آنتوں کا کینسر

آنتوں کا کینسر ہانگ کانگ میں سب سے عام کینسر ہے۔ 2013 کی ہانگ کانگ کینسر رجسٹری کے اعداد و شمار کے مطابق، ہر 10000 آبادی میں سے، 66 لوگوں آنتوں کے کینسر میں مبتلا ہیں۔ آنتوں کے کینسر کا، اگر شروع میں ہی پتہ لگایا اور علاج کیا جائے، تو انتہائی قابل علاج ہے۔ مرض کی علامات اور اسباب کو سمجھنا فوری تشخیص اور علاج کے قابل بناتا ہے۔ مرض، علاج کا بنیادی علم، ضروری نرسنگ اور دیکھ بھال کی تکنیک جلد صحت یابی اور مرض کے دوبارہ لوٹنے کے خطرے کے کم کرنے کو یقینی بناتی ہے۔ صحت مند غذا، مناسب جسمانی ورزش اور معائنہ پروگرام آنتوں کے کینسر کے خطرے کو نہایت کم کرتا ہے۔

(معلومات کا جائزہ لینے کے لئے ڈاکٹر وائی ٹی فو ((Dr. Y. T. Fu، سینئر میڈیکل آفیسر، کلینکل اونکولوجی، کوئین الزبتھ ہسپتال کا خصوصی شکریہ۔)

Copyright © 2017 Hospital Authority. All rights reserved

1. آنتوں کا کینسر کیا ہے؟

بڑی آنت، بڑی آنت اور مقعد پر مشتمل، عمل انہضام کے نظام کا آخری حصہ ہے۔ بعض اوقات، آنتوں کی دیوار پر غیر معمولی خلیات کی افزائش، پولپس، السرز یا دیگر مادوں کا ڈھیر ہوتا ہے۔ ان میں سے بیشتر معمولی مرض ہیں لیکن کچھ پولپس آنتوں کا کینسر بنتے ہوئے، مہلک رسولی میں نشونما پا سکتے ہیں۔

2. کس کو آنتوں کا کینسر ہونے کا زیادہ امکان ہے؟

آنتوں کے کینسر کا بالکل درست سبب ابھی تک معلوم نہیں ہے۔ مندرجہ ذیل خصوصیات کے حامل لوگوں میں آنتوں کے کینسر کے نشونما پانے کے زیادہ امکانات ہوتے ہیں:

- 50 سے زائد عمر
- آنتوں کے کینسر کی خاندانی ہسٹری کیساتھ
- دائمی ورمِ بڑی آنت یا بڑی آنت پولپس میں مبتلا یا فیملی ہسٹری کے حامل
- ایک زیادہ چربی، زیادہ کولیسٹرول، کم ریشہ دار غذاؤں کو برقرار رکھیں
- وزن کی زیادتی (25 سے زیادہ باڈی ماس انڈیکس)
- بکثرت پیئیں
- تمباکو نوش
- جسمانی طور پر غیر فعال

3. آنتوں کے کینسر کی روک تھام کیسے کی جائے؟

آنتوں کے کینسر کی روک تھام میں مؤثر طریقے درج ذیل ہیں:

- غذائی فائبر کی خاطر خواہ مقدار لینا: فائبر والی غذاؤں کی زیادہ مقدار لینا، آپ کی آنتوں کی حرکت کو فروغ دیتی ہے اور قبض کو کم کرتی ہے، ٹاکسن اور کینسر پیدا کرنے والے مادوں سے بچاتی ہے؛
- خوب پھل اور سبزیاں کھانا جو وٹامنز اور مانع کینسر مادوں سے بھرپور ہوں؛
- سرخ گوشت کا کم استعمال کریں؛
- اتھلے تیل میں تلنے یا زیادہ تیل میں تلنے کی بجائے کم تیل؛ بھاپ، دم پُخت، انگیٹھی پر بُھوننے سے پکائیں؛
- باقاعدگی سے ورزش کریں اور ایک صحت مند وزن برقرار رکھیں؛
- تمباکو نوشی ترک کر دیں، شراب نوشی کم کریں
- موزوں معائنہ کے طریقہ کار

