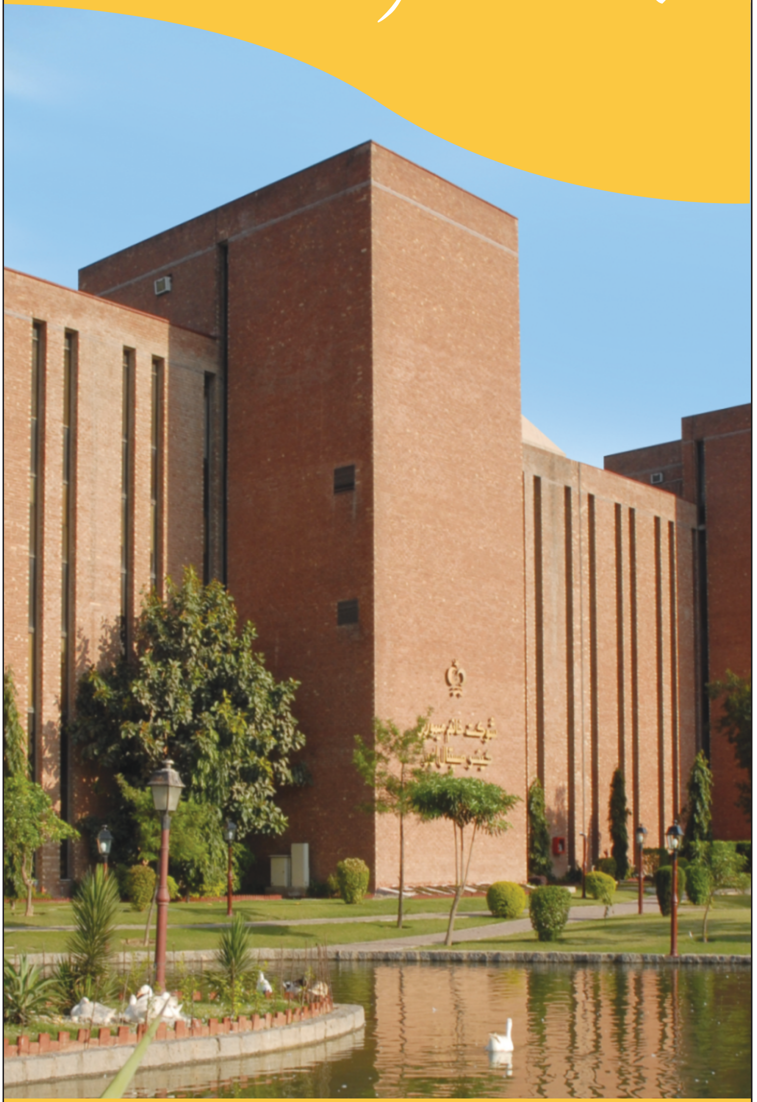
ہدایات برائے

جلد کا کینسر



شوکت خانم
میموریل کینسر ہسپتال
اینڈ ریسرچ سینٹر

اس قسم کے کینسر کا علاج کیا ہے؟

جلد کے کینسر کے میں مبتلا مریضوں کا کئی طریقوں سے علاج کیا جا سکتا ہے۔ بیسل سیل کارسینوما (Basal cell carcinoma) اور سکواموس سیل کارسینوما (Squamous cell carcinoma) کا علاج ایک ہی طریقے سے کیا جاتا ہے۔ عموماً اسے ایک چمچے کی شکل کے آلے، جسے کیوریٹ (curette) کہتے ہیں، سے نکال کر الیکٹرانک کرنٹ کا استعمال کیا جاتا ہے تا کہ خون کے بہاؤ کو روکا جا سکے اور دوسرے کینسر خلیوں کو تلف کیا جا سکے۔ کیموتھراپی ایک اور طریقہ علاج ہے جس میں مریض کو ایسی ادویات دی جاتی ہیں جو کینسر کے خلیوں کو تباہ کر کے ختم کر دیتی ہیں۔ ایک اور طریقہ علاج ریڈی ایشن تھراپی ہے جس میں کینسر زدہ خلیوں کو تباہ کرنے کیلئے بے پناہ توانائی والی ریڈی ایشن شعاعیں استعمال کی جاتی ہیں۔ یہ طریقہ علاج جلد کے ان حصوں کیلئے استعمال کیا جاتا ہے جن کی سرجری ممکن نہ ہو۔ بعض مخصوص ادویات کا استعمال بھی کیا جاتا ہے جو جسم کی وات مدافعت کو مزید متحرک کر کے اسے اس مرض کے خلاف لڑنے میں مدد فراہم کرتی ہیں۔ دوسری طرف میلانوما کا علاج صرف سرجری سے کیا جاتا ہے۔ ٹیومر کے اردگرد کے ٹشو کو تلف کرنے کا انحصار اس ٹیومر کی کثافت پر ہوتا ہے یا بائیولوجیکل تھراپی، جس میں مخصوص مواد خون کے ذریعے جسم میں داخل کیا جاتا ہے اور پورے جسم کے خلیوں پر اثر انداز ہوتا ہے، یہ ایسا طریقہ علاج ہے جو بیماری کے ایک حد سے زیادہ بڑھ جانے پر استعمال کیا جاتا ہے۔

