শেখ ফজিলাতুন্নেছা মুজিব মেমোরিয়াল কেপিজে বিশেষায়িত হাসপাতাল

সি/১২, তেঁতুইবাড়ি, কাশিমপুর, গাজীপুর। ওয়েবঃ www.sfmmkpjsh.com

Care For Life

কেপিজে বুলেটিন

PINK RUN OCTOBER 2022

অক্টোবর ২০২২

উপদেষ্টা মন্ডলী

মোহাম্মদ তৌফিক বিন ইসমাইল- প্রধান নির্বাহী কর্মকর্তা

ডাঃ রাজীব হাসান- পরিচালক, মেডিকেল সার্ভিস

নুর আদিলা বিনতি শুইব- প্রধান অর্থনৈতিক কর্মকর্তা

রুজিতা মোহাম্মদ দান- প্রধান নার্সিং কর্মকর্তা

মুখ্য সম্পাদক

ডাঃ চৌধুরী মোহাম্মদ আনোয়ার পারভেজ
স্পেশালিষ্ট-গ্যাস্ট্রোএন্টারোলজি
চেয়ারপার্সন
সিএমই কমিটি ২০২২-২৩

সহ সম্পাদক

ডাঃ সৈয়দা সানজিদ আরা নূপুর
কনসালটেন্ট, গাইনী এবং অবসটেট্রিক্স

সদস্য

ডাঃ মোদাস্‌সির হোসাইন শাফী

এনামুল হক দেওয়ান

বিকাশ চন্দ্র ঘোষ

সম্পাদকীয়

পিংক অক্টোবর - আন্তর্জাতিক স্তন ক্যান্সার সচেতনতা মাস

ডাঃ সৈয়দা সানজিদ আরা নূপুর
কনসালটেন্ট, গাইনী এবং প্রসূতি রোগ বিভাগ

ক্যান্সার মানেই মারাত্মক ব্যাধি ও আতঙ্কের এক নাম। এই আতঙ্কে যুক্ত হয়েছে স্তন ক্যান্সার। বাংলাদেশে নারীদের মধ্যে স্তন ক্যান্সার এখন সর্বাধিক। প্রতি বছর উল্লেখযোগ্য সংখ্যক নারী স্তন ক্যান্সারে আক্রান্ত হয়ে মৃত্যুবরণ করছে। অজ্ঞতা, অপচিকিৎসা, কুসংস্কার ইত্যাদি কারণেই এই রোগে মৃত্যু ও মৃত্যুর ঝুঁকি বাড়ছে। তবে আশার বিষয় প্রাথমিক পর্যায়ের সনাক্তকরণে এ রোগে সুস্থতার হার প্রায় ৯০%।

বিশ্বব্যাপী প্রতি বছর অক্টোবর মাসটিকে **'ব্রেস্ট ক্যান্সার সচেতনতা মাস'** হিসেবে পালন করা হয়, যা 'পিংক অক্টোবর' নামে পরিচিত, যার মূল প্রতিপাদ্য হচ্ছে, ব্রেস্ট ক্যান্সার বিষয়ক সচেতনতা তৈরি ও প্রতিকার নিশ্চিত করা। এই লক্ষ্যে **শেখ ফজিলাতুন্নেছা মুজিব মেমোরিয়াল কেপিজে বিশেষায়িত হাসপাতাল** গত ১৮ই অক্টোবর ব্রেস্ট ক্যান্সার সচেতনতা লক্ষ্যে বিশেষ কর্মসূচি আয়োজন করে। অনুষ্ঠানটির উদ্বোধন করেন হাসপাতালের প্রধান নির্বাহী কর্মকর্তা জনাব মোহাম্মদ তৌফিক বিন ইসমাইল এবং স্তন ক্যানসার প্রতিকার এবং সচেতনতামূলক বক্তব্য রাখেন পরিচালক, মেডিকেল সার্ভিস ডা. রাজীব হাসান।

বর্তমানে **শেখ ফজিলাতুন্নেছা মুজিব মেমোরিয়াল কেপিজে বিশেষায়িত হাসপাতালে** মানুষের মাঝে মাসটির তাৎপর্য তুলে ধরার জন্য আয়োজন করা হয় **"পিংক রানের"**। হাসপাতালের কনসালটেন্ট, চিকিৎসক, নার্সিং কর্মকর্তা সহ অন্যান্য কর্মকর্তা কর্মচারী বৃন্দ এতে স্বতঃস্ফূর্ত অংশগ্রহণ করেন। রোগীদের স্তন পরীক্ষার জন্য হাসপাতালে ম্যামোগ্রামের উদ্বোধন করা হয় এদিনে। স্তন ক্যানসার সনাক্তকরণের সর্বাধুনিক প্রযুক্তি এবং চিকিৎসা ব্যবস্থা রয়েছে **শেখ ফজিলাতুন্নেছা মুজিব মেমোরিয়াল কেপিজে বিশেষায়িত হাসপাতালে**। স্তন ক্যানসারে আক্রান্ত অনেকেই এখন পুরোপুরি সুস্থ হয়ে স্বাভাবিক জীবনযাপন করছে।

'ব্রেস্ট ক্যান্সার সচেতনতা মাস' উপলক্ষে স্তন ক্যানসার শনাক্তকরণ এবং চিকিৎসায় এখন কেপিজে হাসপাতালে চলছে বিশেষ ছাড়। স্তন ক্যান্সার কিন্তু পুরুষদেরও হতে পারে যদিও মাত্র ১% পুরুষের এ রোগে আক্রান্ত হওয়ার সম্ভাবনা রয়েছে। আপনার সাবধানতা এবং সচেতনতাই পারে এই ব্যাধি থেকে আপনার মুক্তির উপায়।

