानको लागि अनुरोध गर्नुपर्ने हुन्छ।
उच्च वा अति उच्च जोखिम एक वा एक भन्दा बढी गाँठागुठिहरू देखापरेका छन् जसको थप परिक्षण आवश्यक छ। यसको मतलब यो होइन कि तपाईंलाई क्यान्सर छ। फोक्सोको क्यान्सरको जोखिम बढी छ, त्यसैले सबै फलो-अपहरूमा उपस्थित हुनु महत्त्वपूर्ण हुन्छ।	• NCSR ले तपाईंलाई आफ्नो परिणामको बारेमा आफ्नो स्वास्थ्य सेवा प्रदायकसँग कुरा गर्न प्रोत्साहित गर्नेछ। स्वास्थ्य सेवा प्रदायकले रेडियोलोजी रिपोर्टको समीक्षा गर्नेछन् र थप परिक्षणको लागि तपाईंलाई विशेषज्ञकहाँ पठाउनेछन्।
फोक्सोको क्यान्सरसँग असम्बन्धित कार्यान्वयन योग्य अन्य परिणामहरू स्क्यान गर्दा फोक्सो सँगै शरीरका अन्य भागहरू पनि देखिन सक्छन्, जसमा घाँटी, छाती र पेटको माथिल्लो भाग पर्छन्। कहिलेकाहीँ यसले फोक्सोमा (क्यान्सर बाहेक अन्य केही, जस्तै एम्फाइसेमा), वा फोक्सो बाहिर (मुटु रोग जस्तै अन्य केही) पत्ता लगाउन सक्छ। NCSR ले तपाईंका पछिल्ला चरणहरू बारे छलफल गर्न आफ्नो स्वास्थ्य सेवा प्रदायक भेट्न प्रोत्साहित गर्नेछ।	• तपाईंको स्वास्थ्य सेवा प्रदायकले थप परीक्षण र पछिल्ला चरणहरूको आवश्यकताका बारेमा तपाईंसँग कुरा गर्नुहुनेछ। थप अन्य परिणामहरू फेलापर्नुको अर्थ तपाईं अब फोक्सोको क्यान्सर स्क्रिनिङ कार्यक्रममा निरन्तर सहभागी हुन सक्नुहुन्न भन्ने होइन।

सहयोगको लागि म कोसँग कुरा गर्न सक्छु?

क्यान्सर स्क्रिनिङ कार्यक्रममा सहभागी हुँदा चिन्तित हुनु सामान्य हो। स्क्यानको लागि पर्खदा र परिणाम प्राप्त गर्दाको समय चिन्ताजनक हुन सक्छ। कृपया तपाईंलाई लागेको कुनै पनि चिन्ताको विषय बारेमा आफ्नो स्वास्थ्य सेवा प्रदायकसँग कुरा गर्नुहोस्।

प्रत्येक दुई वर्ष मा फोक्सोको क्यान्सर स्क्रिनिङ गराउनु **(वा तपाईंको स्वास्थ्य सेवा प्रदायकसँग अनुरोध गरे अनुसार गर्नु)** भनेको फोक्सोको क्यान्सरको उपचार गर्न सजिलो हुँदा प्रारम्भिक चरणमा नै पत्ता लगाउने उत्तम तरिका हो।

वेबसाइटहरू	**मानसिक स्वास्थ्य सहायता** www.medicarementalhealth.gov.au **एबोरिजिनल र टोरेस स्ट्रेट आइल्याण्डरका मानिसहरूका लागि सहायता सेवा:** www.13yarn.org.au **क्विटलाइन** (Quitline) www.quit.org.au
संकटकालीन हटलाइनहरू	**बियोन्ड ब्लू** (Beyond Blue) 1300 224 636 **लाइफलाइन** (Lifeline) 13 11 14 13YARN 13 92 76
अन्य सामुदायिक सहायताहरु	**क्यान्सर काउन्सिलको सहायता** 13 11 20 **क्विटलाइन** (Quitline) 13 78 48 **लङ्ग फाउन्डेसन अष्ट्रेलिया** (Lung Foundation Australia) 1800 654 301 **हेड टु हेल्थ** (Head to Health) 1800 595 212 थप सहायता सेवाहरू यहाँ पाउन सकिन्छ: www.health.nsw.gov.au/mentalhealth/services/Pages/support-contact-list.aspx



यदि मलाई लक्षणहरू देखियो भने के गर्ने?

तल दिइएका लगायत, अस्पष्टीकृत लक्षणहरू भएका जो कोहीको लागि स्क्रिनिङ उपयुक्त हुँदैन। यी मानिसहरूले केही भिन्न परीक्षणहरू गराउनु पर्छ।

यदि तपाईंलाई यी मध्ये कुनै पनि लक्षणहरू छन् भने, तपाईंको पछिल्लो स्क्रिनिङ परीक्षणले निकै कम जोखिम देखाए तापनि वा तपाईं पुनः स्क्यान गर्न लागिरहनु भएको छ भने पनि, कृपया तुरुन्तै आफ्नो स्वास्थ्य सेवा प्रदायकसँग कुरा गर्नुहोस्।

- **नयाँ खोकी शुरु भएमा वा खोकीमा परिवर्तन आएमा,**
- **खोक्दा रगत देखिएमा,**
- **बिना कारण सास फेर्न गाह्रो भएमा,**
- **धेरै थकान महसुस भएमा,**
- **बिना कारण तौल घटेमा,**
- **छाती वा काँधको दुखाइ निको नभएमा,**

राष्ट्रिय फोक्सोको क्यान्सर स्क्रिनिङ कार्यक्रमको बारेमा थप जानकारीको लागि:
www.health.gov.au/nlcsp

Quitline 13 7848

धूम्रपान छोड्न मद्दतको लागि:
www.quit.org.au **मा हेर्नुहोस्।**

DT0004838_0625