جلد کے کینسر سے محفوظ رہنے کیلئے کیا اقدامات کرنے چاہئیں؟

اپنی جلد پر رونما ہونے والی تبدیلیوں کے متعلق آگاہ رہیں اور تل، چھائیوں، پیدائشی نشانات پر نظر رکھیں۔ اپنا ماہانہ self-examination کریں اور جلد پر موجود نشانات کے سائز، رنگت اور ان کی تعداد میں تبدیلیوں کو نوٹ کریں۔ اپنی پشت کو بھی کسی کی مدد سے اسی طرح چیک کیا کریں۔ Self-examination کرتے وقت میلانوما کی ABCDE کو مدنظر رکھیں۔

PGS\MDO\11\01U

A۔ ایمیٹری (Ammetry):

جلد پر موجود نشانات میں سے کسی ایک کا دوسرے سے نہ ملنا۔

B۔ بارڈرز (Borders):

عموماً جلد پر موجود نارمل تل گول یا بیضوی شکل کے ہوتے ہیں۔ میلانوما کے بارڈرز یا حدود معمول کے مطابق نہیں ہوتے اور ناہموار ہو سکتے ہیں۔

C۔ رنگت (Color):

جلد پر موجود تل عام طور پر ایک ہی رنگت کے ہوتے ہیں جبکہ میلانوما گندمی، سیاہ، بھورا، سرخی مائل، سفید یا نیلے رنگ کا بھی ہو سکتا ہے۔

D۔ ڈایامیٹر (Diameter):

ایسے نشانات پر خصوصی نظر رکھیں جو 6 ملی میٹر کے ڈایامیٹر سے بڑے ہوں۔

E۔ ایوولوشن (Evolution):

وقت کے ساتھ ساتھ میلانوسائیٹک (Melanocytic) بڑھوتی کی وجہ سے جسمانی تبدیلی بھی دیکھی جا سکتی ہے۔ لہٰذا محتاط رہیں۔ سورج کی روشنی میں ایک حد سے زیادہ نہ رہیں۔ مناسب لباس، رنگین عینک اور ٹوپی کا استعمال کریں۔ سورج کی شدت میں چھتری کا استعمال کریں۔ قطع نظر اس کے کہ سورج نکلا ہے یا نہیں، SPF 30 یا اس سے زیادہ مقدار والا سن سکرین لوشن استعمال کریں اور ایک سے دو گھنٹے بعد یہ لوشن دوبارہ جلد پر لگائیں خصوصاً جب آپ تیراکی کر رہے ہوں یا زیادہ مقدار میں پسینہ آ رہا ہو۔

Shaukat Khanum Memorial Cancer Hospital and Research Centre
Lahore: 7-A Block R-3, Johar Town, Lahore, Pakistan
Tel: +92 42 359 5000 | UAN: 042 111 155 555
Peshawar: 5-B, Sector A-2, Phase V, Hayatabad, Peshawar, Pakistan
Tel: +92 91 588 5000 | UAN: 091 111 155 555
www.shaukatkhanum.org.pk

جلد کا کینسر کیا ہے؟

ہماری جلد ہمارے جسم میں موجود پانی کی مطلوبہ مقدار کو قائم رکھنے، جسم کے اندرونی اعضاء کے تحفظ اور ہماری موروثی معلومات (genetic information) کی حفاظت کا کام کرتی ہے۔ جلد کا کینسر اگرچہ سب سے عام ہے لیکن یہ ایسا کینسر ہے جس سے با آسانی بچا جا سکتا ہے۔

جلد کے کینسر کی تین اقسام ہیں:

1۔ بیسل سیل کارسینوما

اس قسم کا کینسر جسم کے دیگر حصوں تک نہیں پھیلتا لیکن جلد پر مزید اثر انداز ہوسکتا ہے۔

