

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ



کینسر قابل علاج ہے

بروقت تشخیص کامیاب علاج



منہ اور پھیپھڑوں کے کینسر کی سب سے بڑی وجہ
پان چھالیہ گڑکا، تمباکو اور سگریٹ کا استعمال ہے۔
ان سے پرہیز کر کے کینسر کے امکانات کو 90%
کم کیا جاسکتا ہے۔

پاکستان اسلامک میڈیکل ایسوسی ایشن (پیما)

افراد، گزشتہ چھ ماہ میں یون میر وٹرنسپلانٹ کرانے والے مریضوں کو زیادہ احتیاط کرنی چاہیے اور اپنے ڈاکٹرز کے ساتھ مسلسل رابطے میں رہنا چاہیے تاکہ وہ کورونا کے سبب ہونے والی پیچیدگیوں سے محفوظ رہ سکیں۔

تشخیص و علاج:

کینسر کی تشخیص کے لیے biopsy یا مختلف ٹیسٹ کیے جاتے ہیں۔ جسم کے متاثرہ حصے سے چھوٹا یا بڑا ٹکڑا (piece) نکالنے کو biopsy کہا جاتا ہے جس کے بعد اس ٹکڑے کا مائیکروسکوپ کے ذریعے معائنہ کیا جاتا ہے کہ اس میں کینسر موجود ہے یا نہیں۔ بریسٹ کینسر کے مرض کی تشخیص کے لیے ڈاکٹرز سے چھاتیوں کا معائنہ، الٹراساؤنڈ، ایکس رے یا میوگرافی کروائی جاتی ہے۔ کینسر کا علاج تین طرح سے ہو سکتا ہے۔

۱۔ سرجری ۲۔ کیموتھراپی ۳۔ ریڈی ایشن یا شعاعوں کا لگنا

اگر ٹیومر اپنی جگہ محدود اور سائز میں چھوٹا ہو تو سرجری سے اس کا علاج کیا جاتا ہے۔ سرجری کی صورت میں زیادہ امکان موجود ہوتا ہے کہ مرض کا مکمل طور پر خاتمہ کیا جاسکے۔ اگر ٹیومر پھیلا چکا ہو اور سرجری کے ذریعے علاج ممکن نہ ہو تو کیموتھراپی کی جاتی ہے جس میں دوا کے ذریعے اس مرض کا علاج کیا جاتا ہے۔ کیموتھراپی کے کچھ side effects بھی ہوتے ہیں لیکن اس کے باوجود اس طریقہ علاج کو اس لیے اختیار کیا جاتا ہے کہ اس موقع پر اصل مقصد مریض کی جان بچانا ہوتا ہے۔ تیسرا طریقہ Radiation therapy ہے جس میں شعاعوں کے ذریعے کینسر cells کا خاتمہ کیا جاتا ہے۔ یہ بات کینسر کی نوعیت پر منحصر ہے کہ اس کے علاج کے لیے کہاں کونسا طریقہ یا ایک سے زائد طریقے استعمال کیے جاسکتے ہیں۔ بعض کینسر ایسے ہوتے ہیں جہاں سرجری کا کوئی کردار نہیں ہوتا اور کیموتھراپی یا ریڈیو تھراپی سے مریض مکمل طور پر شفا یاب ہو جاتے ہیں۔

کینسر کا مرض نہ صرف قابل علاج ہے بلکہ اس سے بچاؤ، تدارک اور بروقت تشخیص کی صورت میں مکمل شفا یابی بھی ممکن ہے۔

پاکستان اسلامک میڈیکل ایسوسی ایشن (پیما)

12, Shallmar Centre, F-8 Markaz, Islamabad.

92 51 2261943 92 51 2857132

www.pima.org.pk info@pima.org.pk PIMAofficial



۲۔ جب کسی خاتون کی عمر 20 سے 39 سال کے درمیان ہو تو اس کو ہر تین سال میں ایک مرتبہ ڈاکٹر سے معائنہ کروانا چاہیے۔
۳۔ جب کسی خاتون کی عمر 40 سال سے زائد ہو جائے تو اسے سال میں ایک مرتبہ ڈاکٹر سے معائنہ اور میموگرافی کروانی چاہیے۔

چھاتی کے کینسر کی ابتدائی علامات میں گلٹی کا بننا ایک اہم علامت ہے۔ اس کی صحیح وجہ تو معلوم نہیں، تاہم کچھ اسباب اس کا باعث ہو سکتے ہیں:

- اگر خاندان میں کسی کی نانی، خالہ، والدہ یا بہن کو یہ بیماری ہے۔
- اگر خواتین میں مخصوص ایام (Menstrual cycle) جلدی یعنی گیارہ سال کی عمر سے پہلے شروع ہو جائیں اور طویل عمر تک رہتے ہوں۔
- اولاد کا نہ ہونا یا پہلا بچہ 30 سال کی عمر کے بعد ہونا، کیونکہ یہ خواتین بھی زیادہ عرصے تک زانا نہ ہار مومن البسروجن کے اثر میں رہتی ہیں۔
- موٹاپا اور آرام دہ زندگی جس میں جسمانی سرگرمی نہ ہو۔
- ہارمونز پر مشتمل ادویات کا استعمال اور شراب نوشی۔



پھیپھڑوں کا کینسر:

