फोक्सोको क्यान्सर स्क्रिनिङ बारे निर्णय गर्ने उपकरण

सारांश पुस्तिका

यो उपकरणको उद्देश्य के हो?

यो उपकरणले तपाईंलाई फोक्सोको क्यान्सर स्क्रिनिङ गर्ने कि नगर्ने भनेर निर्णय लिन मद्दत गर्न सक्छ। धेरै मानिसहरूले यसका फाइदाहरू देख्छन् र क्यान्सर स्क्रिनिङ गर्नु राम्रो कुरा हो भन्ने सोच्छन्। स्क्रिनिङले तपाईंलाई मद्दत गर्न सक्ने तरिकाहरू छन्, र स्क्रिनिङ गराउने निर्णय लिनु अघि तपाईंले जान्नुपर्ने कुराहरू पनि छन्।

तपाईंले स्क्रिनिङ गराउने वा नगराउने भन्ने बारेमा सूचित रोजाइ लिन मद्दत गर्ने जानकारी प्रदान गर्न यो पुस्तिका डिजाइन गरिएको हो। यो तपाईंको रोजाइ हो - स्क्रिनिङ गराउने वा नगराउने भन्ने बारेमा कुनै सही वा गलत उत्तर हुँदैनन्।

फोक्सोको क्यान्सर भनेको के हो?

फोक्सोको क्यान्सर फोक्सोबाट सुरु हुने क्यान्सर हो। असामान्य कोशिकाहरूको समूह जुन अनियन्त्रित तरिकाले बढ्छन् र शरीरका अन्य भागहरूमा पनि फैलिन सक्छन्।

फोक्सोको क्यान्सर स्क्रिनिङ भनेको के हो?

फोक्सोको क्यान्सर स्क्रिनिङमा लक्षणहरू (जस्तै तपाईंलाई बिना कारण लगातार खोकी लागेको छैन वा खोक्दा रगत देखिएको छैन) नदेखिएका व्यक्तिहरूमा क्यान्सरको प्रारम्भिक संकेतहरू पत्ता लगाउनका लागि कम-डोजको कम्प्युटेड टोमोग्राफी (कम-डोज CT) स्क्यानको प्रयोग गरिन्छ। फोक्सोको क्यान्सरको प्रारम्भिक पहिचानले उपचारका विकल्पहरू दिन्छ र तपाईंलाई निको पार्न राम्रो मौका दिन्छ।

मेडिकेयर भएकाहरूका लागि फोक्सोको क्यान्सर स्क्रिनिङको लागि कम-डोजको सी.टी. स्क्यान नि:शुल्क छ।

के म योग्य छु?

यदि तपाईंले तलका सबै मापदण्डहरू पूरा गर्नुहुन्छ भने तपाईं यो कार्यक्रमको लागि योग्य हुनुहुन्छ:

५० देखि ७० वर्ष उमेरको हुनुहुन्छ

र

फोक्सोको क्यान्सर हुने कुनै पनि लक्षण वा संकेतहरू छैनन्
(उदाहरणका लागि, बिनाकारण लगातार खोकी लाग्ने, खोक्दा रगत देखिने, बिना कारण सास फेर्न गाह्रो हुने)

र

सुर्तीजन्य पदार्थ सेवन गर्ने वा चुरोट सेवन गरेको इतिहास भएको
(१० वर्ष भित्र छोडेको)

र

कम्तिमा ३० प्याक-वर्ष (Pack-years) को सुर्तीजन्य चुरोट सेवनको इतिहास छ
(उदाहरणका लागि, ३० वर्षदेखि प्रति दिन एक प्याक, वा १५ वर्षदेखि प्रति दिन २ प्याक)

तपाईं योग्य हुनुहुन्छ कि हुनुहुन्न भनेर जान्न आफ्नो स्वास्थ्य सेवा प्रदायकसँग कुरा गर्नुहोस्।

फोक्सोको क्यान्सर स्क्रिनिङले मलाई कसरी मद्दत गर्न सक्छ?

