

**Przebadaj się:
wykryj nowotwór płuc
jak najwcześniej**

**JEŚLI PALIŁEŚ(-AŚ)
W PRZESZŁOŚCI ALBO
PALISZ TERAZ**

**ZAPYTAJ, CZY
MASZ WYKONAĆ
BADANIE
PRZESIEWOWE
W KIERUNKU
NOWOTWORU
PŁUC
W PRZYSZŁOŚCI.**

Rak płuc jest główną przyczyną śmierci z powodu nowotworu. W NYC na nowotwór płuc co roku umiera około 2400 osób.

Wykryj nowotwór płuc jak najwcześniej.

Trudno jest wykryć nowotwór płuc na wczesnym etapie choroby bez wykonania badania przesiewowego. Wynika to z tego, że objawy chorobowe zwykle pojawiają się dopiero na późniejszych etapach choroby, kiedy leczenie jest trudniejsze. Badanie przesiewowe umożliwia wykrycie nowotworu płuc, zanim pojawią się objawy chorobowe. Wczesne wykrycie nowotworu płuc może uratować Ci życie.

Badanie przesiewowe ma kluczowe znaczenie dla wczesnego wykrycia nowotworu płuc.

Badanie przesiewowe w kierunku nowotworu płuc rekomendowane przez grupę zadaniową ds. usług prewencyjnych (U.S. Preventive Services Task Force) jest nazywane niskodawkową tomografią komputerową (low-dose computed tomography, LDCT). Coroczne badanie LDCT jest zalecane dla osób, które:

- Mają od 50 do 80 lat
- Mają za sobą co najmniej 20 „paczkolet” (patrz „Czym są paczkoleta?”)
- Palą lub rzuciły palenie w ostatnich 15 latach

LDCT jest stosunkowo nowym badaniem przesiewowym, więc być może nie słyszałeś(-aś) jeszcze o nim. Zapytaj swojego lekarza prowadzącego o swoje ryzyko zachorowania na nowotwór płuc i czy powinieneś/powinnaś poddać się badaniu przesiewowemu.

Porozmawiaj z lekarzem o korzyściach i zagrożeniach związanych z badaniem przesiewowym w kierunku nowotworu płuc.

Korzyścią płynącą z badania przesiewowego jest możliwość wykrycia nowotworu płuc na wczesnym etapie choroby, co może uratować Ci życie!

Zagrożenia związane z badaniem przesiewowym są następujące:

- Ekspozycja na niskie dawki promieniowania (nieznacznie większe niż w przypadku mammografii)
- Uzyskanie fałszywie dodatniego wyniku (wyniki mogą wskazywać, że masz raka płuc, mimo że w rzeczywistości go nie masz)
- Wykrycie nowotworów, które są nieszkodliwe albo mogą ustąpić same, lecz które mogą prowadzić do rozpoczęcia niepotrzebnego leczenia lub zbędnych badań

Jeśli rozważasz wykonanie badania przesiewowego, porozmawiaj ze swoim lekarzem i omów z nim swoje ryzyko zachorowania na nowotwór płuc. Badanie przesiewowe trwa krócej niż minutę. Twój lekarz powiadomi Cię o wynikach badania. Upewnij się, że wyniki są dla Ciebie zrozumiałe i zapytaj, co robić dalej. Nie obawiaj się zadawać pytań, jeśli masz jakiegokolwiek wątpliwości.

Czym są paczkołata?

Paczkołata służą do ustalenia, ile dana osoba paliła przez długi czas.

Paczkołata można obliczyć poprzez pomnożenie liczby wypalanych paczek papierosów na dobę przez lata nałogu. Na przykład: jeśli paliłeś(-aś) jedną paczkę dziennie przez 20 lat, Twoja liczba paczkołat wyniesie 20. Możesz również poprosić swojego lekarza o pomoc w ustaleniu paczkołat.

Czy badanie LDCT lepiej wykrywa nowotwór płuc na wczesnym etapie niż prześwietlenie klatki piersiowej?

Tak. Badania pokazują, że badanie przesiewowe metodą LDCT może obniżyć ryzyko zgonu z powodu nowotworu płuc, podczas gdy badanie przesiewowe w formie prześwietlenia klatki piersiowej nie obniża ryzyka zgonu.

Jakie inne zagrożenia wpływają na zachorowanie na nowotwór płuc?

Poznaj swoje czynniki ryzyka i w miarę możliwości postaraj się je wyeliminować:

- Bierne palenie
- Radon – gaz obecny w niektórych mieszkaniach i budynkach
- Arsen, azbest, chrom, gazy wylotowe z silnika wysokoprężnego i krzemionka
- Radioterapia klatki piersiowej
- Nowotwór płuc u innych członków rodziny lub wcześniej u siebie

Jak mogę zmniejszyć ryzyko zachorowania na nowotwór płuc?

Niepalenie jest najlepszym sposobem na uniknięcie nowotworu płuc. Jeśli palisz, opracuj plan rzucenia palenia.

- Porozmawiaj ze swoim świadczeniodawcą o lekach i opcjach doradztwa. Większość planów ubezpieczeniowych, włączając Medicaid, obejmuje świadczenia ułatwiające rzucenie palenia.
- Odwiedź stronę **nysmokefree.com** lub zadzwoń pod numer 866-697-8487, aby otrzymać darmowy zestaw startowy leków nikotynowych lub porozmawiać z instruktorem ds. rzucania palenia.
- Odwiedź stronę **asiansmokersquitline.org** lub zadzwoń pod numer 800-838-8917 (jeśli posługujesz się językiem kantońskim lub mandaryńskim), 800-556-5564 (jeśli posługujesz się językiem koreańskim) lub 800-778-8440 (jeśli posługujesz się językiem wietnamskim), aby zamówić plastry nikotynowe lub porozmawiać z przeszkolonym konsultantem.
- Odwiedź stronę **nyc.gov/health** i wpisz w wyszukiwarkę „**NYC Quits**” (**NYC rzuca palenie**), aby znaleźć zasoby, które pomogą Ci rzucić palenie.
- Odwiedź stronę **nyc.gov/health/map**, aby wyszukać programy pomagające w rzuceniu palenia.

Czy moje ubezpieczenie zdrowotne pokryje moje coroczne badania przesiewowe w kierunku nowotworu płuc?

W stanie Nowy Jork Medicaid, Medicare i większość innych programów ubezpieczenia zdrowotnego pokryje Twoje coroczne badania przesiewowe w kierunku nowotworu płuc, jeśli kwalifikujesz się do takiego badania. Warunki kwalifikacji, na przykład Twój wiek i paczkołata, mogą różnić się w zależności od programu, dlatego przed wykonaniem badania przesiewowego sprawdź warunki ubezpieczenia u swojego dostawcy ubezpieczenia zdrowotnego. Odwiedź stronę nyc.gov/getcoverednyc lub zadzwoń pod numer **311**, aby dowiedzieć się, jak uzyskać ubezpieczenie zdrowotne, jeśli nie masz takiego ubezpieczenia.

Gdzie mogę wykonać badanie przesiewowe w kierunku nowotworu płuc?

Wiele placówek w NYC oferuje badania przesiewowe w kierunku nowotworu płuc. Poproś swojego dostawcę o skierowanie do odpowiedniej placówki. Możesz zadzwonić do placówki, aby uzyskać informacje dotyczące ochrony ubezpieczeniowej i wymogów skierowania, a także informacje, jak umówić się na wizytę.

Odwiedź stronę nyc.gov/health i wyszukaj hasło „**lung cancer**” (nowotwór płuc), aby dowiedzieć się więcej.

