

**ווערט אונטערזוכט:  
טרעפט לונגען קענסער ווי  
פרי עס איז מעגליך**

**פרעגט אויב  
לונגען קענסער  
אונטערזוכונג  
דארף זיין  
אין אייער  
צוקונפט.**

**אויב רויכערן  
איז אין אייער  
פארגאנגענהייט  
אדער  
יעצטיגע צייט**

לונגען קענסער איז די הויפט סיבה פאר קענסער טויט. בערך 2,400 מענטשן שטארבן יעדע יאר פון לונגען קענסער אין NYC.

## **טרעפט לונגען קענסער ווי פרי עס איז מעגליך.**

עס איז שווער צו פרי אויפכאפן לונגען קענסער אן אן אונטערזוכונג. דאס איז ווייל סימפטאמען קומען געווענליך נישט ארויס ביז ווען די קענסער האט דערגרייכט שפעטערע שטאפלען, ווען עס איז שוין שווערער צו באהאנדלען. אן אונטערזוכונג קען אויפכאפן לונגען קענסער נאך פארן האבן סימפטאמען. צו אויפכאפן לונגען קענסער פרי קען ראטעווען אייער לעבן.

## **אן אונטערזוכונג איז די שליסל צו אויפכאפן פרי לונגען קענסער.**

די לונגען קענסער אונטערזוכונג רעקאמענדירט דורך די U.S. פארמיידונג סערוויסעס טעסק פאורס (Preventive Services Task Force) ווערט גערופן נידריגע-דאזע קאמפיוטירטע טאמאגראפֿי (low-dose computed tomography, LDCT). א יערליכע LDCT טעסט ווערט רעקאמענדירט פאר מענטשן וואס:

- זענען צווישן די עלטערס 50 און 80
- האבן כאטש א 20 "שאכטל יאר" היסטאריע פון רויכערן (זעהט "וואס זענען שאכטל יארן?")
- רויכערן אדער האבן אויפגעהערט אין די לעצטע 15 יאר

LDCT איז א גאנץ נייע אונטערזוכונג טעסט, דעריבער קען זיין אז איר האט נאכנישט געהערט דערפון. פרעגט אייער העלט קעיר פראוויידער וועגן אייער לונגען קענסער ריזיקע און אויב איר זאלט ווערן אונטערזוכט.

## רעדט צו אייער פראוויידער וועגן די בענעפיטן און ריזיקעס פון א לונגען קענסער אונטערזוכונג.

די בענעפיט פון ווערן אונטערזוכט איז צו  
קענען אויפכאפן לונגען קענסער פרי, וואס  
קען ראטעווען אייער לעבן! די ריזיקעס פון  
אונטערזוכן רעכענען אריין:

- אויסשטעלונג צו א נידריגע צאל פון  
ראדיאציע (אביסל מער פון  
א מאמאגראם)

- פאלש טעסטן פאזיטיוו (רעזולטאטן ווייזן  
אז איר האט מעגליך לונגען קענסער ווען  
אין פאקט האט איר עס נישט)

- קען אויפכאפן קענסערס וואס וועלן  
איך נישט שעדיגן אדער קענען אליין  
אוועקגיין, אבער קען פירן צו אן איבריגע  
באהאנדלונג אדער טעסט

ווען איר נעמט אין באטראכט אן אונטערזוכונג,  
פרעגט אייערע פראגעס פון אייער פראוויידער  
און שמועסט אויס אייער לונגען קענסער  
ריזיקע. אן אונטערזוכונג נעמט ווייניגער פון  
איין מינוט. דערנאך, וועט אייער פראוויידער זיך  
פארבינדן מיט אייך מיט די רעזולטאטן. מאכט  
זיכער אז איר פארשטייט אייערע רעזולטאטן  
און וואס איר דארפט דערנאך טון. האט נישט  
מורא צו פרעגן פראגעס אויב איר זענט  
נישט זיכער.

## וואס זענען שאכטל יארן?

שאכטל יארן מעסטן וויפיל א מענטש האט גערויכערט דורכאויס א לענגערע תקופה.

איר קענט אויסרעכענען אייערע שאכטל יארן דורך ציילן די נומער פון ציגארעטל שאכטלעך וואס איר האט גערויכערט א טאג מאל די נומער יארן וואס איר האט גערויכערט. צום ביישפיל, אויב האט איר גערויכערט איין שאכטל א טאג פאר 20 יאר, איז אייער שאכטל יארן 20. איר קענט אויך בעטן אייער פראוויידער אייך צו העלפן אויסרעכענען אייערע שאכטל יארן.