- फोक्सोको क्यान्सर प्रारम्भमा नै पत्ता लगाउन। क्यान्सर प्रारम्भमा नै पत्ता लागेमा उपचारका धेरै विकल्पहरू हुन्छन् र निको हुने सम्भावना पनि बढी हुन्छ।
- आफ्नो फोक्सोको स्वास्थ्यको बारेमा मनको शान्ति दिन्छ।
- धूम्रपानको इतिहासबारे छलफल गर्न र छोड्न चाहेमा सहयोग प्राप्त हुने अवसर दिन्छ।

फोक्सोको क्यान्सर स्क्रिनिङको बारेमा मलाई अरू के के थाहा हुनु आवश्यक छ?

- गलत चिकित्सा परिणाम (अर्थात् स्क्यानको नतिजाले तपाईंलाई क्यान्सर भएको हुन सक्छ भन्ने सुझाव दिन्छ, तर फलो-अप अनुसन्धानले तपाईंलाई छैन भन्छ) कुनै पनि स्क्रिनिङ वा चिकित्सा परीक्षणमा हुन सक्छ।
- कुनै पनि स्क्रिनिङ वा मेडिकल परीक्षणमा अतिरञ्जित निदान हुन सक्छ।
- तपाईं थोरै मात्रामा भए पनि विकिरणको सम्पर्कमा आउन सक्नुहुन्छ।
- स्क्रिनिङ गर्दा फोक्सोको क्यान्सरसँग असम्बन्धित थप परिणामहरू पनि फेला पर्न सक्छन्।

Australian Government

NATIONAL LUNG CANCER SCREENING PROGRAM

मुख्य प्रश्नहरू	स्क्रिनिङ गर्दा	स्क्रिनिङ नगर्दा
प्रारम्भिक चरणमा फोक्सोको क्यान्सर पत्ता लगाउने कत्तिको सम्भावना हुन्छ?	१०० मध्ये ७० वटा फोक्सोको क्यान्सरहरु प्रारम्भिक चरण [1] मा पत्ता लाग्नेछ।	१०० मध्ये ७ वटा फोक्सोको क्यान्सर प्रारम्भिक चरण [1] मा पत्ता लाग्नेछ।
तपाईंलाई क्यान्सर भएको हुन सक्ने स्क्यानले सुझावात्मक नतिजा दिने, तर फलो-अप अनुसन्धानले तपाईंलाई फोक्सोको क्यान्सर नभएको देखाउने सम्भावना कत्तिको हुन्छ।	स्क्रिनिङ गरिएका सबै व्यक्तिहरूमा, १०० मध्ये लगभग ३ जनामा उच्च वा अति उच्च जोखिम भएका गाँठागुठी फेला पर्छ1। उच्च वा अति उच्च जोखिम भएका गाँठागुठीहरु क्यान्सर भए/नभएको थाहा पाउनको लागि, तपाईंको स्वास्थ्य सेवा प्रदायकले थप अनुसन्धान गर्न सुझाव दिन सक्नुहुन्छ। उच्च वा अति उच्च जोखिमका गाँठागुठी भएकाहरू मध्ये आधा भन्दा कमलाई फोक्सोको क्यान्सर हुने सम्भावना हुन्छ।	स्क्रिनिङ नगर्ने व्यक्तिहरूले अनावश्यक चिकित्सा परीक्षणको झन्झटबाट बच्नेछन् तर लक्षण नदेखिदै फोक्सोको क्यान्सर पत्ता लगाउने मौका पनि पाउने छैनन्।
स्क्यान गर्दा फोक्सोको क्यान्सर बाहेक अरू केहि फेला पार्ने सम्भावना कत्तिको हुन्छ?	स्क्यान गर्दा कहिलेकाहीँ थप परीक्षण आवश्यक पर्ने चिजहरु फेला पर्न सक्छ, र स्क्यान गर्दा कहिलेकाहीँ उपचार आवश्यक पर्ने अन्य गम्भीर रोगहरू फेला पर्न पनि सक्छ। यी उपचारहरूले तपाईंको जीवन बचाउन सक्छ।	स्क्रिनिङ नगर्ने व्यक्तिहरूले अतिरिक्त चिकित्सा परीक्षणहरू गराउनबाट बच्नेछन्, तर उनीहरूलाई अन्य उपचार योग्य स्वास्थ्य अवस्थाहरू चाँडै पत्ता लगाउने मौका पनि हुँदैन।

