# لیوکیمیا

لیوکیمیا ہڈیوں کے گودا اور خون خلیات کا کینسر ہے۔ یہ ہانگ کانگ میں سرفہرست دس قاتل کینسر میں سے ایک ہے، ہر سال جس کے تقریباً 500 نئے کیسز کی تشخیص کی جاتی ہے۔ زیادہ تر دیگر کینسر کے برعکس، لیوکیمیا بڑوں اور بچوں دونوں میں پایا جاتا ہے اگرچہ یہ بڑوں میں زیادہ عام ہے۔

لیوکیمیا ممکنہ طور پر قابل علاج ہے۔ تمام مہلک امراض میں اس کے علاج کی سب سے زیادہ شرح ہوتی ہے۔ لیومیا کے بہت سے ذیلی قسم ہیں اور مختلف علاج ہوتا ہے۔ لیوکیمیا کا سامنا کرنیوالے مریض اور رشتہ داروں کی اس مرض اور علاج کے بارے میں مزید جاننے کے لئے حوصلہ افزائی کی جاتی ہے، جو طبی نگہداشت میں سہولت فراہم کرے گا۔

## 1. لیوکیمیا کیا ہے؟

خون میں گردش کرنیوالے خون کے خلیات کی تین اقسام، سرخ خلیاتِ خون، پلیٹ لیٹس اور سفید خلیاتِ خون ہیں۔ وہ تمام ہڈیوں کے گودے میں سٹیم خلیات کی طرف سے پیدا کیے جاتے ہیں۔ عام طور پر، ہڈی کا گودے کے سٹیم خلیات کی تعداد بڑھے گی اور پختہ خون کے خلیات میں افزائش ہو گی۔ جب خون کے خلیات پختہ ہو جاتے ہیں، تو ہڈی کا گودا چھوڑ دیں گے اور محیطی خون میں گردش کریں گے۔ لیوکیمیا کے ساتھ، ہڈی کے گودے اور محیطی خون دونوں میں ایک خلاف معمول بڑھوتری یا خون کے سفید خلیات کی جمع کاری ہوتی ہے، جو خون کے سفید خلیات شمار میں اضافہ کا سبب بنتی ہے۔

لیوکیمیا اور علاج کی اقسام کی کئی اقسام ہیں جو مختلف اقسام سے مختلف ہوتی ہے۔ کلینکل پریزنٹیشن کے مطابق، لیوکیمیا کی وسیع پیمانے پر شدید اور دائمی میں درجہ بندی کی جا سکتی ہے۔ خلیہ کی اقسام کے مطابق ان کی مزید درجہ بندی کی جا سکتی ہے:

•شدید مائیلوبلاسٹک لیوکیمیا (AML): امیچور میلائیڈ بلڈ سیلز کا ایک کینسر۔ یہ بالغ افراد میں پایا جانیوالے لیوکیمیا کی عام ترین قسم ہے۔ ان کینسر کے خلیات کی پیش رفت کی شرح عام طور پر تیز رفتار ہے اور عمومی خون کے خلیات کی پیداوار کو متاثر کرتی ہے۔ مریض عام طور پر کم خون شمار کا علامتی ہو گا (جیسا کہ کم سفید خون کے خلیہ کے شمار کی وجہ سے انیمیا، انفیکشن، کم پلیٹلیٹس کے شمار کی وجہ سے خون کا غیر معمولی بہاؤ)۔

•شدید لمفو بلاسٹک لیوکیمیا (ALL): ناپختہ لمفی خلیہ کا ایک کینسر۔ یہ بچوں میں زیادہ کثرت سے ہوتا ہے اور بچوں میں ہونیوالا عام ترین لیوکیمیا ہے۔ اس کا ظاہر ہونا AML جیسا ہی ہے۔

دائمی میو لائیڈ لیوکیمیا (CML): فلاڈیلفیا کروموسم کی موجودگی کے ساتھ منسلک میچور میو لائیڈ خلیات کا ایک


Hospital Authority. All rights reserved 2018Copyright ©

کینسر۔ یہ زیادہ تر بالغوں میں دیکھا جاتا ہے۔ کینسر کے خلیات میں نسبتاً سست شرح سے اضافہ ہوتا ہے، ابتدائی مرض کو کسی بھی علامات سے منسلک نہیں کیا جا سکتا ہے۔ بعد کے مرحلے میں، تلی کا بڑھ جانا پیٹ کے درد میں اضافہ کر سکتا ہے۔ اوپر درج کردہ علامات کے طور ظاہر ہوتے ہوئے، عام خون کے خلیوں کی پیداوار بھی متاثر ہو سکتی ہے۔

