



HEAD & NECK CANCER AUSTRALIA

संलग्न बनें • शिक्षित बनें • सशक्त बनें

सिर और गर्दन का कैंसर क्या होता है?





HEAD & NECK CANCER

AUSTRALIA

संलग्न बनें • शिक्षित बनें • सशक्त बनें

सामग्री

कैंसर क्या होता है	3
सिर और गर्दन के कैंसर का अवलोकन	3
सिर और गर्दन के कैंसर के कारण	4
संकेत और लक्षण	5
अपने निदान को समझना	7
सिर और गर्दन के कैंसर के लिए परीक्षण	7
स्टेजिंग और ग्रेडिंग	8
उपचार	9
कैंसर देखभाल टीम	9
दूसरी राय लेना	10
अपने प्रोग्नोसिस को समझना	11
अपने डॉक्टर से पूछने के लिए प्रश्न	11



सिर और गर्दन का कैंसर क्या होता है?

यह जानकारी आपके कुछ प्रश्नों के उत्तर देने में सहायता कर सकती है और आपको ऐसे अन्य प्रश्नों के बारे में सोचने में मदद दे सकती है जिनके बारे में आप अपनी कैंसर देखभाल टीम से पूछने के इच्छुक हो सकते/ती हैं; इसका उद्देश्य आपके और आपकी कैंसर देखभाल टीम के बीच की सलाह या चर्चा का स्थान लेना नहीं है।

कैंसर क्या होता है

हमारा शरीर लाखों कोशिकाओं से बना होता है। प्रत्येक कोशिका का विशिष्ट कार्य होता है। ऊतक और अंग एक-समान कार्य करने वाली कोशिकाओं के समूह होते हैं, उदाहरण के लिए, त्वचा या मांसपेशियाँ।

हमारे शरीर की वृद्धि और मरम्मत में सहायता के लिए कोशिकाओं की संख्या बढ़ती रहती है। जब कोशिकाओं की संख्या असामान्य तरीके से बढ़ती जाती है, तो उनसे गांठ बन सकती है (जिसे ट्यूमर भी कहा जाता है), और उनके आस-पास की सामान्य कोशिकाओं को नुकसान पहुंच सकता है।

सभी गांठें कैंसर नहीं होती हैं। जो गांठें या ट्यूमर कैंसर नहीं होते हैं, उन्हें **सौम्य (benign)** कहा जाता है। जब कोई गांठ कैंसर होती है, तो उसे **घातक (malignant)** कहा जाता है। इसका मतलब है कि कैंसर कोशिकाएं शरीर के उस क्षेत्र में रच-बस जाती हैं, जहां वे बढ़ रही हैं।

कैंसर एक जगह से शरीर के अन्य भागों में फैल सकता है। कैंसर तब फैलता है जब कोशिकाएं लसिका तंत्र से होते हुए लिम्फ नोड्स में पहुंचती हैं या जब कोशिकाएं प्रमुख गांठ से टूट कर रक्त के साथ शरीर के अन्य हिस्सों में पहुंच जाती हैं, जहां वे बढ़ना शुरू कर सकती हैं। इसे मेटास्टेसिस कहा जाता है।

सिर और गर्दन के कैंसर का अवलोकन

सिर और गर्दन के कैंसर में अलग-अलग तरह के कैंसर शामिल हैं, जिनका वर्गीकरण सिर या गर्दन में उनके स्थान और कैंसर कोशिकाओं के प्रकार के आधार पर किया जाता है।

सिर और गर्दन का कैंसर अक्सर विशेषकर ऐसे कैंसरों को संदर्भित करता है, जो नम **म्यूकोसल** सतहों की कोशिकाओं में शुरू होते हैं। इसमें मुंह (मौखिक गुहा), नाक और साइनसेज़, गले (ग्रसनी या फैरिक्स) और वॉयस बॉक्स (स्वरयंत्र या लैरिक्स) शामिल हैं।



