

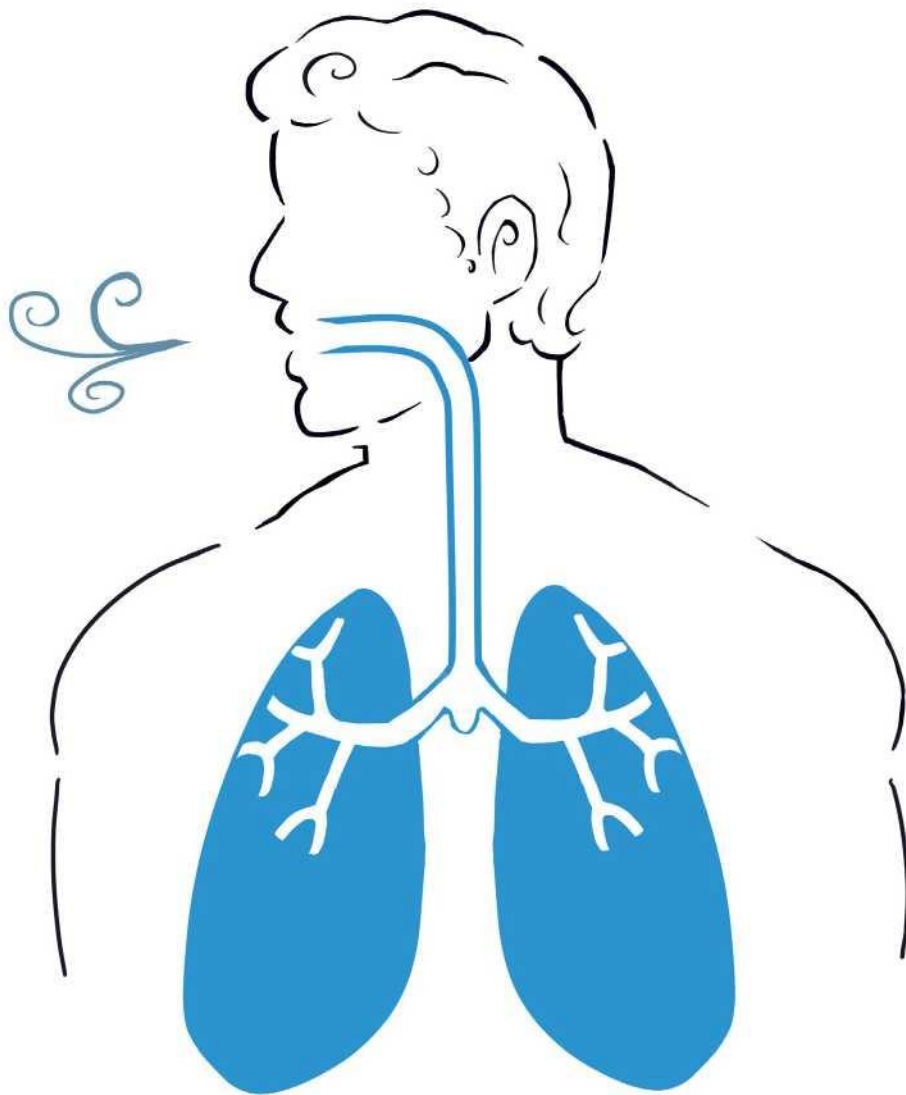


Lung
Cancer
Screening



Barnaamijka Baaritaanka Kansarka Sambabada

Waxa aad u baahan tahay inaad ogaato



**Tilmaamaha si fudud
loo akhriyi karo**

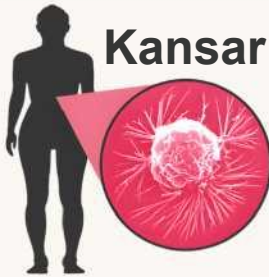
Screening
saves
lives

Help us
help you

Waa maxay kansarka sambabada?	3
Waa maxay baaritaanka kansarka sambabada?	4
Maxaan u bixinaynaa baaritaanka kansarka sambabada?	5
Baaritaanka Caafimaadka Sambabada	6
Baaritaanka sambabada	8
Natijooyinka baaritaanka sambabada	11
Doorashada in la sameeyo baaritaanka sambabada	13
Caawinta joojinta sigaarka	14
Calaamadaha kansarka sambabada	15
Macluumaad dheeraad ah	16

Waa maxay kansarka sambabada?

3



Kansarka sambabada waa mid ka mid ah noocyada ugu badan ee kansarka.



Jidhkaagu wuxuu ka kooban yahay qaybo yaryar oo badan oo loo yaqaan unugyo

Hal unug ayaa laga yaabaa inuu qaldamo. Tani waxay ka dhigi kartaa unugyada kale inay qaldamaan. Marka tani ka dhacdo sambabada waxay isu beddeli kartaa kansarka sambabada.