Copyright © 2017 Hospital Authority. All rights reserved

4. آنتوں کے کینسر کی کیا علامات ہیں؟

عام علامات اور آنتوں کے کینسر کی علامات ہیں بشمول:

- خونی/داغدار پاخانہ، سیاہ پاخانہ، بلغم کے ساتھ پاخانہ، یا مقعد سے خون بہنا؛
- آنتوں کی صورتحال میں تبدیلی (قبض یا اسہال)، پاخانہ کی شکل میں تبدیلی (پتلی پٹی)؛
- غیر واضح وزن میں کمی؛
- پیٹ کے نچلے حصے کا درد (پُھولا ہوا پیٹ یا قولنجی پیٹ کا درد)؛
- آنتوں کے مکمل طور پر خالی نہ ہونے کا احساس؛
- انیمیا/خون کی کمی کی جسمانی علامات: سرد ہاتھ اور پاؤں، تھکاوٹ، دل کی تیز دھڑکن، سانس لینے میں دشواری، پیلاپن، چکر آنا

5. آنتوں کے کینسر کے لئے تحقیقات اور تشخیص کیسے کریں؟

انتہائی خطرے سے دوچار افراد اور مندرجہ بالا علامات کے حامل لوگوں کو فیملی ڈاکٹرز سے مشورہ اور جلد از جلد تحقیقات کا بندوبست کرنا چاہئے۔ آنتوں کے مرض سے متعلق تحقیقات میں شامل ہیں:

قولونوسکوپی

قولونوسکوپی فی الوقت نچلے عمل انہضام کی نالی کی جانچ کرنے کے لئے بہترین طریقہ ہے۔ ایک لچکدار ویڈیو درون بینی کے ذریعے، بڑی آنت کی مکمل لمبائی کے ساتھ ساتھ چھوٹی آنت کے آخری حصہ کی بھی جانچ کی جا سکتی ہے۔ طریقہ کار میں عام طور پر 10 سے 45 منٹ لگتے ہیں۔

قولونوسکوپی پوری بڑی آنت کی جانچ کے لئے کی جاتی ہے۔ سگموئیڈوسکوپی/دوخمہ بینی بڑی آنت اور مقعد کے آخری حصے کی جانچ کے لئے کی جاتی ہے۔

قولونوسکوپی صرف تشخیص کے لئے ہی مفید نہیں۔ مختلف اسیسری آلات کے استعمال کے ساتھ، یہ بائیوپسی(حیوی تشخیص) انجام دی جا سکتی ہے اور ہدف بنایا گیا طریقہ کار فراہم کر سکتی ہے جیسا کہ پولپ کا ہٹانا۔

<u>خطرہ اور پیچیدگیاں</u>

معمولی تکلیف، بشمول پیٹ کا درد اور پُھلاؤ عام ہے۔ بڑی پیچیدگیاں، بشمول معدہ کی جراحت، خون نکلنا، دل اور پھیپھڑوں کی پیچیدگیاں، انفیکشن یا آنتوں کی شدید رکاوٹ شاذو نادر ہے۔ عام طور پر، بڑی پیچیدگیوں کا خطرہ 1 فیصد سے بھی کم ہے۔ اگر طریقہ کار کے بعد مریضوں کو پیٹ کے درد کا سامنا ہے یا پاخانہ میں خون ظاہر ہو، تو انہیں فوری طور پر مدد طلب کرنی چاہئے۔

Copyright © 2017 Hospital Authority. All rights reserved

بیریم اینیما معائنہ

بیریم اینیما ایک خاص ایکس رے طریقہ کار ہے جو بڑی آنت کے مطالعہ کے لئے استعمال کیا جاتا ہے۔ ریڈیالوجسٹ بیریم کو ایک اچھی طرح سے چکنی ٹیوب کے ذریعے مقعد میں داخل کرے گا۔ مائع بیریم جسم میں مخصوص جگہوں کو نمایاں کرنے کے لئے مقابل کی حیثیت سے کام کرتا ہے۔ آنت کی اندرونی دیوار کی غیر طبعی حالت کی نشاندہی کرنے کے لئے بیریم کا بہاؤ ایک ایکس رے فلوروسکوپ اسکرین پر دکھایا جائے گا۔