HEAD & NECK CANCER

AUSTRALIA

संलग्न बनें • शिक्षित बनें • सशक्त बनें

- ये कैंसर आमतौर पर स्क्वैमस सेल कार्सिनोमा (एससीसी) होते हैं, और लगभग 95% मामलों में ऐसा होता है।
- हरेक साल लगभग 3500 ऑस्ट्रेलियावासियों में सिर और गर्दन के म्यूकोसल कैंसरों का निदान किया जाता है, जो सभी कैंसरों के 2-3% प्रतिनिधित्व करता है।
- सिर और गर्दन का म्यूकोसल कैंसर सामान्य रूप से पुरुषों में दोगुना होता है और इसका निदान अक्सर 50 वर्ष से अधिक आयु के लोगों में किया जाता है।

सिर और गर्दन के म्यूकोसल कैंसरों की तुलना में थायरॉइड कैंसर अधिक सामान्य होते हैं और हरेक साल 2400 ऑस्ट्रेलियावासी इनसे ग्रस्त होते हैं। ये महिलाओं में अधिक सामान्य रूप से होते हैं और अक्सर कम उम्र में होते हैं।

ऑस्ट्रेलिया में सिर और गर्दन के त्वचा कैंसर इतने आम हैं कि हम जानते ही नहीं हैं कि इनकी संख्या कितनी है। ऐसा अनुमान है कि हरेक साल त्वचा कैंसर के लिए 500 000 से भी अधिक ऑस्ट्रेलियावासियों का इलाज किया जाता है। ये पुरुषों में अधिक आम रूप से होते हैं और जैसे-जैसे आपकी उम्र बढ़ती जाती है, इनकी आवृत्ति मुख्य रूप से धूप के प्रति एक्सपोज़र के कारण बढ़ती जाती है।

आमतौर पर सिर और गर्दन के कैंसर लार ग्रंथियों और चेहरे, गर्दन, आंखों और कानों के अन्य ऊतकों में हो सकते हैं।

सिर और गर्दन के कैंसर के कारण

सिर और गर्दन के म्यूकोसल कैंसर के सबसे गंभीर खतरा कारक तंबाकू (सिगरेट पीना, सिगार, पाइप्स, तंबाकू चबाना या सूंघना) और एल्कोहल का सेवन होता है।

ये 75% से भी अधिक मामलों में जिम्मेदार होते हैं और विशेषकर मुंह, गले और वॉयस बॉक्स के कैंसरों में गंभीर होते हैं।

जिन लोगों का तंबाकू सेवन का लंबा इतिहास रहा है, जो भारी मात्रा में तंबाकू का सेवन करते हैं और जो तंबाकू व एल्कोहल दोनों का सेवन करते हैं, उनमें सिर और गर्दन के कैंसर का खतरा काफी अधिक होता है।

ह्यूमन पैपिलोमावायरस (एचपीवी) का संक्रमण भी कुछ प्रकार के सिर और गर्दन के कैंसर के लिए खतरा कारक होता है, विशेषकर टॉन्सिल्स या जीभ के आधार से जुड़े कैंसर (जिसे ओरोफैरिन्जियल कैंसर के नाम से जाना जाता है)।



सिर और गर्दन के कैंसर के अन्य खतरा कारकों में उम्र बढ़ना, पुरुष लिंग, नस्ल, कुछ रसायनों और धूल का साँस में अंदर जाना, एपस्टीन-बार्र वायरस (ईबीवी), सुपारी चबाना और संभवतः आहार में कम फलों और सब्जियों का सेवन करना शामिल है।

त्वचा कैंसरों के लिए सबसे गंभीर खतरा कारक धूप के प्रति एक्सपोज़र होता है, विशेषकर युवा वयस्क के रूप में बार-बार धूप से त्वचा का झुलसना।

पहले कभी विकिरण के प्रति एक्सपोज़र होना भी सिर और गर्दन के कैंसर, विशेषकर थायरॉयड कैंसरों के लिए एक गंभीर खतरा कारक है। एक्सपोज़र होने के समय और कैंसर के विकसित होने के बीच आमतौर पर कम से कम 10 का विलंब होता है।

कुछ रोगियों के लिए कैंसर का पहचान में आने वाला कोई भी कारण नहीं हो सकता है।

आप अपने शरीर को किसी भी अन्य व्यक्ति से बेहतर जानते/ती हैं। यदि आपको लगता है कि कुछ ठीक नहीं है या आपको सिर और गर्दन के कैंसर का कोई लक्षण दिखाई देता है, तो अपने नियमित डॉक्टर से बात करें।