## איז LDCT בעסער ביים אויפכאפן פריע שטאפלען פון לונגען קענסער ווי טשעסט X-רעיס?

יא. שטודיעס האבן געצייגט אז אן אונטערזוכונג מיט LDCT קען פארמינערן די ריזיקע פון שטארבן פון לונגען קענסער, אין די צייט וואס אונטערזוכן מיט א טשעסט X-רעי טוט נישט.

## וואס זענען אנדערע ריזיקעס פאר לונגען קענסער?

ווייסט אייערע ריזיקע פאקטארן און אדרעסירט עס וואו איר קענט:

- צווייטהאנטיגע רויך
- ראדאן, א גאז וואס געפונט זיך אין געוויסע הייזער און געביידעס
- ארסעניק, אסבעסטאס, קראמיום, דיעזעל עקזאוסט און סיליקא
- ראדיאציע טעראפיע ביי אייער ברוסטקאסטן
- פערזענליכע אדער פאמיליע היסטאריע פון לונגען קענסער

## וויאזוי קען איך פארמינערן מיין ריזיקע פאר לונגען קענסער?

נישט רויכערן איז די בעסטע וועג צו פארמיידן  
לונגען קענסער. אויב איר רויכערט, מאכט א  
פלאן אויפצוהערן.

- רעדט צו אייער דאקטער איבער מעדיצין  
און קאונסעלינג אפציעס. רוב העלט  
אינשורענס פלענער, אריינגערעכנט  
מעדיקעיד, דעקן סערוויסעס אייך צו  
העלפן אויפהערן.
- באזוכט [nysmokefree.com](http://nysmokefree.com) אדער רופט  
8487-697-866 זיך איינצוגעבן פאר  
א פרייע אנהייבער קיט פון ניקאטין  
מעדעצינען אדער צו רעדן צו איינער וואס  
העלפט אויפהערן.
- באזוכט [asiansmokersquitline.org](http://asiansmokersquitline.org),  
אדער רופט 8917-838-800 (אויב איר  
רעדט קאנטאניז אדער מאנדארין),  
800-556-5564 (אויב איר רעדט  
קארעאן) אדער 8440-778-800 (אויב  
איר רעדט וויעטנאמיז) זיך איינצוגעבן  
פאר ניקאטין שאכטלעך אדער צו רעדן צו  
א טרענירטע קאונסלער.
- באזוכט [nyc.gov/health](http://nyc.gov/health) און זוכט אויף  
"NYC Quits" (הערט אויף NYC)  
צו טרעפן ריסאורסעס אייך צו העלפן  
אויפהערן.
- באזוכט [nyc.gov/health/map](http://nyc.gov/health/map) צו טרעפן  
פראגראמען אייך צו העלפן אויפהערן.

## וועט מיין העלט אינשורענס דעקן מיין יערליכע לונגען קענסער אונטערזוכונג?

אין ניו יארק סטעיט, וועלן מעדיקעיד, מעדיקעיר און רוב אנדערע העלט אינשורענס פלענער דעקן אייער יערליכע לונגען קענסער אונטערזוכונג אויב איר קוואליפירט פאר איינס. קוואליפיקאציעס, ווי אייער עלטער און שאכטל יארן, קען זיין אנדערש ביי געוויסע פלענער, דעריבער זאלט איר זיכער מאכן וואס איר ווערט געדעקט מיט אייער העלט אינשורענס פראוויידער פארן ווערן אונטערגעזוכט. באזוכט

[nyc.gov/getcoverednyc](https://nyc.gov/getcoverednyc) אדער רופט **311** צו אויסגעפינען וויאזוי צו באקומען העלט אינשורענס אויב האט איר נישט.

## וואו קען איך באקומען א לונגען קענסער אונטערזוכונג?

פילע ערטער אין NYC שטעלן צו לונגען קענסער אונטערזוכונגען. בעט אייער פראוויידער אייך צו צושטעלן אן אונטערזוכונג ארט. איר קענט רופן די ארט צו באקומען אינפארמאציע וועגן העלט אינשורענס דעקונג, רעפורל פארלאנגען און וויאזוי צו באשטעלן אן אפוינטמענט.

באזוכט [nyc.gov/health](https://nyc.gov/health) און זוכט אויף  
"lung cancer" (לונגען קענסער)  
צו וויסן מער.