پھیپھڑوں کے کینسر کے بارے میں ایک اہم بات یہ ہے کہ یہ ایک ایسا کینسر ہے جس کی ایک حتمی وجہ نہیں معلوم ہے اور وہ ہے سگریٹ نوشی۔ سگریٹ نوشی کے عادی افراد میں پھیپھڑوں کے کینسر کا امکان 50 فیصد بڑھ جاتا ہے۔ اکثر اوقات پھیپھڑوں کے کینسر کی ابتدائی علامات کے بغیر ہوتی ہے۔ بعض دوسری وجوہات کی بناء پر سینے کے ایکسے یا سی ٹی اسکین سے ہی کینسر کا پتہ چلتا ہے۔ لیکن بعض لوگوں میں پھیپھڑوں کے کینسر کی علامات مختلف شکلوں میں ظاہر ہو جاتی ہیں جن میں سے کچھ اہم علامات میں مسلسل کھانسی، کھانسی کے ساتھ خون کا آنا، آواز میں تبدیلی، سانس لینے میں دشواری، سانس میں خرخراہٹ، وزن میں متواتر کمی شامل ہیں۔ کھانسی میں اگر علاج کے باوجود کوئی بہتری نظر نہ آئے اور تھوک میں خون بھی آنا شروع ہو جائے تو یہ پھیپھڑوں کے کینسر کی علامت ہو سکتی ہے۔



کینسر اور کورونا وائرس:

اس وقت پوری دنیا کو کورونا وائرس کے خطرات سے دوچار ہے۔ یہ وائرس انسانی پھیپھڑوں اور بعض اوقات دماغ پر حملہ کرتا ہوتا ہے۔ کینسر کے مریض اس وائرس کا آسان شکار ہو سکتے ہیں کیونکہ ان میں پہلے ہی اس بیماری کے سبب قوت مدافعت انتہائی کمزور ہوتی ہے۔ بالخصوص کیوتھراپی، ریڈیو تھراپی، ایبویو تھراپی کرانے والے، خون یا یون میرو کے کینسر میں مبتلا

عالمی ادارہ صحت کے مطابق اس وقت دنیا میں کینسر کے مریضوں کی تعداد 18.1 ملین ہے۔ کینسر دنیا بھر میں اموات کی وجہ بننے والی بڑی بیماری ہے۔ پاکستان میں کینسر کے تقریباً 14 لاکھ مریض ہیں اور ہر سال 80 ہزار لوگ اس بیماری کی وجہ سے اپنی جان گنوا بیٹھتے ہیں۔

کینسر کیا ہے؟

کینسر کا تعلق انسانی جسم میں موجود خلیات کی خرابی سے ہے۔ یہ بیماری اس وقت لاحق ہوتی ہے جب جسم کے کچھ خلیات معمول (normal) کی رفتار سے اپنی نشوونما جاری نہ رکھ پائیں اور تیز رفتاری سے اپنی تعداد اور جسامت میں اضافہ (grow) کرنا شروع کر دیں۔ یہ تعداد اور جسامت بڑھتے بڑھتے ایک بڑے مجموعے کی شکل اختیار کر لیتی ہے جسے ٹیومر، ورم یا سولی کہا جاتا ہے۔ اسی سے کینسر کی بیماری جنم لیتی ہے۔

کینسر کی اقسام:

- کینسر کی متعدد اقسام ہیں، پاکستان میں پھیپھڑوں، منہ اور چھاتی کے کینسر خصوصیت کے ساتھ قابل ذکر ہیں۔ اس وقت دنیا بھر میں کینسر کے مریضوں کی تعداد بلحاظ اقسام درج ذیل ہے:
- ۱۔ پھیپھڑوں کا کینسر (2.09 ملین مریض) ۲۔ چھاتی کا کینسر (2.09 ملین مریض)
 - ۳۔ بڑی آنت کا کینسر (1.80 ملین مریض) ۴۔ پروٹیسٹ کا کینسر (1.28 ملین مریض)
 - ۵۔ جلد کا کینسر non-melanoma (1.04 ملین مریض)
 - ۶۔ معدے کا کینسر (1.03 ملین مریض)



منہ کا کینسر:

یہ 90 فیصد ایسے افراد کو ہوتا ہے جو پان، چھالیہ، گٹکا، تمباکو، سگریٹ اور شراب کا بے جا اور کثرت سے استعمال کرتے ہوں۔ ایسے لوگ درحقیقت خود اپنے لیے کینسر خریدتے ہیں۔ اس بیماری میں مبتلا افراد کو مہنگے آپریشن اور ریڈیائی شعاعوں کے صبر آزما اور تکلیف دہ و پیچیدہ عمل سے گزارنا پڑتا ہے۔ تمام تر علاج کے باوجود 40-45 فیصد اس مرض سے جانبر نہیں ہو پاتے۔ جو 55-60 فیصد افراد اس مرض سے بچ جاتے ہیں، انہیں ایک مشکل زندگی کا سامنا کرنا پڑتا ہے اور ان کا معیار زندگی انتہائی پست رہ جاتا ہے۔

چھاتی کا کینسر:

چھاتی کے کینسر کو کھست دینے کے لیے ضروری ہے کہ اس کو ابتدائی سطح پر تشخیص کر لیا جائے، جلد تشخیص سے جان بچنے کا 90 فیصد امکان ہے۔ اس ضمن میں درج ذیل رہنما اصول چھاتی کے کینسر کی ابتدائی مراحل پر تشخیص میں انتہائی مددگار ہیں:

- ۱۔ جب کسی خاتون کی عمر 20 سال ہو جائے تو اسے ہر مہینے اپنی چھاتی کا خود معائنہ کرنا چاہیے۔