संकेत और लक्षण

सिर और गर्दन के कई प्रकार के कैंसरों में निम्नलिखित संकेत और लक्षण सामान्य रूप से होते हैं। कभी-कभी लोगों में कोई भी संकेत या लक्षण नहीं दिखाई दे सकते हैं और कभी-कभी वही लक्षण अन्य कारणों से पैदा हो सकते हैं। ये लक्षण कई अन्य स्थितियों के कारण भी हो सकते हैं, जो कम गंभीर होती हैं।

यदि आपके शरीर में इनमें से कोई भी लक्षण तीन सप्ताहों से अधिक समय तक बना रहता है, तो आपको डॉक्टर को दिखाना चाहिए:

- गर्दन में गांठ
- गांठ या घाव, जो ठीक नहीं होता है
- मुँह में लाल या सफेद धब्बे
- चेहरे या मुँह के अंदर सूजन, रक्तस्राव, दर्द या सुन्नता
- बोलने में कठिनाई
- कर्कश आवाज
- चबाने या निगलने में कठिनाई
- गले में खराश, जो एक या दो सप्ताह के बाद भी ठीक नहीं होती है
- साँस लेने में कठिनाई
- आपकी लार या कफ में रक्त



HEAD & NECK CANCER

AUSTRALIA

संलग्न बनें • शिक्षित बनें • सशक्त बनें

- कान में दर्द, जो दूर नहीं होता है
- अवरुद्ध कान, जो साफ नहीं होता है
- जबड़े में दर्द, जो दूर नहीं होता है
- डेन्चर्स के साथ समस्याएँ
- ढीले दांत
- नाक बंद
- बार-बार नाक से खून आना
- बाहर फूली हुई या पानी-भरी आँख
- देखने में समस्याएँ, उदाहरण के लिए दोहरी दृष्टि
- अस्पष्ट रूप से वज़न घटना

सिर और गर्दन का कैंसर अलग-अलग लक्षण पैदा कर सकता है, जो इस पर निर्भर करता है:

- यह कहाँ स्थित है
- यह किस प्रकार का है
- यह किस स्तर पर है

यदि आपके शरीर में सिर और गर्दन के कैंसर के लक्षण हैं, तो आपके डॉक्टर को इन संकेतों का और अधिक पता लगाना होगा। आपके डॉक्टर यह कर सकते हैं:

- आपसे समस्या के साथ-साथ अन्य बीमारियों व दवाइयों बारे में, और क्या आप धूम्रपान या एल्कोहल का सेवन करते/ती हैं (चिकित्सीय इतिहास), इस बारे में बात करना
- आपकी गर्दन, मुंह और गले में किसी भी असामान्य चीज को महसूस करना और इसके लिए देखना (शारीरिक परीक्षण)
- आपसे कुछ जाँचें कराने का अनुरोध करना (नैदानिक परीक्षण)
- आपको और अधिक जाँचों के लिए विशेषज्ञ के पास भेजना।

सिर और गर्दन के कैंसर के निदान में उपयोग करने के लिए कई जाँचें उपलब्ध हैं। हरेक व्यक्ति को हरेक जाँच कराने की आवश्यकता नहीं होगी।



अपने निदान को समझना

कैंसर का निदान अभिभूत और भ्रमित करने वाला हो सकता है। पहली बार आपका निदान किए जाने पर आपको झटका लग सकता है। हो सकता है कि आप उन बातों पर ध्यान केंद्रित न कर पाएं, जो आपके डॉक्टर आपको बता रहे हैं। ऐसा होना आम बात है।

आपके पास बहुत सारे प्रश्न हो सकते हैं। हो सकता है कि आपको पता न हो कि क्या प्रश्न पूछने हैं, लेकिन आपके लिए यह समझना महत्वपूर्ण है कि कैंसर का निदान आपके लिए क्या मायने रखता है।

