QAAYAHAAGA
DOORBIDKAAGA
DOORASHADAADA

For “Considering Lung Cancer Screening” in English, see can-ah-78700.

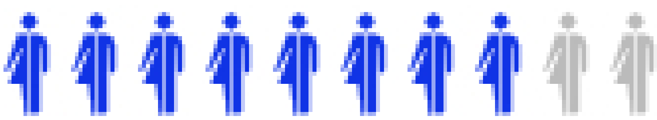
Iyadoo la tixgelinayo Baadhitaanka Kansarka Sambabada

Kansarka Sambabka

Kansarka sambabku waa cudur ay unugyada sambabku ay u koraan si xad dhaaf ah.

Kansarka sambabada ayaa ah sababta ugu badan ee dhimashada kansarka ee dadka waaweyn. Dad badan ayaa u dhinta kansarka sambabada sannad kasta marka loo eego kansarka mindhicirka, naaska, iyo kansarka qanjirka ‘prostate’ oo la isku daray.

Sigaar cabista ayaa ah khatarta ugu weyn ee kansarka sambabada.



8 ka mid ah 10 kii qofood ee qaba kansarka sambabada waxaa sababa sigaarka.

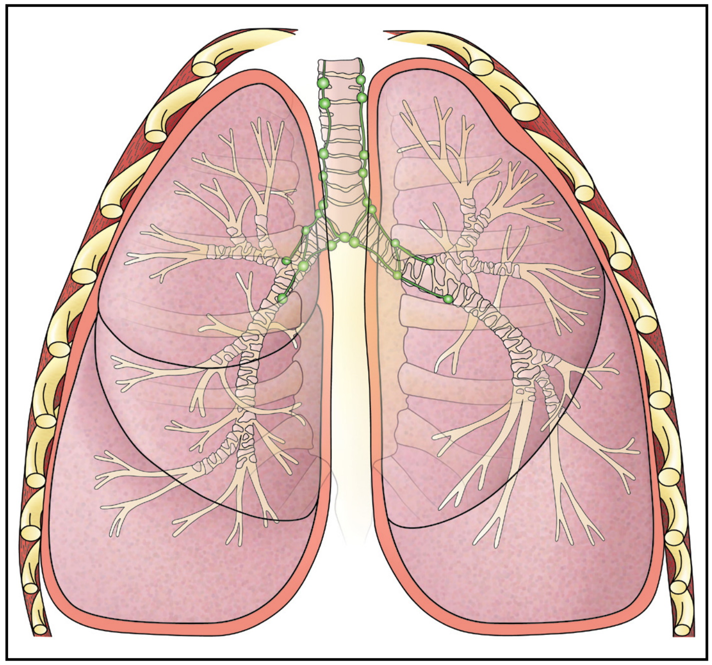
Baaritaanka kansarka Sambabka

Baaritaanka kansarka sambabada ayaa la sameeyaa si loo helo kansarka sambabada goor hore marka sida ugu badan loo daweyn karo.

Bixiyahaaga daryeelka caafimaadka ayaa kula hadli doona si uu u eego haddii aad u qalanto baaritaanka kansarka sambabada. Waxay isticmaalayan CT (computed tomography) si ay kuu siiyaan sawir faahfaahsan oo sambabadaada ah.

Bixiyahaaga ayaa kaala hadli doona waxyaabaha soo socda. Si wadajir ah, waxaad u go’aansan doontaan waxa kuu fiican:

- dheefaha iyo halista baaritaanka
- Doorbidyadaada iyo qiyamkaga agagaarka baaritaanka
- joojinta sigaar cabista (eeg bogga 3.)
- waxa ay noqon karaan natiijooyinka ka soo bixi kara iyo sidee lagugu sheegi doonaa
- sida aad ugu baahan tahay inaad sameyso baaritaan qiyaas yar oo kansarka sambabada ah sannad kasta.



© Allina Health System

Sambabadu waa xubno neefsasho oo qaab koobi ah oo laabtaada ku dhex jira.

Muhiimadda Baaritaanka Socda

Waa muhiim in la sameeyo baaris yar oo kansarka sambabada sanad walba si loola socdo koritaanka kansarka sambabada.

Samayntaada baadhistaada sannad kasta waxay kordhisaa fursada lagu helo kansarka sambabada goor hore oo loogu daweeyo si guul leh.

