काान्तिपुर अस्पताल प्रा. लि.
KANTIPUR HOSPITAL PVT. LTD.
सुविधानगर, तिनकुने, काठमाडौं
फोन नं. ४१११६२६, ४१११८५८
फ्याक्सः ४१११९२८
www.kantipurhospital.com.np

डा. रोशन प्रजापति
(वरिष्ठ क्यान्सर रोग विशेषज्ञ)

सन्दर्भ विश्व क्यान्सर दिवस

क्यान्सर उपचारमा कान्तिपुर अस्पताल

नेपालमा क्यान्सरका बिरामीबारे एकीन तथ्यांक नभए पनि ६० हजारदेखि ७० हजारसम्मलाई यो रोग लागेको र वर्षेनि ५ हजारदेखि ७ हजार नयाँ बिरामी थपिने गरेको अनुमान छ । यीमध्ये धेरैजसो फोक्सोको क्यान्सरबाट पीडित छन्, त्यसपछि मुख र पेटको । महिलाहरू भने क्रमशः स्तन, पाठेघरको मुख र फोक्सोको क्यान्सरबाट पीडित छन् । नेपालमा नसर्ने रोगबाट हुने मृत्युमध्ये ७ प्रतिशत क्यान्सरबाट हुने गरेको छ । वर्ल्ड क्यान्सर रिसर्च फन्ड इन्टरनेशनलको सन् २०१२ को तथ्यांकअनुसार, विश्वभर करीब डेढ करोड मानिस क्यान्सरपीडित छन् । सन् २०३५ सम्ममा यो संख्या बढेर २ करोड ४० लाख पुग्ने अनुमान छ ।

के हो क्यान्सर

क्यान्सर त्यस्तो रोग हो जसमा शरीरको कुनै भागमा कोषहरूको अनियन्त्रित वृद्धि हुन्छ र यस्तो वृद्धि अन्य भागमा फैलंदै जान्छ । यो सरूवा रोग होइन, तर यसलाई शुरूमै नष्ट गरिएन वा हटाइएन भने शरीरभर फैलिएर अन्ततः यसै कारणले मानिसको मृत्यु हुन्छ

क्यान्सरको शुरूवाती लक्षण–

- शरीरमा नयाँ गिर्खा वा ट्युमर देखा पर्नु, स्तनमा गिर्खा आउनु
- असामान्य रूपमा रक्तश्राव वा पीप बग्नु, दिसा-पिसाबमा रगत देखिनु, खोक्दा रगत आउनु ।
- लामो समयसम्म खोकी लागिरहनु,
- अस्वभाविक रूपमा वजन घट्नु, थकाइ लाग्नु
- दिसा-पिसाबको बानीमा परिवर्तन हुनु
- घाउ हतपत निको नहुनु
- अपच वा खाना निल्न गाह्रो हुनु
- शरीरमा आएको कोठीको रंग र आकार परिवर्तन हुँदै जानु
- महिलामा मासिक श्राव बन्द भएपछि पनि रक्तश्राव हुनु आदि ।

यस्ता लक्षण अन्य रोगका कारण पनि देखिएका हुनसक्छन् । शुरूका लक्षण वा सामान्य परीक्षणका आधारमा क्यान्सर रोग लागेको यकीन गर्न सकिंदैन । यसका लागि मेडिकल इमेजिङ र बायप्सी गर्नुपर्ने हुन्छ ।

क्यान्सरका कारण

विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्लुएचओ) का अनुसार संसारभर क्यान्सरबाट हुने मृत्युमध्ये २२ प्रतिशत चुरोट, सूर्ति, खैनी जस्ता सूर्तिजन्य पदार्थको सेवनका कारण हुने गरेको छ भने १० प्रतिशत क्यान्सर अत्यधिक मोटोपना, असामान्य खानपिन, व्यायामको कमी र रक्सी सेवनका कारण हुने गरेको पाइएको छ । डब्लुएचओका अनुसार, विकासोन्मुख देशहरूमा २० प्रतिशत क्यान्सर हेपाइटाइटिस बी, हेपाटाइटिस सी र ह्युम्यान प्यापिलोमाभाइरस जस्ता जिवाणुको संक्रमणले हुने गरेको छ । त्यस्तै, अत्यधिक घाम, रेडियो विकिरण र प्रदूषित वातावरणले पनि क्यान्सर रोग लाग्न सक्छ भने ५ देखि १० प्रतिशतसम्म क्यान्सर वंशाणुगत कारणले हुने गर्छ ।

चुरोट, बिडी, खैनी लगायतका सूर्तिजन्य वस्तु सेवनबाट क्यान्सरको सम्भावना अत्यधिक हुन्छ । सूर्तिजन्य कारणले मुख, श्वासनली, फोक्सो, आमासय, गर्भासय, मूत्रनली, मिर्गौला आदि अंगमा क्यान्सर हुन्छ । त्यसैगरी, अत्यधिक रक्सी सेवनले मुख, अन्न नली, पेट र महिलामा स्तन क्यान्सरको सम्भावना हुन्छ । अत्यधिक