अपनी स्वास्थ्य देखभाल टीम के साथ अपने निदान और आपकी सहायता करने वाले अलग-अलग उपचार विकल्पों के बारे में बात करें। कृपया अपने डॉक्टरों को बताएं कि क्या आप भ्रमित हैं या उनके द्वारा बताई गई कोई बात समझ नहीं पा रहे/ही हैं। आप अपने एपॉइंटमेंट्स के दौरान प्रश्न पूछ सकते/ती हैं। आपकी स्वास्थ्य देखभाल टीम आपको कैंसर और समर्थन सेवाओं के बारे में जानकारी देगी, जो आपके लिए उपयोगी हो सकती हैं।

आपको अपने कैंसर के प्रकार के बारे में विश्वसनीय सूचना और जानकारी के अन्य उपयोगी स्रोतों के लिंक्स www.headandneckcancer.org.au पर भी मिल सकते हैं।

सिर और गर्दन के कैंसर के लिए परीक्षण

यह महत्वपूर्ण है कि आपके डॉक्टर आपके सिर और गर्दन के कैंसर के प्रकार का निदान करें, कैंसर के आकार का आकलन करें और यह भी देखें कि क्या यह गर्दन में या शरीर में कहीं और लिम्फ नोड्स में फैल गया है या नहीं।

इन प्रश्नों के उत्तर देने के लिए आपके डॉक्टर को निम्नलिखित कार्य करने होंगे:

- आपके चिकित्सीय इतिहास के बारे में आपसे बात करना। इसमें आपके द्वारा देखे गए संकेत, कोई भी अन्य स्वास्थ्य समस्याएँ, आप जो दवाइयाँ ले रहे/ही हैं, और क्या आप धूम्रपान या एल्कोहल का सेवन करते/ती हैं, इसके बारे में जानकारी शामिल है।
- आपकी ग्रसनी व गर्दन को महसूस करके और ग्रसनी के अंदर देखकर शारीरिक परीक्षण करना।
- डायग्नोस्टिक टेस्ट्स कराने के लिए निर्देश देना, जिसमें स्कैन्स या बायोप्सी शामिल हो सकती है।

बायोप्सी में ऊतक का नमूना निकालना शामिल होता है और फिर कैंसर कोशिकाएँ खोजने के लिए विशेषज्ञ पैथोलॉजिस्ट द्वारा माइक्रोस्कोप से इसकी विस्तारित जांच की जाती है। अक्सर ऑफिस में ही लोकल एनेस्थेटिक के साथ बायोप्सी की जा सकती है, लेकिन कभी-कभी ऑपरेटिंग रूम में संवेदनाहारी या जनरल एनेस्थीसिया की आवश्यकता होती है (आप सो रहे होंगे/गी और आपको याद नहीं रहेगा कि प्रक्रिया के दौरान क्या होता है)।



हरेक व्यक्ति को हरेक जाँच कराने की आवश्यकता नहीं होगी। आपके डॉक्टर आपके लिए सही जाँचों की सलाह देंगे।

स्टेजिंग और ग्रेडिंग

स्टेजिंग

जब आपके डॉक्टर कैंसर का निदान कर लेते हैं, तो यह पता लगाना महत्वपूर्ण होता है कि कैंसर कितना बड़ा है और यह कहाँ से बढ़ना शुरू हुआ है। उन्हें यह देखने की आवश्यकता होती है कि क्या कैंसर गर्दन की लिम्फ नोड्स (नोडल मेटास्टेसिस) या शरीर के अन्य हिस्सों, जैसे फेफड़े, यकृत या हड्डियों में फैल गया है (डिस्टैंट मेटास्टेसिस)। कैंसर जहाँ बढ़ना शुरू हुआ है, उस जगह के संदर्भ के लिए 'प्राइमरी' ('प्राथमिक') शब्द का उपयोग किया जाता है और यदि यह शरीर के अन्य हिस्सों, जैसे फेफड़े, यकृत या हड्डियों में फैल गया है, तो इसे 'सेकेंडरी' या 'मेटास्टेसिस' कहा जाता है। इसे **स्टेजिंग** कहा जाता है। कैंसर की स्टेजिंग करना महत्वपूर्ण होता है, क्योंकि इससे आपके डॉक्टर को आपके लिए सबसे अच्छे उपचार का चयन करने में सहायता मिलती है।

