अंडाशय का कैंसर

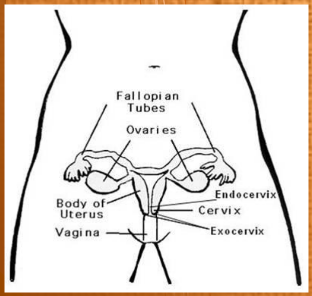
अंडाशय का कैंसर क्या है?

कैंसर एक ऐसी बीमारी है जिसमें शरीर की कोशिकाएं असामान्य रूप में बढ़ती हैं। कैंसर का नाम हमेशा शरीर के उस भाग के अनुसार रखा जाता है जहां यह शुरू होता है, चाहे बाद में यह शरीर के दूसरे हिस्सों में भी फैल जाए।

जब अंडाशय में कैंसर शुरू होता है, तो इसे अंडाशय का कैंसर कहा जाता है। महिलाओं के शरीर में दो अंडाशय होते हैं जो पेल्विस में स्थित होते हैं, प्रत्येक गर्भाशय के एक तरफ। अंडाशय स्त्री हार्मोन और अंडे बनाते हैं।

कैलिफोर्निया में दक्षिण एशियाई महिलाओं को होने वाला अंडाशय का कैंसर पांच सर्वाधिक प्रचलित कैंसरों में से एक है।

जब अंडाशय के कैंसर का शुरू की अवस्था में ही पता चल जाता है, तो उसके उपचार से पूरी तरह ठीक होने की ज्यादा संभावना होती है।



अंडाशय के कैंसर के लक्षण क्या हैं?

अंडाशय के कैंसर से पीड़ित महिलाओं के लक्षण चिरस्थाई होते हैं और उनके शरीर की सामान्य स्थिति में बदलाव दर्शाते हैं। ऐसे लक्षणों की आवृत्ति और/अथवा संख्या अंडाशय के कैंसर के निदान में प्रमुख कारक हैं। कुछ सप्ताहों तक लगभग रोज़ाना इन लक्षणों वाली महिलाओं को अपने डॉक्टर, विशेष रूप से स्त्रीरोग विशेषज्ञ, से मिलना चाहिए। सामान्य महिलाओं की तुलना में अंडाशय के कैंसर से पीड़ित महिलाओं में निम्नलिखित लक्षण उत्पन्न होने की ज्यादा संभावना होती है। इन लक्षणों में शामिल हैं:

- मूत्र संबंधी लक्षण (तत्काल अथवा बारबार)
- खाने में दिक्कत अथवा बहुत जल्द पेट भर जाना
- धब्बे लगना
- पेल्विक अथवा पेट में दर्द

अंडाशय के कैंसर से ग्रस्त महिलाओं में आमतौर पर कुछ अन्य लक्षणों का भी पता लगा है। हालांकि, ये अन्य लक्षण अंडाशय के कैंसर की पहचान करने में उतने उपयोगी नहीं हैं क्योंकि ये लक्षण सामान्य महिलाओं, जिन्हें अंडाशय का कैंसर नहीं है, में भी बराबर आवृत्ति के साथ पाए जाते हैं। इन लक्षणों में शामिल हैं:

- थकावट
- अपच
- पीठ का दर्द
- अनियमित मासिक धर्म
- कब्ज
- यौन संबंध बनाते समय दर्द

उपरोक्त सूचना चिकित्सा सलाह का स्थान नहीं ले सकती है।

अंडाशय का कैंसर किसे होता है?

सभी महिलाओं को अंडाशय का कैंसर हो सकता है, लेकिन युवा महिलाओं की तुलना में बुजुर्ग महिलाओं में इसके होने की संभावना ज्यादा होती है। अंडाशय के कैंसर से ग्रस्त लगभग 90 प्रतिशत महिलाएं 40 वर्ष से ज्यादा उम्र की हैं, जबकि सबसे ज्यादा संख्या 55 वर्ष अथवा उससे अधिक उम्र की महिलाओं की है।

साथ (Saath) जिसका अर्थ दक्षिण एशियाई भाषा में "मिलना", "सामूहिक कार्रवाई" अथवा "अभियान" होता है, यह दक्षिण एशियाई मूल की कैंसर से पीड़ित महिलाओं को सूचना, नेवीगेशन तथा सहायता करने के लिए समर्पित है।

साथ द्वारा स्वास्थ्य संवर्धन के संबंध में भी कार्य किए जाते हैं तथा दक्षिण एशियाई समुदाय के लोगों की ओर से उस समुदाय के स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले मुद्दों के संबंध में कार्रवाई आदि भी की जाती है।

कैलिफोर्निया अंडाशय कैंसर जागरूकता कार्यक्रम (COCAP) के आधार पर साथ द्वारा निम्नलिखित सिफारिशें की जाती हैं:

- स्वास्थ्य देखरेख प्रदाताओं और रोगियों द्वारा समय रहते लक्षणों की पहचान करने को बढ़ावा देना
- स्वास्थ्य देखरेख प्रदाताओं को प्रशिक्षित करना
- उपचार अनुशंसाओं और क्लिनिक अध्ययन जानकारी का प्रचार करना

साथ के संबंध में अधिक जानकारी, अथवा अंडाशय कैंसर जागरूकता के संवर्धन में भागीदारी के लिए हमें **(866) 459-8474** पर संपर्क करें अथवा **www.saathusa.org** देखें।

CDOC California Dialogue on Cancer

Saath Together We Build A Healthier Tomorrow

मैं किस प्रकार अंडाशय के कैंसर से बचाव कर सकती हूं?

अंडाशय के कैंसर से बचने का कोई ज्ञात तरीका नहीं है। लेकिन निम्नलिखित चीज़ें अंडाशय का कैंसर होने की आपकी संभावनाओं को कम कर सकती हैं:

- पांच वर्ष से अधिक समय तक जन्म–नियंत्रण गोलियों का इस्तेमाल किया हो।
- नलियां बंधवाईं हों (अपनी नलियों पर गांठ लगवा लेना), दोनों अंडाशय निकलवा देना अथवा हिस्टरेक्टॉमी।
- बच्चे को जन्म दिया हो।

क्या ऐसे परीक्षण हैं जो अंडाशय के कैंसर का समय रहते पता लगा सकें?

जिन महिलाओं में कोई चिन्ह अथवा लक्षण नहीं हैं, उनमें अंडाशय के कैंसर के लिए परीक्षण करने का कोई सरल और विश्वसनीय तरीका नहीं है। पैप टैस्ट अंडाशय के कैंसर की जांच नहीं करता है। हालांकि, यहां कुछ कदम दिए गए हैं जो आप उठा सकती हैं:

- अपने शरीर पर ध्यान दें और जानें कि आपके लिए क्या सामान्य है।
- यदि आप अपने शरीर में कोई ऐसे बदलाव देखती हैं जो आपके लिए सामान्य नहीं हैं और अंडाशय के कैंसर का चिन्ह हो सकता है, तो उनके बारे में अपने डॉक्टर से बात करें और अंडाशय के कैंसर के संभावित कारणों के बारे में पूछें।

अपने डॉक्टर से पूछें कि क्या आपको रेक्टोवेगिनल पेल्विक परीक्षण, एक ट्रांस्वेगिनल अल्ट्रासाउंड, अथवा एक CA-125 रक्त परीक्षण जैसी कोई जांच करानी चाहिए यदि:

- आपको अंडाशय के कैंसर के कोई अवर्णित चिन्ह अथवा लक्षण हैं। ये परीक्षण कभी–कभी अंडाशय का कैंसर खोजने अथवा उसके होने को खारिज करने में मदद करते हैं।
- आपको स्तन अथवा गर्भाशय अथवा कोलरेक्टल कैंसर है, अथवा आपके किसी नज़दीकी संबंधी को अंडाशय का कैंसर है।

अंडाशय के कैंसर के बारे में मुझे अधिक जानकारी कहां से मिल सकती है?

<u>सेंटर्स फॉर डिजीज़ कंट्रोल एंड प्रिवेंशन</u>
1-800-CDC-info
www.cdc.gov/cancer

<u>नैशनल कैंसर इंस्टिट्यूट</u>
1-800-4-CANCER
www.cancer.gov

<u>साथ</u>
(866) 459-8474
www.saathusa.org

कौन–सी चीज़ किसी महिला में अंडाशय का कैंसर होने की संभावना को बढ़ाती है?

सुनिश्चित रूप से यह जानने का कोई तरीका नहीं है कि क्या आपको अंडाशय का कैंसर होगा। ज्यादातर महिलाओं को उच्च जोखिम के बिना भी यह हो सकता है। हालांकि, अनेक कारण हैं जो इस बात की संभावना को बढ़ा सकते हैं कि आपको अंडाशय का कैंसर होगा, इनमें शामिल हैं यदि:

- आप अधेड़ अवस्था में अथवा बुजुर्ग हैं।
- आपकी मां अथवा पिता की तरफ के परिवार का कोई नज़दीकी सदस्य है जिसे अंडाशय का कैंसर हुआ हो।
- आपको स्तन, गर्भाशय, अथवा कोलरेक्टल कैंसर हुआ हो।
- आपकी पृष्ठभूमि पूर्वी यूरोपियन (अश्केनाज़ी) ज्यूइश हो।
- आपने कभी बच्चे को जन्म न दिया हो अथवा गर्भवती होने में दिक्कत हुई हो।
- आपको एंडोमेट्रियोसिस हो।

CDoC
California Dialogue on Cancer

Saath
Together We Build A Healthier Tomorrow

Proprietary materials: do not duplicate