

## نیزو فرنجل کارسینوما/خلق انفی کا سرطان

نیزو فرنجل کارسینوما/خلق انفی کا سرطان، جنوبی چین میں اپنے انتہائی پھیلاؤ کی وجہ سے "کیٹن ٹیومر" کے نام سے بھی جانا جاتا ہے، یہ ہانگ کانگ میں عام ترین کینسرز میں سے ایک ہے۔ ہانگ کانگ میں سالانہ تقریباً 900 نئے کیس ہوتے ہیں۔ دائرہ اثر کی شرح مردوں کے لئے 3 گنا زیادہ ہے، اور انتہائی دائرہ اثر عمر 50 سے 60 سال کے اردگرد ہے۔

ابتدائی آگاہی اہم ہے۔ اگر خلق انفی کا سرطان ابتدائی مرحلے میں دریافت کر لیا جاتا ہے، تو علاج کی شرح بہت زیادہ ہے۔ مرحلہ I کے مرض کے لئے، علاج کی شرح تقریباً 90 فیصد ہے۔

(اس صفحے کی معلومات کا جائزہ لینے کے لئے ڈاکٹر نگ وائی ٹونگ (Dr. Ng Wai Tong، کنسلٹنٹ، کلینکل اونکولوجی، پامیلا یوڈے نیدر سول مشرقی ہسپتال کا خصوصی شکر یہ۔)

### 1. خلق انفی کا سرطان کیا ہے؟

خلق انفی ناک کی نالی کا عقبی حصہ اور نرم تالو کے درمیان، سر کے مرکز میں واقع ایک جگہ ہے، اور نیچے کی طرف حلق سے جڑی ہوتی ہے۔ خلق انفی کا سرطان نیزوفیرنکس/خلق انفی میں ایک مہلک ٹیومر ہے۔

خلق انفی کا سرطان ہانگ کانگ میں سر اور گردن کا سب سے زیادہ عام سرطان ہے۔

### 2. خلق انفی کا سرطان کے خطرے کے کیا عوامل ہیں؟

خلق انفی کا سرطان کے اسباب پوری طرح معلوم نہیں ہیں۔ مشتبہ وجوہات میں شامل ہیں:

**موروثیت:** ایک خلق انفی کا سرطان مریض کے سب سے قریبی رشتہ دار (بشمول والدین، بھائی بہن، اور بچے) کو دوسروں کی نسبت ایک ہی سرطان میں مبتلا ہونے کا بہت زیادہ خطرہ ہے۔

**خوراک:** چینی، جنوبی چین اور ہانگ کانگ میں واقعات کی نسبتاً انتہائی زیادہ شرح کے ساتھ، پوری دنیا میں خلق انفی کا سرطان میں مبتلا ہونے میں چینی پہلے نمبر پر ہیں، جس کا سبب نمک لگی مچھلی اور نمکیں پانی میں پکی سبزیوں کی جانب رغبت بھی ہو سکتی ہیں۔ جانوروں پر تجربات سے بھی ظاہر ہوا کہ نمکین مچھلی کا ضرورت سے زیادہ استعمال ناک کے سرطان کا موجب بن سکتا ہے۔

**طرز زندگی:** تمباکو نوشوں کو خلق انفی کا سرطان کے پیش رفت کرنے کا تھوڑا زیادہ خطرہ ہو سکتا ہے۔

**ای بی وائرس:** ای بی وائرس (ایپسٹائن بار وائرس/سرطان اور تپ غدی وغیرہ کا ایک وائرس) انفیکشن کا نتیجہ عام سردی لگنے جیسی علامات کی صورت میں ہو سکتا ہے۔ زیادہ تر خلق انفی کا سرطان مریضوں کے خون کے سیرم/رقیق مادے براہ راست ای بی وائرس کے خلاف ایک یا زیادہ دافع جسم پر مشتمل ہوتے ہیں۔

### 3. ہم خلق انفی کے سرطان کی روک تھام کیسے کر سکتے ہیں؟

روک تھام کی طرف پہلا قدم ایک صحت مند غذائی عادات کو برقرار رکھنا ہے:

- نمک لگے، نمکین پانی میں پکے کھانوں سے گریز کریں اور پہلے سے ڈبوں میں بند یا محفوظ کھانوں کا استعمال بالکل کم کر دیں۔
- محتاط رہیں: اگر علامات دکھائی دیں، تو خاص طور پر گردن لطف نوڈلز کی سوجن، تو جتنی جلدی ممکن ہو ایک ڈاکٹر سے مشورہ کریں۔
- باقاعدگی سے معائنہ: اگر آپ کے خاندان میں پہلے بھی کسی کو خلق انفی کا سرطان ہوا تھا، تو آپ کو باقاعدگی سے معائنوں کی ضرورت کا مشورہ دیا جاتا ہے۔

### 4. خلق انفی کے سرطان کے اسباب کیا ہیں؟

خلق انفی میں خلیات کی سطح پر مہلک تبدیلی واقع ہوتی ہے - اصل اسباب نامعلوم ہیں۔

### 5. کیا خلق انفی کا سرطان کی علامات کو آسانی سے شناخت کیا جا سکتا ہے؟

خلق انفی ایک چھپا ہوا عضو ہے۔ خلق انفی کا سرطان کے ابتدائی مرحلہ میں، کوئی واضح علامات نہیں رکھتا ہے۔ تاہم، جب ٹیومر بڑھ جاتا ہے اور اردگرد کے ٹشوز میں پھیلتا ہے، تو مندرجہ ذیل علامات ظاہر ہو سکتی ہیں:

- گھٹن، ناک سے خون بہنا یا خون آلود لعاب دہن
- سنائی نہ دینا، کانوں کا بجنا (کان میں بجنے کی آواز) یا کان کی نالی سے مادہ کا اخراج۔
- گردن لطف نوڈلز کی سوجن
- سر درد: مسلسل درد شقیقہ (ایک شدید بار بار ہونیوالا ارتعاشی سر درد)، خاص طور پر رات کے وقت
- چہرے کا فالج، دوہری بصارت، آواز کا بھاری یا بیٹھ جانا، نکلنے میں دشواری
- دانت پچی، بے چینی، وزن میں کمی

اگر مندرجہ بالا علامات دو سے زائد ہفتوں تک برقرار رہتی ہیں، تو آپ کو جلد از جلد اپنے خاندانی ڈاکٹر سے رجوع کرنا چاہئے۔ آپ کا ڈاکٹر مزید تحقیقات کے لئے آپ کو ایک اونکالوجسٹ (رسولیوں کیلئے ماہر ڈاکٹر) یا اوٹولیرنگالوجسٹ (کان ناک اور گلے کے ڈاکٹر) سے رجوع کرنے کا حوالہ دے سکتا ہے۔

### 6. آپ خلق انفی کا سرطان کی چھان بین اور تشخیص کیسے کرتے ہیں؟

زیادہ خطرات یا مندرجہ بالا علامات کے حامل لوگوں کو اپنے ڈاکٹر سے رجوع کرنا چاہئے اور باقاعدگی سے معائنے کرانے چاہئیں یا جتنا جلدی ہو سکے، کیونکہ جلد تشخیص علاج کی شرح میں اضافہ کر سکتی ہے۔ درج ذیل معائنوں کی سفارش کی جاتی ہیں:

- خون دینا: خون سیرم میں ای بی وائرس کے براہ راست خلاف دافع جسم کی پیمائش کرنے کے لئے
  - اینڈواسکوپ: خلق انفی میں کسی غیر طبعی حالت کی جانچ کرنے کے لئے
  - بائیوپسی: اگر خلق انفی میں کوئی غیر طبعی حالت پائی جاتی ہے، تو ڈاکٹر کو ٹیسٹ کے لئے کچھ ٹشوز نکالنے کی ضرورت ہو سکتی ہے
- خلق انفی کا سرطان کی تصدیق ہو جانے پر، ڈاکٹر ٹیومر کی حد کا تعین کرنے کے لئے اور یہ جاننے کے لئے کہ کیا سرطان کے خلیات دوسرے اعضاء میں بھی پھیل گئے ہیں، مزید ٹیسٹ کا بندوبست کرے گا، بشمول:

- مقناطیسی ریزونینس امیجنگ (MRI)
- کمپیوٹرائزڈ ٹاموگرافی (CT) اسکین
- سینے کا ایکسرے
- مثبت الیکٹرون کا اخراج ٹاموگرافی (PET) اسکین منتخب شدہ مریضوں کے لئے ضروری ہو سکتا ہے

## 7. خلق انفی کا سرطان کے کیا علاج ہیں؟

ڈاکٹر مندرجہ ذیل طریقہ علاج کا مشورہ دے سکتا ہے:

### (I) ریڈیوتھراپی

یہ خلق انفی کا سرطان کے علاج کے لئے بنیادی سہارا ہے۔ بیرونی ریڈیوتھراپی سرطان کے خلیات کو تباہ کرنے کے لئے اعلیٰ سطحی تابکاری بیم کو استعمال کرتا ہے۔ علاج چھ سے آٹھ ہفتوں تک روزانہ کی بنیاد پر کیا جائے گا

آج کل، خلق انفی کا سرطان کے علاج میں شدت میں ترمیم کیساتھ ریڈیوتھراپی کو استعمال کیا جاتا ہے۔ یہ علاج ٹیومر پر مرکوز کرنے کے لئے بہت زیادہ پوری پوری تابکاری بیم کی اجازت دیتا ہے۔ یہ ٹیومر کے خلیات کو مؤثر طریقے سے ختم کر سکتا ہے اور ایک ہی وقت میں تابکاری سے اردگرد کے عام ٹشوز کو پہنچنے والے نقصان میں کمی کرتا ہے۔

### (II) کیموتھراپی

ڈاکٹر منتخب شدہ مریض پر علاج کے اثر کو بڑھانے کے لئے ریڈیوتھراپی اور ایک ساتھ کیموتھراپی کے استعمال پر غور کر سکتا ہے۔ ڈاکٹر ریڈیوتھراپی کی اثر افربینی کو بڑھانے کے لئے ریڈیوتھراپی سے پہلے خون کی وریڈوں کے ذریعے کیمیائی ادویات دے گا۔

اگر ٹیومر دیگر اعضاء میں پھیل گیا ہے، تو کیموتھراپی ٹیومر سے پیدا ہونے والی علامات سے نجات دلانے میں مدد کر سکتا ہے۔

### (III) سرجری

جیسا کہ خلق انفی سر کے وسط میں شدت سے چھپ جاتا ہے، اور یہ بہت سے بنیادی ڈھانچوں کے بہت قریب ہے جیسے دماغ خلیہ، اسلئے مریض پر سرجری کا عمل کرنا آسان نہیں ہے۔ لہذا، سرجری خلق انفی کا سرطان کے لئے سرفہرست علاج نہیں ہے۔ اس کے باوجود، بعض مخصوص حالات کے تحت، مریض کے لئے ٹیومر کو سرجری کے ذریعے ہٹانے کی تجویز دی جا سکتی ہے، جیسا کہ ابتدائی ٹیومر کا بار بار بننا۔

## 8. خلق انفی کا سرطان کے علاج کی کیا پیچیدگیاں ہیں؟

### ریڈیوتھراپی

ریڈیوتھراپی کے ابتدائی ہفتوں کے دوران مریض متلی، منہ خشک رہنا، ذائقہ میں تبدیلیاں، بھوک نہ لگنا، وغیرہ سے متاثر ہو سکتا ہے، بعد کے ہفتوں میں، مریض کو منہ کے السر، جلد پر چھائیاں پڑنا، حلق میں درد اور بالوں کا گرنا، وغیرہ لاحق ہو سکتا ہے تاہم، علاج کی تکمیل کے چند ہفتوں بعد یہ بتدریج کم ہو جائیں گے۔ لیکن بعض مریضوں کے لئے، ان کا منہ کا خشک رہنا جاری رہ سکتا ہے کیونکہ ان کے لعابی غدود ریڈیوتھراپی کی وجہ سے کم لعاب پیدا کریں گے۔ اس کے علاوہ، مریضوں کو مندرجہ ذیل کیفیات بھی ہو سکتی ہیں:

- انہیں اوٹائٹس میڈیا بھی ہو سکتی ہے (کان کے درمیانی حصہ کی سوجن)، جو جزوی طور پر سماعت کے نقصان کا سبب بنتی ہے۔
- انہیں کن پٹی کی ہڈی اور نچلے جبڑے کے جوڑ کی سختی/اکڑن ہو سکتی ہے، اس طرح ایک 'دانت بند' ہونے کا احساس پیدا ہو سکتا ہے۔
- مریضوں کی ایک اقلیت کو اینڈوکرائن/غدودوں سے ہارمون کا خارج ہونے کے افعال میں بگاڑ ہو سکتا ہے، یا اعصاب کے افعال کو خراب کر سکتا ہے۔