एक अंतरराष्ट्रीय स्टेजिंग प्रणाली का उपयोग किया जाता है, जिसे टीएनएम प्रणाली कहा जाता है। टी मूल या 'प्राथमिक' ट्यूमर को संदर्भित करता है, एन सिर और गर्दन में लिम्फ नोड्स को, और एम शरीर में अन्य जगहों पर मेटास्टेसिस को संदर्भित करता है।

इस जानकारी को डॉक्टर एक जाँच (जिसमें नाक के माध्यम से एंडोस्कोपी शामिल हो सकती है) और इमेजिंग (जिसमें अल्ट्रासाउंड, कंप्यूटेड टोमोग्राफी [सीटी], चुंबकीय अनुनाद इमेजिंग [एमआरआई] या पॉज़िट्रॉन एमिशन टोमोग्राफी [पीईटी] स्कैन शामिल हो सकते हैं) के आधार पर प्राप्त करेंगे। कुछ मामलों में, ऑपरेटिंग रूम में जनरल एनेस्थीसिया के तहत जाँच की आवश्यकता हो सकती है।

यह जानना महत्वपूर्ण है कि सिर और गर्दन के कैंसर के लिए स्टेजिंग प्रणालियाँ व्यक्ति के इलाज की संभावनाओं का पूर्वानुमान करने के लिए बहुत अच्छी नहीं होती हैं। उदाहरण के लिए, स्टेज III (3) या IV (4) के कैंसर में लोगों के कई समूह शामिल हो सकते हैं जहाँ इलाज की संभावना बहुत अच्छी रहती है, लेकिन ऐसे अन्य समूह भी हो सकते हैं जहाँ कैंसर का इलाज संभव नहीं है। यह महत्वपूर्ण है कि आप अपने कैंसर के चरण के बारे में अपने डॉक्टरों से बात करके समझ सकें कि आपके लिए इसका क्या अर्थ है।



ग्रेडिंग

आपके डॉक्टर को कैंसर के ग्रेड में भी दिलचस्पी होगी। ग्रेडिंग से तात्पर्य है कि कैंसर के कितनी तेजी से बढ़ने और फैलने की संभावना है। कैंसर का ग्रेड पैथोलॉजिस्ट द्वारा निर्धारित किया जाता है, जो माइक्रोस्कोप से बायोप्सी के नमूने की जांच करते हैं। कोशिकाएं कैसी दिखाई देती हैं, इस आधार पर पैथोलॉजिस्ट कैंसर का स्तर निर्धारित करते हैं। ग्रेड का उपयोग यह अनुमान लगाने के लिए किया जा सकता है कि कैंसर के कितनी तेजी से बढ़ने और फैलने की संभावना है।

यह जानना महत्वपूर्ण है कि ग्रेडिंग हमेशा सही नहीं होती है और यह पैथोलॉजी रिपोर्ट का केवल एक ही हिस्सा है, जिसे आपके डॉक्टर आपके लिए सबसे अच्छे उपचार की सलाह देते समय देखेंगे। यदि आपके पास इस बारे में कोई प्रश्न हैं, तो अपने डॉक्टर से पूछें।

उपचार

सिर और गर्दन के कैंसर का जल्दी पता चलने पर सामान्य रूप से इसका उपचार कर पाना संभव होता है। उपचार दृष्टिकोण कैंसर के प्रकार, स्थान और अवस्था के साथ-साथ उम्र और समग्र स्वास्थ्य पर भी निर्भर करता है।

सामान्य उपचार विकल्पों में शामिल हैं:

- **सर्जरी:** इसमें कैंसर, इसके इर्द-गिर्द कुछ स्वस्थ ऊतकों, और कुछ मामलों में गर्दन की लिम्फ नोड्स को निकालना शामिल है, जिनके बारे में ज्ञात है कि वे कैंसर में शामिल हैं या उनके लिए कैंसर का खतरा मौजूद है। कार्यात्मक और/या कॉस्मेटिक कारणों की वजह से रिंक्स्ट्रक्टिव सर्जरी भी आवश्यक हो सकती है।
- **विकिरण चिकित्सा:** इसमें कैंसर कोशिकाओं को नष्ट करने के लिए उँची ऊर्जा की एक्स-रे का उपयोग करना शामिल है।
- **कीमोथेरेपी:** इसमें कैंसर कोशिकाओं को नष्ट करने के लिए दवाइयों का उपयोग करना शामिल है।