1. यादृच्छिक नियन्त्रित परीक्षणहरूबाट प्राप्त उत्तम अनुमानहरूमा आधारित।

निर्णय गर्ने उपकरण

याद राख्नुहोस्, फोक्सोको क्यान्सर स्क्रिनिङमा भाग लिनु तपाईंको रोजाइ हो। तपाईंको लागि के महत्त्वपूर्ण छ भनेर निर्णय गर्न तलको यो उपकरण प्रयोग गर्नुहोस्।

आफैँलाई सोध्नुहोस्: फोक्सोको क्यान्सर स्क्रिनिङ गर्ने निर्णय गर्दा तपाईंको लागि के महत्त्वपूर्ण हुन्छ?	स्क्रिनिङ नगर्दा महत्त्वपूर्ण छैन				स्क्रिनिङ गर्दा अति महत्त्वपूर्ण छ
लक्षणहरू देखा पर्नु अघि नै फोक्सोको क्यान्सर प्रारम्भमा नै पत्ता लगाउनु? (जस्तै, बिना कारण लगातार खोकी लाग्नु वा खोक्दा रगत देखिनु)	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5
उपचारका धेरै विकल्पहरू हुँदा खेरी नै फोक्सोको क्यान्सर प्रारम्भमा नै पत्ता लगाउनु?	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5
तपाईंको फोक्सोको स्वास्थ्यको बारेमा मनको शान्ति?	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5
धूम्रपानको इतिहासबारे छलफल गर्न र छोड्नको लागि सहयोग प्राप्त गर्ने अवसर मिलिरहेको छ?	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5

आफैँलाई सोध्नुहोस्: निम्न बारे तपाईं कत्तिको चिन्तित हुनुहुन्छ:	स्क्रिनिङ नगर्दा अति चिन्तित छु				स्क्रिनिङ गर्दा चिन्तित छैन
फोक्सोको क्यान्सर स्क्रिनिङमा भाग लिने बारे चिन्तित हुनुहुन्छ?	☐ 5	☐ 4	☐ 3	☐ 2	☐ 1
विकिरणको सम्पर्कमा आउने बारे?	☐ 5	☐ 4	☐ 3	☐ 2	☐ 1
गलत चिकित्सा परिणाम बारे? (अर्थात् स्क्यानको नतिजाले तपाईंलाई क्यान्सर भएको हुन सक्छ भन्ने सुझाव दिन्छ, तर फलो-अप अनुसन्धानले तपाईंलाई छैन भन्छ)	☐ 5	☐ 4	☐ 3	☐ 2	☐ 1
कम-डोजको सी.टी. स्क्यानबाट पत्ता लागेका परिणामहरूको खोज गर्न अन्य परीक्षणहरू गर्नुपर्ने बारे?	☐ 5	☐ 4	☐ 3	☐ 2	☐ 1

माथिका आफ्ना उत्तरहरू हेर्नुहोस्।

यदि तपाईंका धेरैजसो उत्तरहरू दायाँपट्टि छन् भने, तपाईं स्क्रिनिङ गर्ने पक्षमा हुनुहुन्छ।
यदि तपाईंका धेरैजसो उत्तरहरू बायाँपट्टि छन् भने, तपाईं स्क्रिनिङ नगर्ने पक्षमा हुनुहुन्छ।

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

Quitline 13 7848

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

यो संसाधन सिड्नी विश्वविद्यालयमा इन्टरनेशनल एसोसिएसन फर द स्टडी अफ लङ क्यान्सर (IASLC) को आर्थिक सहयोगमा विकसित गरिएको थियो र अष्ट्रेलियाली सरकारको आर्थिक सहयोगमा मेलबर्न विश्वविद्यालयमा रूपान्तरण गरिएको छ।

DT0004838_0625

रीसेट