مقعد کا معائنہ

ڈاکٹرز مقعد کے ذریعے دستانے پہنے اور چکنی انگلی مقعد میں داخل کریں گے اور اندر کی غیر معمولی جگہ یا ٹیومر کا لمس کے ذریعے پتہ لگاتے ہیں۔

بڑی آنت پھوڑا چھپنا خون کا ٹیسٹ

آنتوں میں خون کا بہنا ظاہری طور پر نمایاں نہیں بھی ہو سکتا ہے۔ یہ ٹیسٹ پاخانہ میں چھپے خون کی جانچ کرتا ہے۔

اگر ٹیومر پایا جاتا ہے، تو مریض کو مزید شمار ٹوموگرافی ٹیسٹ اور دیگر تصوراتی مطالعے کی ضرورت پیش آ سکتی ہے۔

Copyright © 2017 Hospital Authority. All rights reserved

6. آنتوں کے کینسر کے لئے کون کون سے علاج دستیاب ہیں؟

آنتوں کے کینسر کے لئے عام طور پر استعمال علاج کے طریقہ کار میں درج ذیل شامل ہیں:

سرجری

ٹیومر کو سرجری کے ذریعے ہٹانا آنت کے کینسر کا بنیادی علاج ہے۔ اس کا ابتدائی مرحلہ آنت کا کینسر اور اقلیتی معاملات میں جن کا مرض جگر یا پھیپھڑوں میں پھیل چکا تھا، دونوں کا علاج کیا جا سکتا ہے۔ نہایت خفیف دخل اندازی سرجری کی حالیہ آمد نہ صرف بحالی کے عمل کو تیز کرتی ہے بلکہ پیچیدگیوں کے خطرے کو انتہائی کم کرتی ہے، اگرچہ یہ ہر ایک مریض کے لئے موزوں نہیں ہے۔ مقعدی کینسر کے لئے، علاج کے نتائج بہتر بنانے کے لئے کل میزوریکٹل جراحی کی حمایت کی جاتی ہے۔ عارضی یا مستقل اسٹوما انفرادی مریضوں میں ضروری ہو سکتا ہے۔

ایجووینٹ تھراپی

ایجووینٹ تھراپی بعض مریضوں میں مرض کے دوبارہ پھوٹنے کے امکانات کو کم کر سکتی ہے۔ ایجووینٹ تھراپی کو بشمول ریڈی ایشن تھراپی اور کیموتھراپی کے طور پر زیر غور لایا جا سکتا ہے۔ ریڈی ایشن تھراپی یعنی شعاعوں سے علاج کینسر کے خلیات کو تباہ کرنے کے لئے اعلٰی توانائی تابکاری کا استعمال ہے۔ یہ بنیادی طور پر مقعدی کینسر کے مریضوں میں استعمال ہوتا ہے۔ کیموتھراپی یعنی کیموتھراپی کینسر کے خلیات کو ہلاک کرنے کے لئے کینسر مخالف ادویات کا استعمال ہے۔ یہ علاج عام طور پر ریڈیکل سرجری کے بعد دیے جاتے ہیں، اگرچہ کچھ مریضوں کو جراحی ریسیکشن میں سہولت کے لئے سرجری سے پہلے اس طرح کے علاج کی ضرورت ہوتی ہے۔

ایجووینٹ تھراپی کی کس کو ضرورت ہوتی ہے:

<u>مرحلہ II مریض</u>

ایجووینٹ علاج کو اعلٰی خطرے کی صورت کے حامل مرحلہ II بڑی آنت اور مقعد کینسر کے مریضوں کے لئے زیرغور لایا جا سکتا ہے۔

- <u>مرحلہ III مریض</u>

  ایجووینٹ علاج کو عام طور پر مرحلہ III بڑی آنت اور مقعد کے مریضوں کے لئے تجویز کیا جاتا ہے۔
- <u>مرحلہ IV مریض</u>