अक्सर इन उपचार विकल्पों के संयोजन की सलाह दी जाती है। डॉक्टर किसी क्लिनिकल परीक्षा में भाग लेने का सुझाव भी दे सकते हैं।

कैंसर देखभाल टीम

कैंसर का निदान किए जाने के बाद आपके डॉक्टर आपके निदान के बारे में उस कैंसर देखभाल टीम से बात कर सकते हैं, जिनके साथ वे काम करते हैं। इसे हेड एंड नेक कैंसर मल्टीडिसिप्लिनरी टीम (एमडीटी) के रूप में जाना जाता है।



आपको एक एपॉइंटमेंट में शामिल होने के लिए कहा जा सकता है, जहां एमडीटी इस बारे में बात करती है कि आपके कैंसर का सबसे अच्छा इलाज कैसे किया जाए, और आपके उपचार और देखभाल को समन्वित किया जाए। इस टीम में विशेषज्ञ शामिल होते हैं, जो निदान व पूरे किए गए परीक्षणों की समीक्षा करेंगे और आपके उपचार व बहाली के सभी पहलुओं पर विचार करेंगे।

टीम में सिर और गर्दन सर्जन, रिकंस्ट्रक्टिव सर्जन, रेडिएशन ऑन्कोलॉजिस्ट, मेडिकल ऑन्कोलॉजिस्ट, कैंसर नर्सिंग, स्पीच थेरेपिस्ट, डायटीशियन्स, डेंटिस्ट्स और सामाजिक कार्यकर्ता शामिल हो सकते हैं।

एमडीटी का उद्देश्य आपके कैंसर के सबसे अच्छे उपचार के बारे में निर्णय लेना है और लंबी अवधि में यथासंभव फिर से सबसे अच्छी कार्यात्मकता प्राप्त करने में आपको सहायता देना है। उपचार की योजना बनाते समय कैंसर देखभाल टीम उपलब्ध विकल्पों के बारे में चर्चा कर सकती है और प्रत्येक दृष्टिकोण के लाभों व नुकसानों के आकलन में सहायता कर सकती है और/या संभावित पक्ष-प्रभावों पर विचार कर सकती है, जो दिखावट, सकुशलता, बोलने, खाने और सांस लेने की क्षमता को प्रभावित कर सकते हैं।

दूसरी राय लेना

कैंसर की जटिल प्रकृति का अर्थ है कि इसके इलाज के लिए हमेशा एक ही तरीका लागू नहीं होता है। दूसरी राय आपको अपने निदान व उपचार विकल्पों के बारे में और अधिक आश्वस्त महसूस करने में सहायता दे सकती है।

दूसरी राय इन बातों में सहायता कर सकती है:

- आपके निदान की पुष्टि करना
- आपके कैंसर के बारे में आपको अतिरिक्त विवरण देना
- आपको किसी अन्य कैंसर विशेषज्ञ से अलग दृष्टिकोण उपलब्ध कराना
- आपको उपचार के अन्य विकल्प उपलब्ध कराना, जिनके बारे में आपने अभी तक विचार नहीं किया है

कुछ लोगों को यह चिंता होती है कि अगर वे दूसरी राय लेंगे तो डॉक्टर नाराज़ हो जाएंगे, लेकिन अक्सर विशेषज्ञ दूसरी राय का स्वागत करते हैं। यह आपके लिए निर्णय लेने की प्रक्रिया का एक महत्वपूर्ण हिस्सा हो सकता है, और इससे आपको आश्वासन मिलता है कि आपने अपने सभी विकल्पों का पता लगा लिया है तथा आप अपने निर्णयों के बारे में और अधिक आत्मविश्वास महसूस कर सकते/ती हैं।



अपने प्रोग्नोसिस को समझना

जब आपको कैंसर का पता चलता है, तो आपके मन में यह प्रश्न उठ सकता है कि कैंसर कितना गंभीर है। डॉक्टर "प्रोग्नोसिस" शब्द का उपयोग यह बताने के लिए करते हैं कि इलाज की संभावना क्या है, और यदि इलाज नहीं किया जा सकता है, तो ट्यूमर कितनी तेजी से बढ़ सकता है और आप कितने समय तक जीवित रह सकते/ती हैं।

