**Оптимальный метод скрининга рака легкого**

**В медицине есть понятие скрининга — это обследование, которое помогает выявить рак до того, как появятся симптомы. Оптимальный метод скрининга — низкодозная компьютерная томография (КТ) легких. Другие варианты — рентген и КТ. При обнаружении очагов, возможно, понадобятся дополнительные (биопсия или ПЭТ/КТ) или повторные исследования для уточнения диагноза.**  
  
**Как понять, что вы в зоне риска и необходим скрининг?**   
  
**Один из ключевых факторов риска для рака легкого — курение. Чтобы определить степень его влияния на здоровье, можно рассчитать свой индекс курящего человека (или индекс пачка/лет).**  
  
**Формула такая:**   
**количество выкуриваемых пачек сигарет в день × стаж курения.**   
  
**Например, если вы курите (или курили) 1,5 пачки сигарет в день в течение 30 лет, ваш индекс пачка/лет равен 1,5 × 30, то есть 45.**