2۔ سکواموس سیل کارسینوما

یہ کینسر ان عضلاتی خلیوں میں ہوتا ہے جو جلد کی بیرونی پرت بناتے ہیں۔

3۔ میلانوما

اس قسم کا جلدی کینسر جو کہ جلد کے پگمنٹ خلیوں (pigment cells) میں ہوتا ہے، نہایت خطرناک ہے اور یہ جسم کے دیگر حصوں تک بھی پھیل سکتا ہے، جس کا نتیجہ شدید علالت اور موت بھی ہوسکتی ہے۔ میلانوماز (melanomas) جلد کے کینسر کی وہ قسم ہے جو پاکستانی نوجوانوں اور بوڑھوں میں سب سے زیادہ پائی جاتی ہے اور نامناسب حالات کی وجہ سے اس میں تیزی سے اضافہ ہورہا ہے۔

جلد کے کینسر کی علامات:

جلد کے کینسر کی عام علامات میں ایسا زخم جو بھرتا نہیں، پگمنٹ (pigment) جو جلد کی حدود سے بڑھ کر باہر پھیل جاتا ہے، جلد کے کسی مخصوص حصے کا نرم پڑ جانا، اس پر خارش ہونا، تکلیف ہونا یا کسی بھی قسم کی غیر معمولی تبدیلی کا رونما ہونا شامل ہیں۔ جلد پر موجود تل کی بیرونی سطح پر تبدیلی رونما ہونا جیسے نمی، خون آنا یا ابھار پیدا ہونا بھی جلد کے کینسر کی علامات ہیں۔ یاد رہے کہ یہ علامات دیگر وجوہات کی بنا پر بھی سامنے آسکتی ہیں۔ اگر آپ کو ان علامات میں سے کسی ایک کا بھی سامنا ہو تو فوراً اپنے معالج سے رجوع کریں تاکہ اس کی بروقت تشخیص اور علاج ممکن ہو سکے۔

جلد کے کینسر کے حوالے سے کون سے عوامل خطرے کا باعث ثابت ہو سکتے ہیں؟

جلد کے کینسر کے حوالے سے درج ذیل عوامل خطرات کا باعث ہوسکتے ہیں۔

1۔ سورج کی روشنی کا بہتات میں سامنا:

سورج کی روشنی میں **UVA** اور **UVB** پائی جاتی ہیں جو جلد کے خلیوں میں تغیر کا باعث بنتی ہیں اور نتیجتاً میلانوما ہو جاتا ہے۔

2۔ فیملی ہسٹری:

اگر آپ کے خاندان میں آپ کے قریبی رشتے داروں جیسے والد یا بھائی میں سے کسی کو میلانوما ہے تو پھر آپ کو بھی یہ بیماری لاحق ہونے کے خدشات 8 سے 12 گنا زیادہ ہیں۔

3۔ نسل:

اگر آپ **caucasian** ہیں تو آپ کو جلد کا کینسر ہونے کا خدشہ زیادہ ہے۔

4۔ جسمانی اوصاف:

اگر آپ کی جلد زرد رنگ کی ہے اور سورج کی روشنی سے اس کا رنگ با آسانی گندمی نہیں ہوتا، آپکے بالوں کی رنگت سرخ یا بھوری ہے، آنکھیں نیلی ہیں اور جلد پر بے شمار تل اور چھائیاں ہیں تو آپکو جلد کے کینسر میں مبتلا ہونے کا خدشہ زیادہ ہے۔

5۔ کیمیائی مادوں (chemicals) کا سامنا:

اگر آپ تواتر سے تارکول، بالوں کو رنگنے والے کیمیکلز، پیٹرولیم مصنوعات اور آرسینک کا استعمال کرتے ہیں تو آپ کو جلد کا کینسر ہونے کا خطرہ زیادہ ہے۔

6: کوئی بھی موذی مرض جس میں جسم کی قوت مدافعت کم ہو جاتی ہے جیسے **HIV** وغیرہ، بھی جلد کے کینسر کی موجب بن سکتی ہے۔

جلد کے کینسر کی تشخیص کیلئے کون سے ٹیسٹ کرانے کی ضرورت پڑتی ہے؟

آپ کا ڈاکٹر سب سے پہلے آپ کی کیس ہسٹری لے گا اور آپ کا جسمانی معائنہ کرے گا۔ اگر آپ کے ڈاکٹر کو محسوس ہوا کہ آپ میں جلد کے کینسر کی علامات پائی جاتی ہیں تو وہ آپ کو بائی آپسی (biopsy) کروانے کا بھی کہہ سکتا ہے جس سے مراد ہے کہ آپ کی جلد کے متاثرہ حصے سے ٹشوک کا ایک چھوٹا سا ٹکڑا حاصل کرنا اور اسے کوئی ماہر پیتھالوجسٹ خوردبینی جائزہ لے کر یہ پتہ چلائے گا کہ آیا یہ کینسر ہے یا نہیں۔