सिर और गर्दन के कैंसर के निदान के बारे में डॉक्टर के साथ बातचीत करना महत्वपूर्ण होता है। कैंसर के प्रकार, स्थान और चरण से प्रोग्नोसिस का आकलन किया जा सकता है, लेकिन कई अन्य कारक भी इसे प्रभावित करते हैं और हरेक व्यक्ति अलग-अलग होता है। इस वजह से कोई भी डॉक्टर आपकी बीमारी के बारे में पूरी तरह से सटीक पूर्वानुमान नहीं लगा सकते हैं।

आमतौर पर, यदि सिर और गर्दन का कैंसर दोबारा होने वाला है तो इलाज के बाद के कुछ वर्षों के अंदर ऐसा हो जाता है, लेकिन हमेशा ही ऐसा नहीं होता है। सामान्य रूप से [कैंसर देखभाल टीम](#) कम से कम 5 वर्षों तक करीब से फॉलो-अप करना जारी रखती है, और उस समय तक कई कैंसरों का ठीक हो जाना मान लिया जाता है।

अपने डॉक्टर से पूछने के लिए प्रश्न

कैंसर का निदान किए जाने से अभिभूत और भ्रमित महसूस हो सकता है। इस संकटपूर्ण समय में व्यक्ति-विशेष और उनके परिवार, दोनों को बहुत सारी जानकारी और उपचार संबंधी निर्णय लेने होते हैं। आपको सब-कुछ समझने और अपने स्वास्थ्य के बारे में निर्णय लेने के लिए आवश्यक जानकारी प्राप्त करने में सहायता के लिए अपनी कैंसर देखभाल टीम से निम्नलिखित प्रश्न पूछने पर विचार करें:

- मुझे वास्तव में किस प्रकार का कैंसर है? यह कहां स्थित है?
- मुझे यह कैंसर क्यों हुआ? क्या यह धूम्रपान करने या एचपीवी वायरस से संबंधित है?
- कैंसर किस चरण पर है?
- मेरे इलाज के क्या विकल्प हैं? आप मेरे लिए कौन से उपचार का सुझाव देते हैं और क्यों?
- क्या आपने मल्टीडिसिप्लिनरी टीम (एमडीटी) मुलाकात में मेरे केस के बारे में चर्चा की है और यदि हां, तो सलाह क्या थी?
- मेरी कैंसर देखभाल टीम में कौन शामिल होगा, और प्रत्येक व्यक्ति क्या करेगा? क्या मुझे उपचार से पहले अन्य विशेषज्ञों (जैसे रेडिएशन ऑन्कोलॉजिस्ट, मेडिकल ऑन्कोलॉजिस्ट, रिकंस्ट्रक्टिव सर्जन, डेंटिस्ट, डायटीशियन या स्पीच पैथोलॉजिस्ट) से मिलने की आवश्यकता है?
- कम और लंबी अवधि में उपचार के संभावित पक्ष-प्रभाव क्या हैं? इनकी रोकथाम या प्रबंधन कैसे किया जा सकता है?



HEAD & NECK CANCER

AUSTRALIA

संलग्न बनें • शिक्षित बनें • सशक्त बनें

- यदि मेरे पास कोई इलाज नहीं है, तो क्या होगा?
- उपचार और/या ऑपरेशन में कितना खर्चा आएगा? क्या मेडिकेयर या मेरा स्वास्थ्य बीमा इसे कवर करेगा?
- मुझे कौन सी फॉलो-अप जाँचों की आवश्यकता होगी? इनकी आवृत्ति क्या होगी?
- क्या मैं किसी क्लिनिकल परीक्षा के लिए उपयुक्त हूँ?
- यदि मुझे कोई समस्याएँ हों या मेरे पास कोई प्रश्न हों, तो मैं किसे कॉल कर सकता/ती हूँ?
- मुझे अपने और अपने परिवार के लिए भावनात्मक समर्थन कहां से मिल सकता है?
- क्या ऐसे कोई रोगी समर्थन समूह हैं, जिनकी आप सिफारिश करेंगे?
- यदि मैं दूसरी राय लेने का इच्छुक हूँ, तो क्या आप मेरे सभी चिकित्सीय विवरण उपलब्ध करा सकते हैं? यदि मैं दूसरी राय लेता/ती हूँ, तो क्या आपको कोई आपत्ति है?

