Manav Mandir ni Seva
Amba Health Centre & Hospital

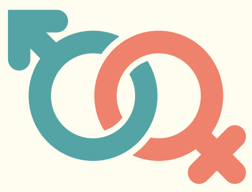
સ્તનનું કેન્સર

સ્તનનું કેન્સર, એ સ્ત્રીઓમાં (અને ક્યારેક પુરુષોમાં) જોવા મળતો કોમન કેન્સર છે. આ કેન્સર સ્તનમાં દૂધ બનાવતા કોષો અથવા નળીઓમાંથી ઉત્પન્ન થાય છે. વહેલા નિદાન અને સારવાર તેમજ કેન્સરથી થતી મૃત્યુને ઘટાડવા માટે આ કેન્સરને સમજવું ખુબ જરૂરી છે.

ભારતમાં સ્તનનો કેન્સર

ભારતીય સ્ત્રીઓમાં સ્તનનું કેન્સર એ સૌથી કોમન કેન્સર છે. આશરે દર ૨૮ માંથી ૧ સ્ત્રીને એમના જીવન દરમ્યાન સ્તનનો કેન્સર થાય છે.

રિસ્ક ફેક્ટર



જાતિ

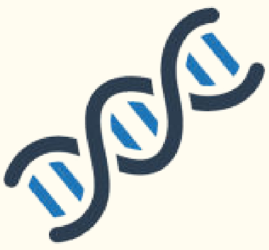
સ્ત્રીઓમાં આ કેન્સર વધારે થાય છે.

ઉંમર

વધતી ઉંમર સાથે આ કેન્સર થવાની શક્યતા વધે છે.

પરિવારમાં કોઈને કેન્સર

પરિવારમાં કોઈને સ્તનનું કેન્સર હોય, તો આ કેન્સર થવાની શક્યતા વધે છે.



જીનેટિક્સ

BRCA1 અને BRCA2 જીન્સમાં ફેરફાર થવાથી સ્તનનું કેન્સર થવાની શક્યતા વધી જાય છે

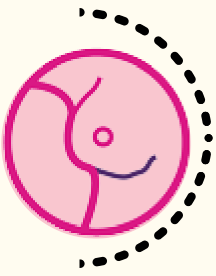
હોર્મોન રીપ્લેસમેન્ટ થેરાપી

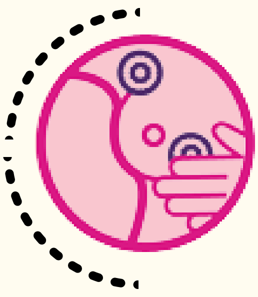
Lલાંબા સમય સુધી ગર્ભ નિરોધક દવાઓ લેવાથી સ્તન કેન્સરની શક્યતા વધે છે