•دائمی لمفی لیوکیمیا (CLL): جو پختہ لمفی خلیات کا ایک کینسر ہے۔ یہ زیادہ تر بڑی عمر کے افراد (>60 سال کی عمر) میں پایا جاتا ہے۔ یہ بچوں میں شاذونادر واقع ہوتا ہے۔ سسٹ رفتار نشونما بھی ان کینسر خلیات کی خصوصیت سمجھی جاتی ہے۔ ابتدائی مرض عام طور پر بنا کسی علامات ظاہر ہوتا ہے۔

## 2. لیوکیمیا کے اسباب اور خطرے والے عوامل کون سے ہیں؟

لیوکیمیا کی عین درست وجوہ ابھی تک ٹھیک سے معلوم نہیں ہے۔ لیوکیمیا کو گودے میں ایک خلاف معمول خلیہ کے ساتھ شروع ہونے کے طور پر سمجھا جاتا ہے جس میں، بعض اہم جینز جو کنٹرول کرتے ہیں کہ کس طرح خلیوں کی تعداد بڑھتی، افزائش، اور مرنے کو تبدیل کیا جا چکا ہے۔ ابھی تک، خلیہ کے خلاف معمول بن جانے کی شرح بڑی حد تک نامعلوم ہے۔ حقیقت میں، زیادہ تر مریضوں میں نشاندہی کردہ کوئی مخصوص سبب نہیں ہوتا ہے۔

مندرجہ ذیل خطرے کے عوامل لیوکیمیا ہونے کے خطرے کو بڑھا سکتے ہیں:

•بہت زیادہ تابکاری پر تکشف (جیسے: سابق ریڈیوتھراپی اور ایٹم بم سے زندہ بچ جانیوالے)

•زہریلے کیمیکلز پر تکشف (جیسے بینزین اور پیشگی کیموتھراپی علاج)

•مخصوص جینیاتی مرض (جیسے ڈاؤن سینڈروم/دماغی خلل)

•عمر: AML اور CLL بزرگوں میں زیادہ عام ہیں

## 3. کیا لیوکیمیا کی علامات کو آسانی سے شناخت کیا جا سکتا ہے؟

شدید لیوکیمیا تیزی سے بڑھنے والا کینسر ہے۔ عام طور پر، شدید لیوکیمیا کافی تیزی سے پھیلتا ہے اور تیزی سے چند ہفتے یا اس سے زیادہ میں بدتر ہو جاتا ہے۔ مریض عام طور پر خون کی کمی، آسان خون سے خون بہنا، اور انفیکشنز کی علامات کے ساتھ علیل، کمزور ہو جاتا ہے۔

دائمی لیوکیمیا عام طور پر ابتدائی مرحلے میں کوئی علامات ظاہر نہیں کرتا ہے۔ یہ عام طور پر معمول کے خون کے ٹیسٹ کے دوران پایا جاتا ہے۔ کچھ CLL مریضوں کی تشخیص کی جاتی ہے جب ڈاکٹر کی طرف سے معمول کے معائنوں کے دوران لمف نوڈز کے بڑھنے کو دریافت کیا جاتا ہے۔

اگر آپ کو درج ذیل علامات ہیں، تو آپ کو اپنے ڈاکٹر سے جلد از جلد مشورہ کرنا چاہئے:

- فوراً تھکاوٹ


Hospital Authority. All rights reserved 2018Copyright ©

- وزن میں کمی
- بھوک نہ لگنا
- رات کو پسینے
- نامعلوم وجہ سے بخار
- کثرت سے انفیکشن
- لمف نوڈ بڑھنا
- غیر معمولی خون کا بہاؤ (جیسا کہ ناک/مسوڑوں سے متواتر خون نکلنا)

## 4. لیوکیمیا کی تحقیقات اور تشخیص کیسے کریں؟

اگر ہسٹری اور جسمانی معائنوں سے لیوکیمیا کا شبہ کیا جاتا ہے، تو آپ کا ڈاکٹر آپ کے لئے مندرجہ ذیل ٹیسٹ کا بندوبست کرے گا:

خون کی مکمل تصویر: خون کا ایک نمونہ لیا جاتا ہے اور سرخ خلیات، پلیٹ لیٹس، سفید خلیات کی تعداد اور لیوکیمیائی خلیات کی موجودگی کی جانچ پڑتال کی جاتی ہے۔

