अग्रज्योति 2013

अग्रवाल समाज मालवीय नगर, जयपुर

श्री अग्रसेन भवन, महाराजा अग्रसेन मार्ग, मालवीय नगर, जयपुर
www.agrawalsamajjaipur.com Ph. : 0141-2525555

कैंसर - जानकारी ही बचाव है

कैंसर आज दुनिया में एक ऐसी बीमारी बन चुकी है जिसका नाम सुनते ही कई लोगों के पैरों तले जमीन खिसक जाती है, जानकार मानते है कि कैंसर लाइलाज नहीं है, बस जरूरत है इसका सही समय पर पता चलने की और सही इलाज की।

दरअसल, कैंसर शरीर की आधारभूत इकाई, कोशिका (cell) को प्रभावित करता है शरीर में नये सेल्स और पुराने सेल्स के बदलाव की प्रक्रिया से कैंसर हो सकता है। सामान्य तौर पर शरीर में कुछ नये सेल्स बनते हैं और पुराने सेल्स टूटते है जिनके असामान्य जमाव से कैंसर होने की आशंका बढ़ जाती है।

कैंसर के प्रकार :

कैंसर के कई प्रकार है :

1. कार्सिनोमा (CARCINOMA) - यह कैंसर का सबसे आम प्रकार हैं। फेंफड़े, आंत, स्तन और डिंब ग्रंथियों के कैंसर आमतौर पर इस प्रकार के होते हैं।

2. सारकोमा (SARCOMA) - अस्थि, वसा और मांसपेशी में पाया जाता है।

3. लिम्फोमा (LYMPHOMA) - शरीर की प्रतिरक्षा प्रणाली के लिम्फ नोड (Lymph Node) में आरम्भ होता है।

4. ल्यूकेमिया (LEUKEMIA) - उन रक्त कोशिकाओं में आरम्भ होता है जिनका अस्थि मज्जा में विकास होता है और जो रक्त प्रवाह में बड़ी संख्या में पाई जाती हैं।

कैंसर के लक्षण :

कैंसर के लक्षण, उसके प्रकार और स्थान पर निर्भर होते हैं। हो सकता है कि कुछ कैंसरों में तब तक कोई लक्षण न हों, जब तक कि ट्यूमर बड़ा न हो जाए। आम लक्षणों में निम्नलिखित लक्षण सम्मिलित है :

- किसी प्रकार का घाव जो भरता न हो।
- किसी भी प्रकार की लम्बी बीमारी।
- मुँह में कफ में बार-बार खून आता हो और ठीक नहीं हो रहा हो।
- खाँसी, जो ठीक नहीं हो रही हो।
- मुँह के छाले ठीक नहीं होते हो एवं मुँह नहीं खुलता हो।
- खाना निगलने में परेशानी होती हो।
- छाती (स्तन) में गांठ हो या रिसाव होता हो।
- संभोग के बाद योनि से रक्त बहता हो।
- योनि से सफेद बदबूदार पानी गिरता हो।
- किसी प्रकार की शरीर में, खासतौर पर गले में गांठ हो।
- मल या मूत्र से रक्त आता हो।

कैंसर का इलाज :

कैंसर का पता बॉयोप्सी (BIOPSY) नामक टेस्ट से चलता है। बॉयोप्सी से ही कैंसर के प्रकार व संभावित उपचार का निर्धारण होता है। बॉयोप्सी जाँच से कैंसर फैलता नहीं है, इस गलत धारणा के कारण बहुत से लोग अपना उपचार समय से न कराकर मर्ज बढ़ा लेते हैं।

जब किसी कैंसर का पता लगेगा, तब इस बात की जाँच करने के लिये परीक्षण किये जायेंगे कि क्या कैंसर शरीर के अन्य अंगों में फैल गया है। सी.टी. स्केन, एम.आर.आई., एक्स-रे और रक्त के परीक्षणों की आवश्यकता हो सकती है।

आपका चिकित्सक, कैंसर के प्रकार, आपकी आयु और समग्रता में आपका स्वास्थ्य, और क्या कैंसर शरीर के अन्य अंगों में फैल गया है - के आधार पर इस बात का निर्णय करेगा कि आपको किस प्रकार के उपचार की आवश्यकता है।

कैंसर के सबसे आम उपचार निम्नलिखित हैं :

- ट्यूमर और इसके पास के ऊतक को हटाने के लिये शल्य चिकित्सा (सर्जरी Surgery)
- ट्यूमर और कैंसर की कोशिकाओं को सिकोड़ने या नष्ट करने के लिये नियंत्रित मात्राओं में विकिरण (रेडिएशन Radiation Therapy)
- कैंसर की कोशिकाओं की वृद्धि को धीमा करने या नष्ट करने के लिए रसायन चिकित्सा (कीमोथैरेपी Chemotherapy)
- दुष्प्रभावों का उपचार करने और आपको बेहतर रूप से स्वास्थ्य लाभ प्राप्त करने में सहायता के लिये अन्य दवाएँ।

कैंसर की रोकथाम के कुछ उपाय :

- धूम्रपान न करना व तम्बाकू का उपयोग न करना।
- धूप में बाहर जाते समय अपनी त्वचा की रक्षा करने के लिये सनस्क्रीन, टोपी या कपड़ों का उपयोग करना।
- Fast Food व Canned Food का कम से कम प्रयोग।
- अधिक वसा वाले भोजन व ज्यादा तला भुना भोजन कम खाएं।
- फल, सब्जियाँ और अधिक रेशे वाले आहार का अधिक मात्रा में सेवन करना।
- नियमित व्यायाम करें।
- अपने जीवन साथी के प्रति वफादार रहें।
- कैंसर विशेषज्ञ से प्रतिवर्ष मिलना। कैंसर की जांच से उसका आरम्भिक और सबसे अधिक उपचार योग्य अवस्था में पता लग सकता है।

डॉ. जयश्री गोयल
कैंसर विशेषज्ञ
डी-631, मालवीय नगर