आप अपने डॉक्टर या कैंसर देखभाल टीम से पूछने के लिए यहां अतिरिक्त प्रश्न लिखने के इच्छुक हो सकते/ती हैं



हेड एंड नेक कैंसर ऑस्ट्रेलिया के बारे में

हेड एंड नेक कैंसर ऑस्ट्रेलिया, ऑस्ट्रेलिया की एकमात्र राष्ट्रीय दानार्थ संस्था है जो सिर और गर्दन के कैंसर से पीड़ित लोगों, देखभालकर्ताओं, परिवार और स्वास्थ्य देखभाल पेशेवरों को जानकारी व सहायता प्रदान करने के प्रति समर्पित है।

हेड एंड नेक कैंसर ऑस्ट्रेलिया का मिशन शिक्षा और समर्थन की सुलभता के माध्यम से सिर और गर्दन के कैंसर से प्रभावित प्रत्येक व्यक्ति के जीवन की गुणवत्ता में सुधार करना और राष्ट्रीय स्तर पर सिर और गर्दन के कैंसर के बारे में जागरूकता बढ़ाना है।

हेड एंड नेक कैंसर ऑस्ट्रेलिया व्यापक, समझने में सरल और आसानी से सुलभ जानकारी प्रदान करके लोगों को निदान से उपचार तक की उनकी कैंसर यात्रा और कैंसर के बाद के जीवन में सहायता देती है। ऑस्ट्रेलिया व न्यूज़ीलैंड में सिर और गर्दन के कैंसर से संबंधित सेवाओं और समर्थन समूहों की एकमात्र निर्देशिका हमारे पास उपलब्ध है, जो लोगों को उस समय सही सेवाएं व समर्थन ढूँढने में सहायता देती है जब उन्हें इसकी सबसे अधिक आवश्यकता होती है।

फोन: 1300 424 848

ईमेल: contact@headandneckcancer.org.au

वेब: www.headandneckcancer.org.au

हेड एंड नेक कैंसर ऑस्ट्रेलिया अस्वीकरण: आप इस बात से सहमत हैं और अभिस्वीकृति देते/ती हैं कि इस तथ्यपत्रक में उपलब्ध कराई गई जानकारी केवल सामान्य सूचना प्रयोजनों के लिए ही है। इसका प्रयोजन चिकित्सीय या कानूनी सलाह के रूप में, अथवा किसी चिकित्सक या अन्य लाइसेंस-प्राप्त स्वास्थ्य सेवा प्रदाता के साथ परामर्श के विकल्प के रूप में प्रयुक्त किया जाना नहीं है, और न ही इस रूप में इसपर भरोसा किया जाना चाहिए। आप इस बात से सहमत हैं कि यदि आपके पास व्यक्तिगत स्वास्थ्य देखभाल से संबंधित कोई प्रश्न हैं, तो आपको तुरंत अपने डॉक्टर से संपर्क करना चाहिए और यहां दी गई जानकारी के कारण पेशेवर चिकित्सीय सलाह की उपेक्षा नहीं करनी चाहिए, या उसे लेने में विलंब नहीं करना चाहिए। आप इस बात से भी सहमत हैं कि हेड एंड नेक कैंसर ऑस्ट्रेलिया की रोगी शिक्षण सामग्री के किसी भी उपयोग से, अथवा त्रुटियों या भूल-चूक से उत्पन्न या संबंधित किसी भी शारीरिक नुकसान या व्यक्तियों या संपत्ति को हुई क्षति के लिए (चाहे वह किसी भी कारण से हुई हो, जिसमें लापरवाही भी शामिल है) हेड एंड नेक कैंसर ऑस्ट्रेलिया उत्तरदायी नहीं है।

पहली बार प्रकाशित: 2016

पिछला अपडेट: सितंबर 2020