Badanaa ma jiraan calaamado ama calaamado marxaladaha hore ee kansarka sambabada.

Tani waxay ka dhigan tahay in kansarro badan oo sambabada ah la helo goor dambe marka ay adag tahay in la daweeyo.

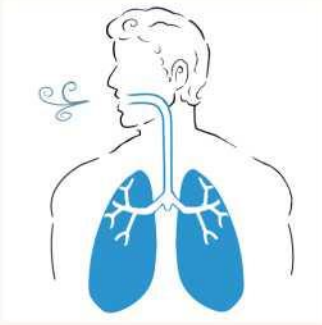


Helitaanka kansarka sambabada goor hore waxay la macno tahay in daaweyntu ay fududaan karto oo ay si fiican u guulaysan karto. Habka ugu wanaagsan ee lagu ogaan karo kansarka sambabada goor hore waa iyada oo loo marayo baaritaanka.

Baaritaanku wuxuu badbaadiyaa nolosha.

Waa maxay baaritaanka kansarka sambabada?

4



Baaritaanka kansarka sambabada wuxuu leeyahay 2 qaybood.



1. Baaritaanka caafimaadka sambabada

Waxaad la hadashaa xirfadle caafimaad taleefanka ama fool ka fool.

Waxay ku weydiinayaan su'aalo si ay u ogaadaan haddii aad halis weyn ugu jirto kansarka sambabada.



2. Baaritaanka sambabada

Haddii aad halis weyn ugu jirto kansarka sambabada waxaa lagu siinayaa sawir sambabada ah.

Sawirka (Skaanka) sambabada ayaa sawirro ka qaadaya sambabadaada.



Waxaad weydiisan kartaa saaxiib ama daryeele taageero.

Maxaan u bixinaynaa baaritaanka kansarka sambabada?

5



Baaritaanka kansarka sambabada wuxuu kaa caawinayaa inaad hore u ogaato dhibaatooyinka sambabadaada.

Waxay kaa caawin kartaa inaad ogaato dhibaatooyinka ka hor intaadan ogaan wax khaldan.



Dadka da'doodu u dhaxayso 55 ilaa 74 ee sigaarka caba ama sigaarka caba waxay halis weyn ugu jiraan kansarka sambabada.

Waxaan dadkan ku martiqaadaynaa baaritaanka kansarka sambabada.



Helitaanka kansarka sambabada goor hore waxay la macno tahay in daaweyntu ay fududaan karto oo ay si fiican u guulaysan karto.

Baaritaanku wuxuu badbaadiyaa nolosha.

1. Baaritaanka Caafimaadka Sambabada



Waxaad kula hadli doontaa xirfadle caafimaad taleefanka ama fool ka fool.

Waxaad ka hadlaysaa:

- Neefsashada
- Sida sambabadaadu aad ka dareemayso
- Qaab nololeedkaga
- Taariikhda qoyska
- Taariikhda Caafimaadka



Ka dib hadalka, xirfadlaha caafimaadku wuxuu kuu sheegi doonaa waxa xiga ee dhici doona.

Waxaa jira 3 natiijo oo suurtagal ah.

1. Wax dhibaato ah lama helin



Baaritaanka caafimaadka sambabada ayaa lagu ogaaday inaad halis yar ugu jirto kansarka sambabada.

Uma baahnid sawir sambabada ah.

Waxaa laga yaabaa in laguugu yeero baaritaan caafimaad oo kale mustaqbalka.

Haddii aad dareento wax isbeddel ah ama aad leedahay wax calaamado ah ka hor baaritaankaaga caafimaadka sambabada ee xiga, u tag dhakhtarkaaga guud (*dhakhtarkaaga*).

Calaamadaha waxay ku yaalliin bogga 14.

1. Baaritaanka Caafimaadka Sambabka

(la sii wado)

7



2. Dalabka baaritaanka sambabada

Baaritaankaaga caafimaadka sambabada ayaa muujinaya inaad halis weyn ugu jirto dhibaatooyinka sambabadaada.

Waxaa lagu siinayaa sawir sambabada ah si loo hubiyo calaamadaha kansarka sambabada.



3. U gudbinta dhakhtarkaaga guud ama isbitaalka deegaankaaga

Baaritaankaaga caafimaadka sambabka wuxuu muujinayaa dhibaatooyin laakiin uma baahnid baaritaan sambabka ah. Xirfadlaha caafimaadku wuxuu la hadli doonaa dhakhtarkaaga guud (*dhakhtarkaaga*) ama xirfadle caafimaad oo kale natiiyooyinkaaga.