Tilmaamaha Baaritaanka

Xarumaha Medicare iyo Adeegyada Medicaid waxay ku talinayaan baaritaanka kansarka sambabada haddii aad u dhexeyso da'da 50 iyo 77 iyo haddii dhammaan shuruudahan ku quseeyaan:

- ❑ aadan lahayn calaamadaha ama astaamaha kansarka sambabada (qufac dhiiga, neefsashada oo ku dhibta, daal iyo miisaan hoos u dhac lama filaan ah)
- ❑ aad leedahay taariikh sigaar cabbid culus (taariikh dhan 20-sano baakidh maalintii). Tani waxay ka dhigan tahay inaad cabtay wax u dhigma 1 baakidh oo sigaar ah maalin kasta
- ❑ 20 sano ama 2 baakidh maalin kasta muddo 10 sano ah.
- ❑ hadda aad sigaarka cabto ama aad joojisay 15 kii sano ee la soo dhaafay.

Dheefaha iyo Khataraha Baaritaanka kansarka Sambabka

Dheefaha

- Sida laga soo xigtay Tijaabada Baadhista Sambabada Qaranka (NLST), baadhista kansarka sambabada ayaa hoos u dhigaysa khatarta ah inaad u dhimato kansarka sambabada boqolkiiba 20 in ka badan haddii aad saneeyso in ka badan 3 sano oo baaritaan ah. Sii wadida baadhista sannadkiiba mar waxay hoos u dhigi kartaa khatartaada xitaa in ka badan intaas.
- Baaritaanku wuxuu heli karaa kansarka sambabada marxaladaha ugu horreeya ee kuwa ugu daweyn fiican.
  - — Qiyaastii 3 ama 4 ka mid ah 100 kii qanjidhada sambabada (meel aan caadi ahayn) waa kansar.
- Baaritaanku waa xanuun la'aan waxayna qaadataa wax ka yar 1 daqiiqo. Booqashadaadu waxay qaadan doontaa qiyaastii 30 daqiiqo guud ahaan.
- Barnaamijka baadhista waxa uu ku siinayaa la-talin kaa caawinaysa joojinta sigaarka iyo isticmaalka tubaakada.

Khataraha

- Baaritaanku waxa uu noqon karaa mid been ah oo sheegaya qabitaan. Tani waxay dhacdaa marka wax u eeg kansar laakiin aan ahayn la arko.
  - — Qiyaastii 1 ka mid ah 8 kii qof ayaa heli doona natiijadan. Waxaa laga yaabaa inaad u baahatid ama aadan u baahnayn baaritaanno dheeraad ah ama habraacyo lagu xaqiijinayo inuusan kansar jirin.

Mashiinka iskaanka CT wuxuu isticmaalaa qiyaas yar (caddad) shucaac ah si uu sawir faahfaahsan uga sameeyo sambabadaada. Baaritaanka Iskaanku wuxuu qaataa dhowr daqiiqo oo kaliya mana aha xanuun. Uma baahnid inaad u diyaargarowdo iskaanka.

Daboolista Caymiska

- Medicare ayaa dabooli doonaa kharashka baaritaanka kansarka sambabada ee dadka da'doodu tahay 50 ilaa 77 jir.
  - — Medicare wuxuu u baahan yahay inaad la hadasho bixiyaha xanaanada caafimaadkaaga si aad u ogaato in baaritaankani kugu habboon yahay iyo in kale.
- Bixiyeyaasha caymiska qaarkood ma bixiyaan kharashka baaritaankan. Wac bixiyaha caymiskaaga si aad u ogaato in qorshahaaga caafimaad uu daboolayo baaritaankan.
  - — Haddii bixiyaha caymiskaagu aanu daboolinkharashka baaritaankan, la hadal bixiyahaaga daryeelka aasaasiga ah. Waxa suurogal ah inaad uqalanto qiimo dhimis.

Weydii bixiyaha caymiskaaga haddii aad heli karto baadhis ilaa da'da 80.

- Baaritaanku waxa uu noqon karaa mid qalad ah. Tani waxay dhacdaa marka baaritaanku aanu muujinin in kansarka sambabada uu jiro iyadoo ay dhici karto inuu jiro.
  - — In ka yar 1 ka mid ah 10 kii qof ee qaba kansarka sambabada ayaa heli doona natiijadan.
- Qiyaasta shucaaca ee baadhistu waxay la mid tahay soo-gaadhista shucaaca ee qofka caadiga ahi helo 1 sano gudaheed marka uu joogo deegaanka.

