

# ফুসফুসের ক্যান্সার স্ক্রিনিং সম্পর্কে আপনার যা জানা উচিত।

## ফুসফুসের ক্যান্সার কী?

ফুসফুসের ক্যান্সার হলো এমন ক্যান্সার যা ফুসফুসে পাওয়া যায়। এটি শুরু হয় যখন ফুসফুসে অস্বাভাবিক কোষগুলি অনিয়ন্ত্রিতভাবে বৃদ্ধি পায়। ফুসফুসের ক্যান্সার সবচেয়ে প্রচলিত ক্যান্সারগুলির মধ্যে একটি এবং অন্তারিওতে ক্যান্সারজনিত মৃত্যুর সবচেয়ে প্রচলিত কারণ। অতীতে, ফুসফুসের ক্যান্সারে আক্রান্ত বেশিরভাগ মানুষ মারা যেতেন কারণ তাদের ক্যান্সার দেরিতে ধরা পড়েছিল, যখন চিকিৎসা ঠিকমতো কাজ নাও করতে পারে। এখন ফুসফুসের ক্যান্সারের জন্য লোকেদের স্ক্রিনিং (পরীক্ষা) করার একটি কার্যকর উপায় রয়েছে যাতে এটি প্রাথমিক পর্যায়ে সনাক্ত করা যায়, যখন চিকিৎসা কাজ করার সম্ভাবনা বেশি থাকে।

## ক্যান্সার স্ক্রিনিং কী?

ক্যান্সার স্ক্রিনিং হলো এমন একটি পরীক্ষা করা যা এমন লোকেদের উপর করা হয় যাদের ক্যান্সারে আক্রান্ত হওয়ার সম্ভাবনা আছে, কিন্তু তাদের কোনও লক্ষণ নেই এবং সাধারণত ভালো বোধ করেন।

অন্তারিও ফুসফুস স্ক্রিনিং প্রোগ্রাম (OLSP) হল অন্তারিওর ফুসফুস ক্যান্সার স্ক্রিনিং প্রোগ্রাম। OLSP ফুসফুসের ক্যান্সারে আক্রান্ত হওয়ার উচ্চ ঝুঁকিতে থাকা ব্যক্তিদের নিয়মিত এই রোগের জন্য স্ক্রিনিং করাতে উৎসাহিত করে।



## ফুসফুসের ক্যান্সারের জন্য কাদের স্ক্রিনিং করানো উচিত?

ফুসফুস ক্যান্সারের ঝুঁকি বেশি থাকা ব্যক্তিদের জন্য ফুসফুসের ক্যান্সার স্ক্রিনিং করার পরামর্শ দেওয়া হয়। আপনি ফুসফুসের ক্যান্সার স্ক্রিনিংয়ের জন্য যোগ্য হতে পারেন যদি আপনি:

- বয়স ৫৫ থেকে ৮০ এর

- কমপক্ষে ২০ বছর ধরে প্রতিদিন সিগারেট ধূমপান করেছেন - এটি টানা ২০ বছর ধরে হতে হবে না, যার অর্থ এমন সময় ও থাকতে পারে যখন আপনি ধূমপান করেননি, এবং

- OHIP কভারেজ আছে

যদি আপনি এই মানদণ্ডগুলি পূর্ণ করেন, আপনার উচিত আপনার ডাক্তার বা নার্স প্র্যাকটিশনারের সাথে একটি OLSP স্থানে রেফার হওয়ার ব্যাপারে আলোচনা করা, অথবা আপনি সরাসরি একটি OLSP শাখায় যোগাযোগ করতে পারেন।

OLSP শাখাগুলির নাম জানতে

[ontariohealth.ca/lungscreeninglocations](https://ontariohealth.ca/lungscreeninglocations) দেখুন

অথবা 1.866.662.9233 নম্বরে কল করুন।

## আমি ফুসফুসের ক্যান্সার স্ক্রিনিংয়ের জন্য যোগ্য কিনা তা কীভাবে জানতে পারব?

OLSP-তে রেফার করা সকলেই স্ক্রিনিংয়ের জন্য যোগ্য হবেন না।

OLSP-এর একটি শাখা ফুসফুসের ক্যান্সারে আক্রান্ত হওয়ার ঝুঁকি সম্পর্কে আরও জানতে



**Ontario Health**  
Cancer Care Ontario

আপনাকে ফোন করবে এবং আপনার স্বাস্থ্য এবং ধূমপানের ইতিহাস সম্পর্কে জিজ্ঞাসা করবে। এই প্রশ্নগুলির উত্তরের উপর ভিত্তি করে, OLSP সাইট আপনাকে বলবে যে আপনি ফুসফুসের ক্যান্সার স্ক্রিনিংয়ের জন্য যোগ্য কিনা।

