



## د یو متخصص سره د خبرو کولو لپاره زموږ وړیا مرستې کرښې ته زنگ ووهئ. 1-800-LUNGUSA

### د سږو د مرستې کرښې (HelpLine Lung) ته د زنگ وهلو لاملونه

#### 1. زموږ متخصصین خوابونه لري.

زموږ د مرستې کرښې کارکوونکي د تجربه لرونکي ثبت شوي نرسانو، تنفسي درملني او تصدیق شوي تنباکو درملني متخصصینو څخه جوړ دي. تاسو به په مستقیم ډول د خپل سږو ناروغی یا د سگرت ځکولو یا نورو تنباکو محصولاتو پریښودو په اړه پوښتنو په اړه د متخصص سره خبرې وکړئ.

#### 2. ستاسو د تشخیص او درملني اختیارونه درک کړئ.

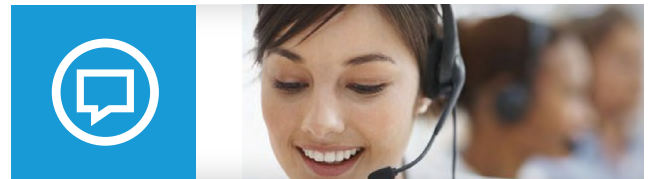
که چیرې د سږو ناروغی سره نوي تشخیص شوي وي یا د اورېدمهاله حالت سره معامله کوي، موږ کولی شو د خوابونو سره مرسته وکړو چې راتلونکی څه وي، ستاسو اختیارونه څه دي، او حتی تاسو ته سرچینې، راجع کولو او ملاتړ چمتو کوو.

#### 3. خپل خطرونه وپېژنئ.

معلومات ترلاسه کړئ او د سگرت ځکولو/تمباکو کارولو، رادون، د هوا ککړتیا، د سږو د ناروغی جنیټیک خطر عوامل، ساه بندي، COPD، د سږو سرطان او نور په اړه ستاسو پوښتنو سره مرسته وکړئ. ومومئ چې څنګه د سږو ناروغی لپاره خپل خطرونه کم کړئ.

#### 4. دا وړیا ده.

زموږ مهربانه مشورې وړیا ده، او د زنگ وهلو شمیر یا اورېدوالی لپاره هیڅ محدودیت نشته. تاسو کولی شئ موږ ته د اړتیا په صورت کې څو ځله زنگ ووهئ.



- نوی تشخیص شوی یا د سږو ناروغی سره د ناروغ لپاره پاملرنه؟
- د تنباکو د پریښودو هڅه کول؟
- اندېښمنه ده ستاسو د سږو د ناروغی خطر په اړه؟

زموږ مهربان او د پوهې د مرستې کارکوونکي کولی شي تاسو ته هغه ملاتړ چمتو کړي چې تاسو ورته اړتیا لرئ او هغه خوابونه چې تاسو یې په لټه کې یاست.

#### موږ سره اړیکه ونیسئ

د دوشنبې څخه تر جمعي پورې شتون لري: د سهار له 7 څخه تر 9 بجو پورې CST; د اونۍ پای: د سهار له 9 بجو څخه تر 5 بجو پورې CST، پرته له لوی رخصتیو.

یوه پوښتنه د [HelpLineInfo@Lung.Org](mailto:HelpLineInfo@Lung.Org) ته واستوئ.

[lung.org/support-community/lung-helpline-and-tobacco-quitlin](https://lung.org/support-community/lung-helpline-and-tobacco-quitlin) ته مراجعه وکړئ - ژوندی خبرې وکړئ یا آنلاین پوښتنه وسپارئ.

TTY د اورېدلو معیوبیت لپاره 1-800-501-1068