Waxaan u sheegi doonnaa dhakhtarkaaga guud (*dhakhtarkaaga*) natiiyooyinka baaritaankaaga caafimaadka sambabka.

2. Baaritaanka sambabada

8

Lugu tala galay Dadka lagu casuumay baaritaanka sambabka



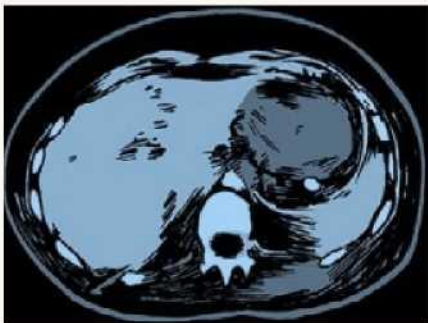
Waxaa laguugu yeerayaa baaritaanka sambabka.

Baaritaanka sambabka waxaa loo yaqaan baaritaanka CT ee qiyaasta hoose. Baaritaanka CT wuxuu isticmaalaa **shucaac yar**.

Baaritaanka wuxuu sawir ka qaadaa sambabadaada.

Shucaaca waa nooc ka mid ah tamarta.

Shucaaca waa tamar aan la arki karin oo hawada ku dhex socota, sida iftiinka ama kulaylka, laakiin ma arki karno indhaheenna.



Waxaan isticmaalnaa **shucaac** si aan sawirro (*raajo*) uga qaadno gudaha jirka.

Sawirka sambabka wuxuu isticmaalaa **shucaac** aad u yar. Xaddi yar oo **shucaac ah** caadi ahaan ma keenaan waxyeello.

Mararka qaarkood, haddii aad qaadato **shucaac** aad u badan, tani waxay keeni kartaa waxyeello. Tani waa dhif.

2. Sawir-qaadista sambabka (la sii wado)

9

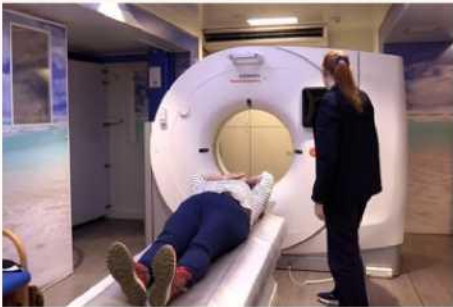
Maxaa ka dhaca sawir-qaadista sambabka?



Sawir-qaadista sambabka waxay ka dhacdaa unug guurguura ama isbitaal.



Waxaa lagaa codsanayaa inaad ka saarto dahabka iyo dharka leh sibbooyinka birta ah.



Waxaad ugu jiifsanaysa dhabarkaaga sariirtuna waxayna dhex maraysa sawir-qaadaha.



Shaqaalaha loo yaqaan **sawir-qaadayaasha** ayaa ka maamula sawir-qaadaha shaashadda gadaashiisa.

Waxaad la hadli kartaa shaqaalaha inta lagu jiro sawir-qaadista.

2. Sawir-qaadista sambabka

(la sii wado)

10

Maxaa ka dhaca sawir-qaadista sambabka?



Waxaa lagu weydiin doonaa inaad si deggan u jiifto.

Waxaa lagaa codsan doonaa inaad si tartiib ah u neefsato oo aad neeftaada u hayso dhowr ilbiriqsi.

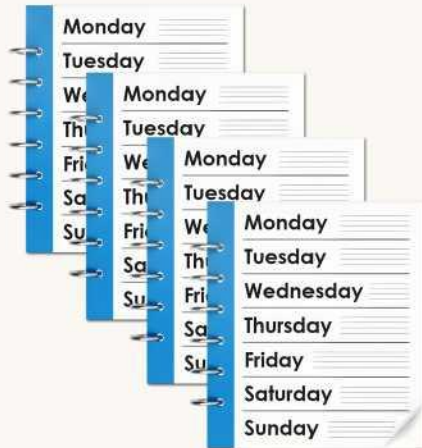
Sambabada oo lagaa qaado sawir xanuun ma leh .



Marka baaritaanka la dhammeeyo, sariirta ayaad ka degaysaa oo wad ka baxaysaa qaybta.

Natijoooyinka baaritaanka sambabada

11



Waxaad natijoooyinka
baaritaankaaga sambabada heli
doontaa 4 toddobaad gudahood.

Waxaa jira 4 natiiyo oo suurtagal
ah.



1. Wax dhibaato ah lama helin

Calaamadaha kansarka sambabada laguma
helin baaritaanka sambabada.



Waxaan kugu martiqaadi doonnaa baaritaan
sambabada oo kale 2 sano gudahood si loo
hubiyo in wax walba ay weli fiican yihiin.