## ফুসফুসের ক্যান্সার স্ক্রিনিং পরীক্ষার সময় কী ঘটে?

যদি আপনি স্ক্রিনিং করার যোগ্য হন, তাহলে আপনাকে এক ধরনের কম্পিউটেড টোমোগ্রাফি (CT) স্ক্যান দেওয়া হবে যা অল্প পরিমাণে বিকিরণ ব্যবহার করে। এই পরীক্ষাটিকে লো-ডোজ CT স্ক্যান বলা হয়। স্ক্যানের সময়, আপনি একটি উন্মুক্ত টেবিলের উপর শুয়ে থাকেন যা স্ক্যানার নামক একটি বড় ডোনাট আকৃতির মেশিনের মধ্য দিয়ে যায়। স্ক্যানারটি আপনার ফুসফুসের বিস্তারিত ছবি তোলার জন্য অল্প পরিমাণে বিকিরণ ব্যবহার করে। পরীক্ষাটি মাত্র কয়েক মিনিট সময় নেয় এবং ব্যথাহীন। পরীক্ষার সময় কোনও ওষুধ বা সূঁচ দেওয়া হয় না।

আপনার স্ক্রিনিং করার সময় সেখানে আপনাকে সহায়তা করার জন্য হাসপাতালের কর্মীরা থাকবে। আপনি আপনার সাথে একজন বন্ধু বা পরিবারের সদস্যকেও আনতে পারেন।



## আমার কত ঘন ঘন স্ক্রিনিং করানো উচিত?

OLSP পরামর্শ দেয় যে আপনি যদি এই প্রোগ্রামের জন্য যোগ্য হন তবে প্রতি বছর আপনার স্ক্রিনিং করানো উচিত।

## যদি আমি ফুসফুসের ক্যান্সার স্ক্রিনিংয়ের জন্য যোগ্য না হই?

সময়ের সাথে সাথে আপনার ফুসফুসের ক্যান্সার হওয়ার ঝুঁকি পরিবর্তিত হতে পারে। যদি কোন OLSP সাইট আপনাকে বলে যে আপনি স্ক্রিনিংয়ের জন্য যোগ্য নন, তাহলে আপনার 3 বছর পর পুনরায় পরীক্ষা করা উচিত যে আপনি যোগ্য কিনা।

আপনার আরও তাড়াতাড়ি আবার পরীক্ষা করা উচিত যদি আপনার নিচের লক্ষণগুলি থাকে:

- আবার ধূমপান শুরু করেছেন (যদি ছেড়ে দিয়ে থাকেন)
- আপনার দীর্ঘস্থায়ী অবস্ট্রাকটিভ পালমোনারি ডিজিজ (COPD) আছে বলা হয়েছে।
- ফুসফুসের ক্যান্সারের একটি নতুন পারিবারিক ইতিহাস



## ধূমপান ত্যাগ করার জন্য আমি কোথায় সাহায্য পেতে পারি?

ধূমপান পরিত্যাগ হল আপনার সার্বিক স্বাস্থ্যের উন্নতির জন্য করতে পারা সবচেয়ে ভাল কাজের একটি যার মধ্যে ক্যান্সারে আক্রান্ত হওয়ার ঝুঁকি কমানোও অন্তর্ভুক্ত।

ধূমপান ত্যাগ করা কঠিন হতে পারে, তবে এটি সম্ভব, এবং যদি কারো সাহায্য পায় তবে তার ধূমপান ত্যাগ করার সম্ভাবনা বেশি থাকে। আপনি যদি বর্তমানে ধূমপান করেন এবং OLSP-এর যেকোনো একটি শাখায় আসেন, তাহলে আপনাকে ধূমপান ত্যাগ করতে সাহায্য করার জন্য বিনামূল্যে পরিষেবা প্রদান করা হবে।



ধূমপান ত্যাগে সহায়তার জন্য আপনি নিম্নলিখিত  
পরিষেবাগুলিতে সরাসরি যোগাযোগ করতে  
পারেন:

- Health811: 811 নম্বরে ডায়াল করে
- ধূমপায়ীদের হেল্পলাইন: SmokersHelpline.ca-  
তে

**ফুসফুসের ক্যান্সার স্ক্রিনিং সম্পর্কে আরও  
তথ্যের জন্য, অনুগ্রহ করে এখানে যান:**  
[ontariohealth.ca/lung](https://ontariohealth.ca/lung)