લક્ષણો

સ્તન કે બગલના ભાગમાં ગાંઠ

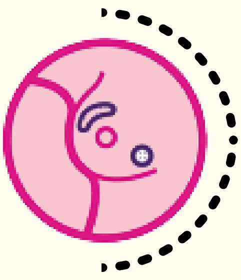
સ્તનના આકાર કે સાઈઝમાં ફેરફાર

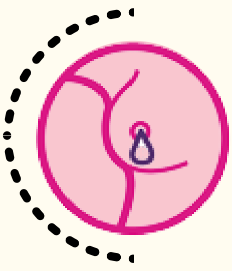




સ્તનમાં દુખાવો, જો કે ઘણા ખરા દર્દીઓમાં આ ગાંઠોમાં દુખાવો હોતો નથી

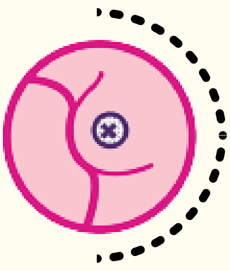
સ્તનની ચામડીમાં ફેરફાર





નિપ્પલમાંથી પ્રવાહી નીકળવું

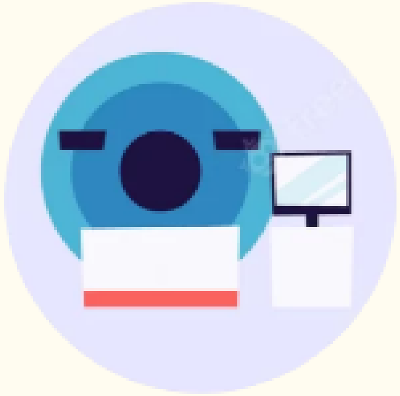
સ્તનની ચામડીમાં ખાડો પડવો કે લાલાશ થવી



વહેલું નિદાન

Consultation with a Doctor

Ultrasonic research



Mammography, MRI

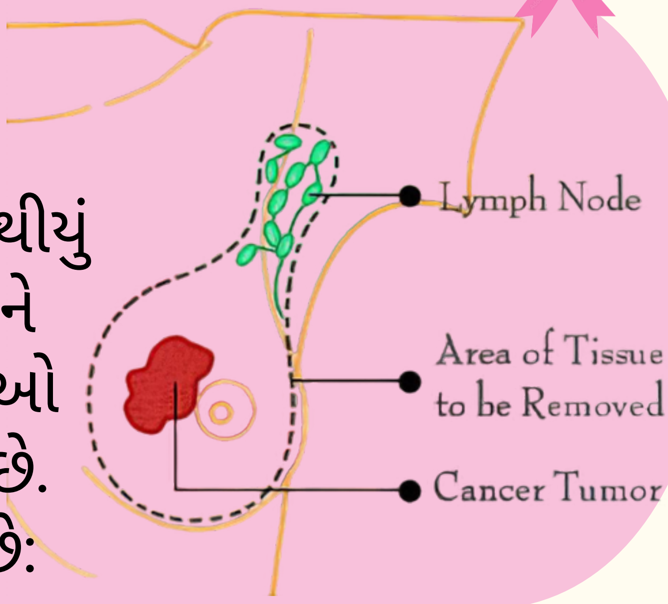
સ્તનના કેન્સરનું નિદાન વહેલું થતા દર્દીનો જીવ બચાવી શકાય છે. આ માટે નિયમિત જાતે સ્તન પરીક્ષણ કરવું, કોઈ શંકાસ્પદ ગાંઠ જણાતા ડોક્ટરને બતાવવું, સ્તનની સોનોગ્રાફી અને મેમોગ્રાફી કરાવવી એ જરૂરી છે. તમે તમારા ડોક્ટર સાથે નિદાનના આ વિકલ્પો વિષે વાત કરી શકો છો.

સારવારના વિકલ્પો

સ્તન કેન્સરના પ્રકાર અને સ્ટેજ, દર્દીની તંદુરસ્તી અને અમુક બાયોમાર્કરના આધાર પર સારવારના વિકલ્પો નિશ્ચિત થઇ શકે છે. તમારા ડોકટરોની ટીમ, આ પરિબળોના આધારે, તમારા માટે યોગ્ય સારવાર નિશ્ચિત કરશે.
સારવારના વિકલ્પોમાં:

સર્જરી

સર્જરી એ મોટાભાગે સ્તન કેન્સરની સારવારમાં પહેલું પગથીયું હોય છે. આ સર્જરીમાં ગાંઠ અને અમુક દર્દીઓમાં, લસિકા ગ્રંથિઓ (લીમ્ફ નોડ) ને કાઢવાની હોય છે. સર્જરીના મુખ્ય ૨ પ્રકાર હોય છે:



લંપેકટોમી (સ્તનનું સંરક્ષણ કરી સર્જરી)

આ સર્જરીમાં ફક્ત ગાંઠ અને એની આજુ બાજુના સ્તનના અમુક ભાગને કાઢવામાં આવે છે. આવા પ્રકારની સર્જરી, શરૂઆતના સ્ટેજના કેન્સરમાં કરવામાં આવે છે.