### کیموتھراپی

اگرچہ سرطان مخالف ادویات سرطان کے خلیات کو مار سکتی ہیں، وہ عام خلیات کی تقسیم کو بھی متاثر کر سکتی ہیں۔ مریض قے، بالوں کا گرنا، اسپہال، بھوک نہ لگنا، انیمیا (خون کے سرخ خلیات کی کمی)، خون کے سفید خلیات کی کمی، اور اس طرح قوت مدافعت کی کمی کا شکار ہو سکتے ہیں؛ اس لئے مریض زیادہ آسانی سے متاثر ہو سکتے ہیں۔ اس کے علاوہ، گردے کے افعال بھی متاثر ہو سکتے ہیں۔

## 9. خلق انفی کا سرطان کے مریض خود کی دیکھ بھال کیسے کرتے ہیں؟

مریضوں کو ریڈیوتھراپی سے پہلے اور بعد میں اور صحت یابی کے دوران بہت سے مسائل سے آگاہ ہونے کی ضرورت ہوتی ہے۔ زیادہ تفہیم مریضوں کی مثبت طریقے سے مرض کا سامنا کرنے میں مدد کر سکتی ہے۔

### باقاعدگی سے معائنہ

- ریڈیوتھراپی کے بعد، مریضوں کو پیچیدگیاں ہو سکتی ہیں جیسا کہ اوٹائٹس ایکسٹرن (کان کی باہری حصہ کی سوجن)، ڈرما ٹائٹس (جلدی سوزش) یا اعضاء کے افعال میں بگاڑ وغیرہ۔ باقاعدگی سے معائنہ مناسب علاج کو یقینی بناتا ہے۔
- باقاعدگی سے معائنہ مرض کا جلد پتہ لگانے اور بار بار لوٹنے یا پھیلنے کے علاج کی اجازت دے سکتا ہے

## دانتوں کے گلنے/خراب ہونے اور منہ کے انفیکشن کی روک تھام

ریڈیوتھراپی بعد غودوں کی اخراج لعاب دہن کو کم کرے گا، اس سے مریضوں کے دانت گلنے/خراب ہونے کے زیادہ امکانات ہو سکتے ہیں۔ لہذا، انہیں چاہئے:

- میٹھی غذاؤں اور مشروبات کا کم استعمال کریں، کھانے کے بعد فوراً اپنے دانتوں کو برش کریں، اور معائنوں کے لئے باقاعدگی سے دانتوں کے ڈاکٹر کا دورہ کریں۔
- منہ کو نم رکھیں: مریضوں اپنے سونے سے پہلے نمک ملا پانی کے ساتھ صاف نمدار باریک شفاف کپڑے سے منہ پونچھ سکتے ہیں۔
- منہ خشک ہونے کی شدت کو روکنے کے لئے سگریٹ نوشی اور شراب نوشی ترک کر دیں۔

ریڈیوتھراپی دانت بند ہونے کا باعث بن سکتا ہے۔ مریضوں کو اپنے منہ کی لچک میں اضافہ کرنے کے لئے ہر روز منہ کی ورزش کرنی چاہئے۔

## غذا

- مریضوں کو صحت یابی کی رفتار تیز کرنے میں مدد کے لئے ایک پروٹین سے بھرپور اور حرارت سے بھرپور غذاؤں کا استعمال کرنا چاہئے۔
- ایسی غذاؤں سے گریز کریں جو زیادہ تلی ہوئی، مصالحہ دار، یا خشک اور سخت ہیں۔
- توانائی کی مقدار کو بڑھانے کے لئے غذائیت بخش سپلیمنٹس پئیں۔

## جلد کی دیکھ بھال

ریڈیوتھراپی علاج کی جگہوں میں جلد اور ہونٹ جل سکتے ہیں۔ مریضوں کو چاہئے:

- صابن، دوا ملا کلینزر اور جلد کا لوشن استعمال کرنے سے گریز کریں۔ اس کی بجائے ہلکا/نرم جلد لوشن استعمال کریں۔
- براہ راست سورج کی روشنی اور بالائے بنفشی روشنی سے بچیں۔

## 10. خلق انفی کا سرطان کہاں پھیلے گا؟

- گردن کے لمف نوڈز کی اردگرد کی جگہوں میں
- زیادہ دور کی جگہوں میں، جیسے کہ ہڈیوں، ہڈی کا گودا، پھیپھڑوں اور جگر میں