GP Surgery

Haddii aad dareento wax isbeddel ah ama
aad leedahay wax calaamado ah ka hor
baaritaankaaga caafimaadka xiga, u tag
dhakhtarkaaga guud (*dhakhtarkaaga*).

Calaamadaha waxay ku yaalliin bogga 14.

Natiijooyinka baaritaanka sambabada

(la sii wado)

12



2. Waxaad u baahan tahay baaritaan kale

Tani waxay ka dhigan tahay inaan aragnay wax aan rabno inaan mar kale hubinno.

Waxaan kuu soo qori doonnaa warqad waxaana ku weydiisan doonnaa inaad u timaaddo baaritaan kale.

Tani badanaa waxay dhacdaa 3 ama 12 bilood gudahood.



3. Baaritaanno dheeraad ah ayaa loo baahan yahay

Waxaan wax ku aragnay sawirka aan kaa qaadanay, marka waxaana rabnaa inaan sameyno baaritaanno dheeraad ah.

Waxaan ku soo wici doonnaa oo warqad u diri doonnaa isbitaalka.

Waxaan rabnaa inaan ku aragno 2 toddobaad gudahood.



4. Wax kale ayaa la helay

Baaritaanka sambabada wuxuu raadiyaa kansarka sambabada, laakiin mararka qaarkood waxaan helnaa dhibaatooyin kale. Haddii aan helno dhibaato kale waxaan kuu soo qori doonnaa adiga iyo dhakhtarkaaga guud (*dhakhtarkaaga*) si aad u hesho baaritaanno ama daaweyn dheeraad ah.

Doorashada in la sameeyo baaritaanka kansarka sambabada

13



Waa doorashadaada inaad sameeyso baaritaanka kansarka sambabada.

Haynta baaritaanka kansarka sambabada waxay la macno tahay inaan u badan tahay inaan dhibaatooyin hore u helno.



Helitaanka kansarka sambabada goor hore la sameeyo, waxay la macno tahay in daaweyntu ay fududaan karto oo ay si fiican u guulaysan karto.



Mararka qaarkood waxaa laga yaabaa in baaritaanka sambabada uu seego kansarka sambabada. Tani waa dhif. Mararka qaar waxaan wax ku aragnaa baaritaanka sambabada waxaanan rabnaa inaan sameyno baaritaanno dheeraad ah. Tani waxay noqon kartaa mid aad u walwal badan.



Waqti kasta inta lagu jiro baaritaanka kansarka sambabada waxaad na weydiin kartaa su'aalo kasta.

Waxaad sidoo kale la hadli kartaa dhakhtarkaaga guud (*dhakhtarkaaga*) ama xirfadle caafimaad oo ka tirsan qalliinka GP-ga.

Caawinta joojinta sigaarka

14



Waxa ugu fiican ee aad sameyn karto si aad u yareyso khatartaada kansarka sambabada, waa inaad joojiso sigaarka.



Haddii aad rabto inaad joojiso sigaarka waxaa jira adeegyo joojin sigaar oo saaxiibtinimo leh, bilaash ah, oo maxalli ah.



**Haddii aad rabto inaad joojiso
sigaarka waxaad awoodi kartaa:**

Weydii ballantaada baaritaanka kansarka sambabada.

La hadal dhakhtarkaaga.

La xiriir NHS Smokefree 0300 123 1044

Ama booqo www.nhs.uk/smokefree



Calaamadaha kansarka sambabada

15



Haddii aad leedahay mid ka mid ah calaamadahan, u tag dhakhtarka guud (*dhakhtarka*).



Qufac aan joogsanayn *ama*

Qufac dhiig leh



Neefsashada oo kugu yaraata

ama

Xanuun ama dhib marka aad neefsato ama qufacdo.



Daal aad u daran ama miisaan lumis adigoo isku dayin.



Ma doonasid inaad wax cunto.

Macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan kansarka sambabada, baaritaanka kansarka sambabada iyo talo ku saabsan sigaarka

16



Macluumaadka Kansarka Sambabada ee NHS

www.nhs.uk/conditions/lung-cancer



NHS Smokefree

www.nhs.uk/smokefree



Cilmi-baarista Kansarka ee UK

www.cruk.org/lunghealthchecks
www.cruk.org/about-cancer/lung-cancer
www.cruk.org/smoking



Hay'ada Kansarka Sambabada ee Roy Castle

www.roycastle.org/information
www.roycastle.org/help-and-support

Waxaa lagu sameeyay taageero laga helay
Shabakadda Waxbarashada
Naafada iyo Autism-ka ee Waqooyi Bari iyo Waqooyiga Cumbria