Fahamkayga

Su'aalaha	Jawaabaha
Haddii aan buuxiyo shuruudaha baadhista CT, imisa ayaan ka faa'iidaysanayaa?	Cilmi-baaristu waxay muujisay hoos u dhac boqolkiiba 20 u dhimashada kansarka sambabada ee dadka sigaarka u cabba sida aadka u daran ee helay qiyaas yar oo baaritaanka CT ah.
Xulashada CT-ga ee qiyaasta yar ma ii tahay mid badbaado leh?	Waxaa jira xoogaa soo-gaadhis ah oo ka timaada shucaaca la socda baaritaanka CT-ga noocaan ah. Heerarkan ayaa weli loo arkaa inay yihiin kuwo badbaado ah.
Baaritaanku ma yahay doorashada kaliya ee lagu caawinayo ka hortagga kansarka sambabada?	Maya. Baaritaanku kama joojinayo kansarka sambabada inuu dhaco. waa uu heli kartaa oo kaliya. Hab-ka ugu wanaagsan ee lagu dhimi karo halista kansarka sambabada waa in aadan sigaar cabbin ama aad joojiso sigaarka.
Ma in la i baaro isla markaaba Marka aan la kulmo daryeel bixiyaha caafimaadka? Meeqa jeer ayaa lagu talinayaa baaritaanka in la qaado?	Bixiyahaaga daryeelka caafimaadka ayaa kuu diri doona qiyaas yar oo CT ah haddii ay u maleynayaan in baadhistu kugu habboon tahay. Jadwaleeyaha ayaa kula soo xiriiri doona si uu ballan ugu sameeyo. Waxaad u baahan doontaa inaad samayso baadhitaano dabagal ah sannad kasta (ama sida uu adeeg bixiyahaagu kugula taliyo) ilaa iyo inta aad buuxinayso shuruudaha baadhista.
Maxaa dhacaya haddii baaritaanka uu muujiyo qanjid sambabka ama meel aan caadi ahayn oo gudaha ama meel ka baxsan sambabada?	Haddii baadhistu muujiso qanjidhada sambabada oo aan caadi ahayn, kalkaalisada ayaa ku soo wacaysa si aad u ogaato natiijooyinkaaga, iyo waxa ay ula jeedaan, oo kula hadalaysaa talaabooyinka xiga, oo ay ku jiraan haddii aad u baahan tahay inaad aragto khabiir sambabada ah.
Kharashka baadhista CT-ga ee qiyaasta yar ma yahay mid caymisku daboolay?	Medicare wuxuu dabooli doonaa kharashka baaritaankan ee dadka da'doodu tahay 50 ilaa 77 sano jir. Medicare wuxuu u baahan yahay inaad la hadasho bixiyaha xanaanada caafimaadkaaga si aad u ogaato in baaritaankani kugu habboon yahay iyo in kale. Bixiyaha daryeelkaaga aasaasiga ah ayaa laga yaabaa inuu go'aamiyo baaritaanka kansarka sambabada inay kugu habboon tahay ilaa da'da 80. Qorshayaasha kale ee caymisku way kala duwanaan karaan. Wac bixiyaha caymiskaaga si aad u ogaatid waxa ku jira qorshahaaga. Haddii bixiyaha caymiskaagu aanu daboolin kharashka baaritaankan, la hadal bixiyahaaga daryeelka aa-saasiga ah. Waxa suurogal ah inaad uqalanto qiimo dhimis.

Ma u baahan tahay Caawinaada Sigaar Joojinta?

- **Quit Partner**
  - 1-800-QUIT-NOW (1-800-784-8669) ama quitpartnermn.com
- **taageerada joojinta tubaakada ee internetka**
  - smokefree.gov
- **Ururka Sambabada Ameerika/Khadka Joojinta Tubaakada**
  - 651-227-8014 ama 1-800-586-4872

Dookhyadayda

Calaamadi doorbidkaaga shay kasta marka aad go'aansanaysid waxa muhiimka kuu ah. Tani waxay kaa caawin kartaa hagista go'aankaaga.

Su'aalaha	Fikradahayga
1. Ma fahantay baadhista CT-ga ee qiyaasta hoose ee lagu sharaxay dukumeentigan?	
2. Ma fahantay faa'iidooyinka iyo halista ay leedahay in la sameeyo baadhis qiyaas yar ama aanad samaynin baadhis? Maxaa adiga kuugu muhiimsan?	
3. Markaad ka fikirto khataraha suurtagalka ah, waa maxay cabsidaada ama welwelkaaga?	
4. Waqtigan xaadirka ah, ma dareemaysaa in baadhistu ku habboon tahay yoolalkaaga?	
5. Ma kula tahay inaad haysato taageero iyo xog kugu filan oo aad go'aan ku gaadho?	
6. Haddii aad ku jawaabtay "maya" su'aasha 5 aa, maxaa kaa hor istaagaya inaad tan sameyso?	

Doorbidkaygu Wakhtigan

❑ waa in la ii sameeyo baadhista ❑ aan la ii sameyn baadhista ❑ go'aan ma gaadhin

© 2022 ALLINA HEALTH SYSTEM. TM – A TRADEMARK OF ALLINA HEALTH SYSTEM
OTHER TRADEMARKS USED ARE OWNED BY THEIR RESPECTIVE OWNERS