चिल्लो, बोसो भएको खाना, चर्को नुन, पोलेको मासुले पनि क्यान्सरको सम्भावना बढाउँछ । ढुसी परेका र बासी खानेकुरामा अफ्लाटोक्सिन नामक क्यान्सर गराउने तत्व हुन्छ । अफ्लाटोक्सिनले कलेजो, आन्द्रा, आमासय आदिमा क्यान्सर हुने सम्भावना हुन्छ । त्यसैगरी, कीटनाशक औषधि र रासायनिक मल प्रयोग भएको अन्न, फलफूल, तरकारी र सागपात उपभोगबाट मुख, अन्ननली, आमासयको क्यान्सर हुनसक्छ भने बजारमा पाइने मिठाइमा मिसाइएका प्रिजर्भेटिभ र अखाद्य रंगहरू पनि क्यान्सरको कारण हुनसक्छन् ।

आँखामा हुने रेटिनोब्लास्टोमा, ठूलो आन्द्रा, स्तन र डिम्बासायको क्यान्सर वंशाणुगत कारणबाट पनि हुने गर्छ । त्यस्तै, वातावरणीय विकिरणका साथै एक्स-रे, सीटी स्क्यान, रेडियो थेरापी आदि जस्ता मेशीनले फ्याँक्ने विकिरणको अत्यधिक सम्पर्कमा पुग्ने व्यक्तिलाई क्यान्सर हुने सम्भावना बढी हुन्छ । त्यस्तै, लामो समय सूर्यको प्रकाशमा पाइने अल्ट्राभोइलट रेको असर पर्दा छालाको क्यान्सर हुन्छ भने हेपाइटाइटिस बी, हेपाटाइटिस सी र ह्यूम्यान प्यापिलोमाभाइरस जस्ता संक्रमणले पनि विभिन्नखाले क्यान्सर रोग लाग्ने सम्भावना हुन्छ । पाठेघरको क्यान्सरमा एचपीभी भाइरस प्रमुख कारण रहेको अनुसन्धानबाट देखिएको छ । हेलिकोब्याक्टर पाइलोरीको संक्रमणका कारण आमासयको क्यान्सर हुनसक्छ । सिस्टोसोमिया जस्ता परजीवीको संक्रमणले मूत्रथैलीको क्यान्सर हुनसक्छ ।

सवारी साधन र कलकारखानाबाट निस्कने धूवाँ, धूलोले प्रदूषित बनाएको वातावरणमा पाइने बेन्जिन, आर्सेनिक, क्याडमियम, क्रोमियम, भिनायर क्लोराइड जस्ता हानीकारक तत्वले फोक्सो, घाँटी, आमासय, आन्द्रा आदिमा क्यान्सर हुनसक्ने सम्भावना हुन्छ । त्यसबाहेक पोषणको कमी, विभिन्न रोगहरूको संक्रमण आदि कारणले शरीरको प्रतिरोधात्मक शक्तिमा कमी हुँदा पनि क्यान्सर हुने सम्भावना हुन्छ ।

क्यान्सरबाट बच्न

- धूमपान, सूर्ति, गुट्खा सेवन नगर्ने
- शरीरको वजन ठिक्क राख्ने
- अत्यधिक रक्सी सेवन नगर्ने
- प्रशस्त मात्रामा तरकारी, सागपात, गेडागुडी खाने
- संक्रमक बिरामीवरूद्धको खोप लगाउने
- रातो मासु (राँगा, खसी), धूवाँमा सेकाएको र प्रोसेस्ड मासु नखाने
- चर्को नुन नखाने
- बढी चिल्लो, बोसो भएको, बासी, ढुसी परेको खाने कुरा नखाने
- सरसफाइमा विशेष ध्यान पुऱ्याउने
- नियमित व्यायाम गर्ने
- अत्यधिक चर्को घाममा नबस्ने
- नियमित स्वास्थ्य परीक्षण गराउने ।

क्यान्सर रोग लागेको शुरूमैं पत्ता लाग्दा यसको उपचार हुन्छ । क्यान्सरका बिरामीमध्ये ४० प्रतिशत उपचारबाट पूर्ण निको भएका छन् । अहिले नेपालमै क्यान्सरको परीक्षण र उपचार हुन्छ । काठमाडौंको कान्तिपुर अस्पतालमा पनि विशेषज्ञ चिकित्सकबाट क्यान्सरसम्बन्धी सबै परीक्षण र उपचार हुन्छ । गत ८ वर्षबाट क्यान्सरको उपचार गरिरहेको यो अस्पतालमा विभिन्न अंगमा लागेका क्यान्सरको उपचार सम्बन्धित विशेषज्ञ चिकित्सकबाट हुन्छ । कान्तिपुर अस्पतालमा पाठेघरको मुखको क्यान्सर, स्तन क्यान्सरको उपचार, सर्जरी र केमोथेरापी विशेषज्ञ चिकित्सकबाटै हुन्छ । क्यान्सर विभागमा कार्यरत प्यारामेडिक्सहरू पनि तालीमप्राप्त छन् ।

नियमित स्वास्थ्य परीक्षण गराऔं, शारीरिक अवस्था असमान्य महसूस हुनासाथै उपचार गराऔं ।