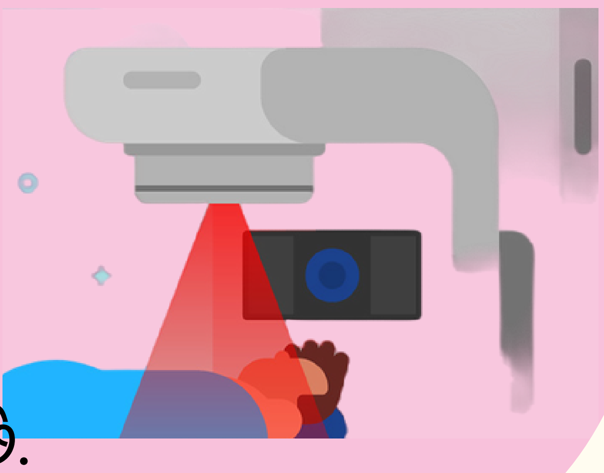
માસ્ટેકટોમી

આ સર્જરીમાં આખા સ્તનને કાઢવામાં આવે છે.
માસ્ટેકટોમીના પ્રકારમાં

- સિમ્પલ માસ્ટેકટોમી – ફક્ત સ્તન કાઢવું
- મોડિફાઇડ રેડાઈકલ માસ્ટેકટોમી – સ્તન સાથે અમુક લસિકા ગ્રંથિઓ કાઢવી
- રેડાઈકલ માસ્ટેકટોમી – સ્તન, લસિકા ગ્રંથિઓ અને છાતીના સ્નાયુઓ કાઢી નાખવા

રેડીયેશન થેરેપી

આ પદ્ધતિમાં અમુક પ્રકારના ક્ષ–કિરણો કે બીજા રેડીયેશનનો ઉપયોગ કરી કેન્સરના કોષોને બાળી નાખવામાં આવે છે. આ પદ્ધતિનો ઉપયોગ, લંપેકટોમી સર્જરી પછી કેન્સર ફરી ન થાય એ માટે મુખ્યત્વે કરવામાં આવે છે.



સારવારના વિકલ્પો

કેમોથેરેપી

આ પદ્ધતિમાં કેન્સરના સેલને વધતા અટકાવવા કે ખતમ કરવા અમુક દવાઓનો ઉપયોગ થાય છે, જે દર્દીના નસમાં આપવામાં આવે છે. કેન્સરના સ્ટેજ અને પ્રકાર અનુસાર, આ પદ્ધતિ સર્જરી પહેલા કે પછી વાપરવામાં આવે છે. કેમોથેરેપીનો ઉપયોગ શરીરમાં બધે ફેલાઈ ગયેલા કેન્સરના કોષોને ખતમ કરવા માટે પણ કરવામાં આવે છે.

હોર્મોન થેરેપી

અમુક સ્તનના કેન્સરમાં હોર્મોન રીસેપ્ટર પોઝીટીવ હોય છે, એટલે કે સ્ત્રીના શરીરમાં રહેલ સ્ત્રાવોની એના પર અસર થતી હોય છે. હોર્મોન થેરેપીમાં આ સ્ત્રાવોની અસર કેન્સરના કોષો પર અટકાવવામાં આવે છે.

ટાર્ગેટેડ થેરેપી

આ થેરેપીમાં કેન્સરના કોષોને વધવામાં મદદ કરતા અમુક પરમાણું કે એના પ્રોટીન સામે દવાઓ આપી એને વધતા અટકાવવામાં આવે છે.

પેલીયેટીવ સારવાર

જે દર્દીઓમાં કેન્સર બહુ વધી ગયું હોય કે આખા શરીરમાં ફેલાઈ ગયું હોય, એમનામાં પેલીયેટીવ સારવાર આપવામાં આવે છે. આ પદ્ધતિમાં દર્દીના દુખાવામાં રાહત રહે, એને માનસિક સપોર્ટ મળે અને એના લક્ષણો નિયંત્રિત રહે એ હેતુ ધ્યાનમાં રાખવામાં આવે છે.