ہڈی کا گودا ایسپائریشن اور بائیوپسی: ہڈی کا گودا ایسپائریشن اور بائیوپسی مریض کی کولہے کی ہڈی میں ایک خاص سوئی ڈالنے سے ہڈی کا گودا کے خون اور ہڈی کے چھوٹے ٹکڑے حاصل کرنے کا ایک طریقہ کار ہے۔ طریقہ کار کو عام طور پر بستر کے پہلو پر مقامی اینستھیزیا کے تحت انجام دیا جاتا ہے اور تقریباً 30 منٹ لگتے ہیں۔ لیوکیمیا کے خلیات کی موجودگی، اور درجہ بندی کا تعین کرنے کے لئے پیتھالوجسٹ کی طرف سے حاصل کردہ ہڈی کے گودے کے نمونوں کی تشخیص کی جائے گی۔ آپریشن کے بعد مریض کو چند گھنٹوں کے لئے سیدھا لیٹنے کی ضرورت ہو گی۔

کروموسوم یا سالماتی جانچ کاری: یہ خصوصی ٹیسٹ ہیں جو کروموسوم یا ڈی این اے جو لیوکیمیا کی موجودگی سے وابستہ ہوتے ہیں، میں خلاف معمول تبدیلیوں کا پتہ لگانے کے لئے محیطی خون میں اور ہڈی کے گودے کے خون کے نمونوں میں انجام دیئے جاتے ہیں۔

لمف نوڈ بائیوپسی: مائکروسکوپ کے نیچے معائنہ کے لئے بافت کا ایک چھوٹا سا ٹکڑا لیا جائے گا، اسے عام طور پر CLL کی تشخیص کے لئے استعمال کیا جاتا ہے۔

امیجنگ مطالعات (جیسا کہ پوزیٹرون اخراج ٹوموگرافی/کمپیوٹڈ ٹوموگرافی، کمپیوٹڈ ٹوموگرافی): کی کچھ لیوکیمیا کی اقسام (جیسا کہ CLL) کی تشخیص میں ضرورت ہو سکتی ہے۔

لمبر پنکچر: مرکزی اعصابی نظام میں مرض کے شامل ہونے کی تشخیص میں مفید ہے۔ آپریشن کے بعد مریض کو چند گھنٹوں کے لئے نیچے لیٹنے کی ضرورت ہو گی۔


Hospital Authority. All rights reserved 2018Copyright ©

ڈاکٹر مریضوں کی عمومی صحت اور مرض کی حد تک تعین کرنے کے لئے کچھ اضافی جانچ کاری بھی کر سکتا ہے۔

## 5. لیوکیمیا کا کیا علاج ہے؟

لیوکیمیا کا علاج قسم کے مطابق مختلف ہوتا ہے۔ کچھ لیوکیمیا جیسے CLL، خاص طور پر اگر مرض ابتدائی مرحلے میں ہو، تو مریضوں کو علاج کی ضرورت نہیں ہوتی اگر مریض میں بظاہر کوئی علامات نہیں ہیں۔ لیوکیمیا میں علاج کا بنیادی محور مجموعہ کیموتھراپی ہے۔

کیموتھراپی ، یا سسٹوٹوکسک کیموتھراپی کینسر کے خلیات کو مارنے کے لئے دوا کا استعمال ہے۔ یہ دہانی ادویات یا منحصر ادویات کی شکل میں ہو سکتی ہے۔ یہ خاتمہ غیر انتخابی ہے، اور یہ علاج عام خلیات کے لئے بھی زہریلا ہے۔

کیموتھراپی عام طور پر مختلف مراحل میں تقسیم کیا جاتا ہے:

i. تخفیف کا اجراء: ابتدائی علاج کی نمائندگی کرتا ہے جب کینسر کے خلیوں کو ختم کرنے کے لئے شدید کیموتھراپی دی جاتی ہے۔
ii. تخفیف کا استحکام: کینسر خلیات کی باقیات کو ختم کرنے کے لئے کیمیو تھراپی کے ساتھ مزید علاج کی نمائندگی کرتا ہے۔ کیموتھراپی عام طور پر احراء میں استعمال کی جانیوالی کی نسبت کم شدید ہے
iii. تخفیف کی دیکھ بھال: تخفیف کو برقرار رکھنے کے لئے کیموتھراپی کا استعمال شامل ہے۔

ہدف تھراپی: کچھ مخصوص 'اہداف' پر مرکوز ہوتی ہے جو لیوکیمیا کی کچھ اقسام کے لئے مخصوص ہیں۔ مریضوں کے عام خلیاں کو چھوڑتے ہوئے، لہٰذا کینسر ختم کرنا انتخابی ہو گا۔ لیکن لیوکیمیا کی تمام اقسام اس طرح کی مخصوص ہدف کی حامل ادویات پر مشتمل نہیں ہوتی ہیں۔ اس طرح 'ہدف شدہ تھراپی' کا استعمال صرف مخصوص لیوکیمیا تک محدود ہے۔