  ایجووینٹ علاج صرف اس صورت میں تصور کیا جاتا ہے جب تمام میٹیسٹیٹک زخم اور ابتدائی ٹیومر کو مکمل طور کاٹا/تراشا جاتا ہے۔

Copyright © 2017 Hospital Authority. All rights reserved

.7 آنتوں کے کینسر اور اس کے علاج کی کیا پیچیدگیاں ہیں؟

بلند فشار خون، ذیابیطس شکری، کورونری دل کے مرض، اور دیگر خطرناک امراض کے حامل مریضوں کا اضافی خیال رکھنا چاہئے۔

تحقیقات

اینڈوسکوپک تھراپی کے ضرورت مند مریض، جیسا کہ پولی پیکٹومی (پولپس کا خاتمہ)، اینڈوسکوپک ہیموزٹیسز/خون بندی، کے ساتھ ساتھ پھیلاؤ اور کھینچنے کے تعین کی سنگین پیچیدگیوں کا خطرہ زیادہ ہوتا ہے جیسا کہ آنتوں میں سوراخ ہونا اور خون نکلنا۔

سرجری

آنتوں کے جراحی زخم کا ناقص مندمل ہونا ورم باریطون اور پیپ پیدا کرنے کا سبب بن سکتا ہے۔ سوزش اور پیشاب سے متعلقہ فساد فعل بھی ہو سکتا ہے۔ تاہم، یہ نہایت قابل نوٹ ہے کہ حالیہ برسوں میں آنت کے کینسر کے لئے زیادہ عام طور پر استعمال ہونیوالی کم از کم سرجری نے بہت سے پیچیدگیوں کے خطرے کو کم کر دیا ہے۔

ایجوویننٹ تھراپی

ریڈیوتھراپی اور کیموتھراپی کے عام ضمنی اثرات میں شامل ہیں: تھکاوٹ، انفیکشن یا خون نکلنے کا ہدف بننا، بھوک کی کمی، متلی اور قے، بالوں کا گرنا، قبض یا اسہال۔

.8 آنتوں کے کینسر کے مریض کی دیکھ بھال کیسے کی جائے؟

صحت یابی کے عمل کے دوران دیکھ بھال کرنے کی بہت سی چیزیں ہیں۔ بہتر طور پر سمجھنے سے مریضوں کو ایک مثبت رویہ کے ساتھ مرض کا مقابلہ کرنے میں مدد ملے گی۔

باقاعدگی سے معائنہ

مریض کی حالت، علاج اور طبی صورتحال مختلف ہیں۔ ڈاکٹرز مریض سے بات چیت کریں گے، مریض کی صحت یابی کا قریبی جائزہ، لیں گے، فالو اپ علاج کا جائزہ لیں گے اور تشخیص کریں گے اور انفرادی ضروریات کی بنیاد پر مشاورت کے انتظامات کی تجویز دیں گے۔

باقاعدگی سے معائنہ ٹیومر کے دوبارہ ہونے یا نئے ٹیومر کا پتہ لگانے میں مدد دیتا ہے، بروقت علاج اور اس کے ساتھ ساتھ پیچیدگیوں کے کم کرنے کو یقینی بناتا ہے۔ علاج کا ابتدائی حصول، مریضوں کے لئے علاج کے موقع کو بہتر بناتا ہے۔

Copyright © 2017 Hospital Authority. All rights reserved

سٹوما

جن مریضوں کے نچلے مقعد میں ٹیومر ہے انہیں ایک عارضی اور مستقل سٹوما ہو سکتا ہے۔ سٹوما نرسز مریضوں کی سٹوما آلات/سامان منتخب کرنے میں معاونت کریں گی اور مریضوں کو سٹوما آلات کے مناسب استعمال اور سٹوما دیکھ بھال کے لئے بااختیار بنائیں گی۔

غذا

مریضوں کو ایسی غذا کھانے سے گریز کا مشورہ دیا جاتا ہے جنہیں ہضم کرنا مشکل ہو جیسا کہ روغنی غذا اور وہ کھانے جو آنتوں میں جلن پیدا کر سکتے ہیں جیسے شوربہ دار سالن یا مصالحہ دار کھانا۔

Copyright © 2017 Hospital Authority. All rights reserved