સ્તન કેન્સર સામે લડત અને આધાર

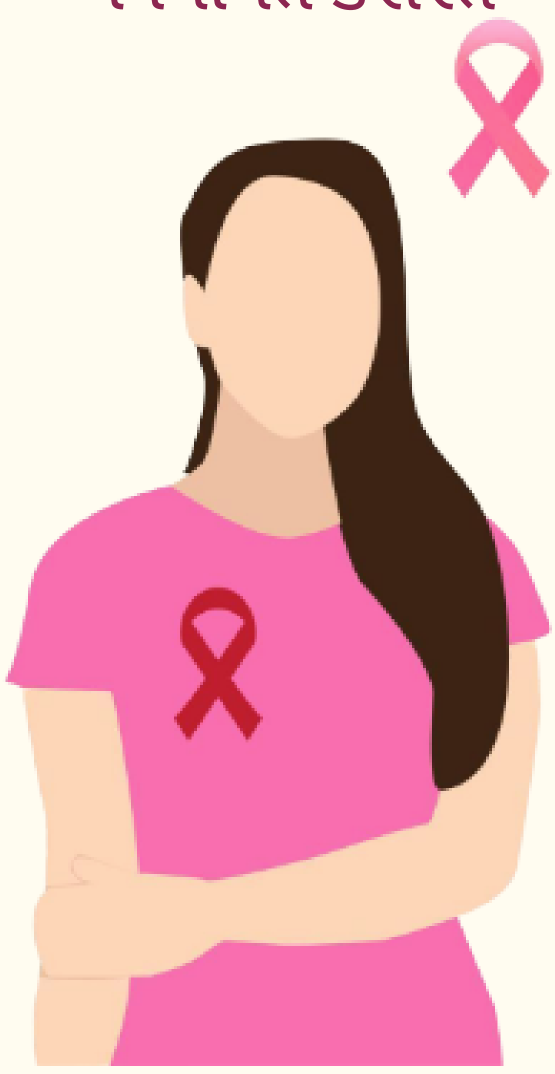
સ્તનના કેન્સર વિષે જાણ થતા દર્દી માનસિક રીતે નબળો પડી જાય એ શક્ય છે. પરિવાર, મિત્રો અને સામાજિક સપોર્ટ ગ્રુપ દ્વારા આવા સમયે આધાર મળતા દર્દીના શારીરિક સ્વાસ્થ્ય સાથે માનસિક સ્વાસ્થ્યને હેલ્થી રાખવામાં મદદ મળે છે.

નિવારણ

સ્વસ્થ જીવનશૈલી દ્વારા સ્તન કેન્સરના રિસ્કને ઘટાડી શકાય છે:

નિયમિત કસરત

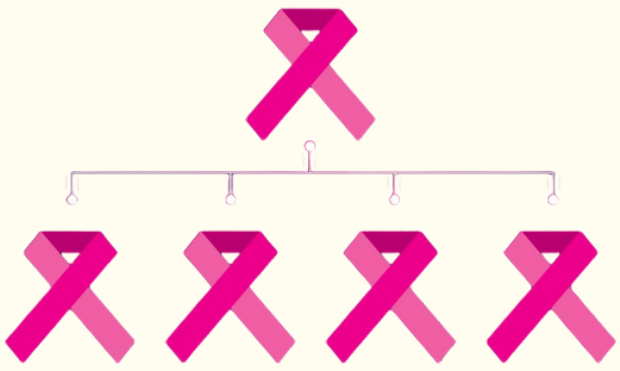
સંતુલિત આહાર



દારૂનું સેવન ટાળવું

ધુમ્રપાન નિષેધ

શક્ય હોય તો સ્તનપાન કરાવવું



પરિવારમાં કોઈને સ્તન કેન્સર છે કે નહીં એ જાણી, જો હોય તો વહેલી તકે નિદાનના ટેસ્ટ કરાવવા