ریڈیوتھراپی: ٹیومر پر مشتمل جگہ پر ہائی ڈوز تابکاری کی فراہمی شامل ہے۔ اسے لیوکیمیا (جیسا کہ CLL) کی کچھ اشکال کے لئے مقامی کنٹرول کے طور پر استعمال کیا جاتا ہے جب مرض میں بعض لمف نوڈز گروپ شامل ہوتے ہیں۔

ہیمٹوپوئیٹک سٹیم سیل ٹرانسپلانٹیشن: جسے پہلے ہڈی میرو ٹرانسپلانٹیشن (BMT) کے طور پر جانا جاتا تھا، عطیہ، اس میں صحت مند ہیمٹوپوئیٹک اسٹیم خلیات کا استعمال شامل ہے۔ یہ کچھ مریضوں کے لئے قابل اطلاق ہوتا ہے جن کا لیوکیمیا کو صرف کیموتھراپی کی مدد سے کنٹرول نہیں کیا جا سکتا ہے۔


Hospital Authority. All rights reserved 2018Copyright ©

## 6. لیوکیمیا کے مریض کی دیکھ بھال کیسے کریں؟

☐

جبکہ لیوکیمیا کی تشخیص مریضوں اور ان کے خاندانوں دونوں کے لئے تباہ کن ہے، یہ جاننا اہم ہے کہ بہت سے مریضوں اچھی طویل مدتی کنٹرول حاصل کر سکتے ہیں یا فی الوقت دستیاب علاج کے ساتھ استعفادہ حاصل کر سکتے ہیں۔

کئی اہم نکات موجود ہیں مریض جن کی پیروی کر سکتے ہیں:

ادویات باقاعدگی سے لیں: مریض کو مختلف ادویات (کیموتھراپی ادویات یا اینٹی بائیوٹکس) کی خوراک اور ضمنی اثرات کا پتہ ہونا چاہئے۔ اپنے ڈاکٹر کی دی گئی ہدایات پر عمل کریں۔ خود ہی اپنی ادویات لینا مت روکیں۔

فالو اپ میں باقاعدہ سے شامل ہوں: علاج کے بعد بھی فالو اپ کے شیڈول پر سختی سے عمل کریں۔ مریضوں کی حالت کا اندازہ کرنے کے لئے باقاعدگی سے جسمانی معائنے اور خون کے ٹیسٹ ضروری ہیں۔

گھریلو اور ذاتی حفظان صحت: شدید لیوکیمیا یا اعلٰی درجے کا دائمی لیوکیمیا کے مریض انفیکشن کے خطرے سے دوچار ہیں۔ آپ کو گھریلو اور ذاتی حفظان صحت پر توجہ دینی چاہئے۔ کمرے، کپڑے اور گھریلو آلات/سامان ترتیب سے اور صاف رکھنے چاہئیں۔ بھیڑ والی جگہوں یا بیمار ہوئے دوستوں کے ساتھ رابطہ کرنے سے احتراز کریں۔ گھر سے باہر جاتے ہوئے ماسکس پہنیں۔

خون نکلنے سے بچیں: گھر کے ماحول میں خاطر خواہ نمی برقرار رکھیں، کیونکہ ناک کے میوکوسا کی خشکی کم پلیٹ لیٹس شمار کے حامل مریضوں میں ناک سے خون بہنے کی جانب لے جاتی ہے۔ روزانہ کی سرگرمیوں کے سلسلے میں محتاط رہیں جیسا کہ عمومی زخم کا نتیجہ سنگین خون کے بہاؤ کا سبب بن سکتا ہے۔

کسی اور سے بات کریں: لیوکیمیا کے ساتھ رہنا بے انتہا دباؤ والا ہو سکتا ہے۔ علاج کے کورس کے دوران اپنے خاندان، دوستوں، اپنے ڈاکٹر، نرس یا کسی اور سے اپنے جذبات کے بارے میں بات چیت کریں جس پر آپ اعتماد کرتے ہیں۔ آپ کو جذباتی معاونت ملے گی اور صرف ان سے بات چیت کرنے سے کافی بہتر محسوس کریں گے۔ اگر ضروری ہوا، تو آپ کا ڈاکٹر آپ کو ماہر نفسیات، پادری سروس اور مریض معاونت گروپ کے ذریعے مزید معاونت اور مشاورت فراہم کرے گا۔


Hospital Authority. All rights reserved 2018Copyright ©