স্তন ক্যান্সারের লক্ষণ সমূহ বা কখন চিকিৎসকের পরামর্শ নেবেন

ডাঃ জে এম এইচ কাউসার আলম
ব্রেস্ট ক্যান্সার সার্জন

স্তনবৃন্ত ভিতরের দিকে দেবে যাওয়া / স্তনে কোন ভাজ বা টোল পড়ে দেবে যাওয়া

স্তনবৃন্ত থেকে রস বা রক্ত নিঃসরণ বা বৃন্তে ব্যাথা হওয়া

বগল বা হাতের নিচে চাকা বা গোটার মতো অনুভূত হওয়া

স্তনের কোন অংশ ফুলে উঠা

স্তনের চামড়ায় জ্বালা পোড়া

স্তনে আলসার বা ঘাঁ

ব্রেস্ট ক্যান্সারে কাদের ঝুঁকি বেশি?

ডাঃ রাজীব হাসান
ব্রেস্ট ক্যান্সার সার্জন

৮০ শতাংশ ব্রেস্ট ক্যান্সার সাধারণত ৫০ বছর বয়সের পর হয় । তবে কম বয়সে হবে না, এমন কোন কথা নেই । সাধারণত মহিলাদের রোগ বলে সনাক্ত করলেও পুরুষের ও এ রোগ হতে পারে। বিভিন্ন রিস্ক ফ্যাক্টর এই ঝুঁকিকে ত্বরান্বিত করে আবার কোন রিস্ক ফ্যাক্টর ছাড়াই অনেক মহিলা স্তন ক্যান্সারে আক্রান্ত হতে পারেন। আবার অনেকেরই রিস্ক ফ্যাক্টর থাকা সত্বেও স্তন ক্যান্সার না ই থাকতে পারে। কিন্তু আপনি যদি ঝুঁকির অর্ন্তভুক্ত হন তাহলে ঝুঁকি কমানোর উপায় এবং স্তন ক্যান্সার স্ক্রিনিং সম্পর্কে অবশ্যই অভিজ্ঞ ডাক্তারের সাথে পরামর্শ করুন।

- খাবারে ক্রমাগত ফাইবার বা সব্জি কম থাকলে তাদের ও এ রোগের সম্ভাবনা বেশি থাকে
- পরিবারে কারো এই রোগের ইতিহাস থাকলে
- বাচ্চা হয়নি এমন নারী
- অধিক ওজনের নারী
- জন্মনিয়ন্ত্রন পিল ব্যবহারকারী
- হরমোন থেরাপি পাচ্ছেন এমন নারী
- যাদের দেরি করে মাসিক শুরু হয়েছে
- যাদের ১ম বাচ্চা খুব বেশি বয়সে হয়েছে
- যারা বাচ্চাকে স্তন পান করাতে পারেনি
- যাদের দ্রত মাসিক বন্ধ হয়ে গেছে
- যারা আগে বুকে রেডিও থেরাপি পেয়েছেন।

কি পরীক্ষা দ্বারা ব্রেস্ট ক্যান্সার ধরা পড়ে বা রোগ নির্ণয় করা হয়

ডাঃ জে এম এইচ কাউসার আলম

ব্রেস্ট ক্যান্সার সার্জন

ব্রেস্ট ক্যান্সার বুঝতে হলে প্রথমত একজন চিকিৎসকের পরামর্শ নিতে হবে যখন কোন মহিলা স্তনে চাকা অনুভব করেন। স্তনের সকল চাকাই ব্রেস্ট ক্যান্সার নয় । একজন চিকিৎসক সাধারণত নিম্নলিখিত পরীক্ষা করে ব্রেস্ট ক্যান্সার সম্পর্কে ধারনা পেতে পারেন

১। ব্রেস্ট এবং বগলের আল্ট্রাসনোগ্রাম এটি একটি বিশেষায়িত আলট্রাসনোগ্রাম, যার জন্য প্রয়োজন বিশেষ ট্রেনিং প্রাপ্ত সনোলজিস্ট / রেডিওলজিস্ট

২। ম্যামোগ্রাফী

ব্রেস্ট ক্যান্সার নিশ্চিত করার জন্য তিনি আরো কিছু পরীক্ষা করাতে পারেন, যেমন

১। আলট্রাসনোগ্রাম গাইডেড এফ.এন.এ.সি / কোর বায়োপ্সি

২। সেন্টিনেল লিম্ফ নোড বায়োপ্সি (রেডিও ট্রেসার গাইডেড)

রোগের বিস্তার বোঝার জন্য আরো কিছু পরীক্ষা করার জন্য প্রয়োজন পড়তে পারে, যেমন

১। রক্ত পরীক্ষা, যেমন- লিভার ফাংশন টেস্ট, টিউমার মারকার

২। পেটের আলট্রাসনোগ্রাম

সার্জারী ও অজ্ঞান বিষয়ে নিরাপত্তার জন্য রোগীর বয়স ও শারীরিক সক্ষমতা ভেদে অপারেশনপূর্ব ফিটনেস টেস্টসমূহ করা প্রয়োজন হয়।

ব্রেস্ট অপারেশনের পর ব্রেস্ট স্পেসিমেনের হিস্টোপ্যাথলজী পরীক্ষা করে ক্যান্সারের স্টেজ ও গ্রেড নির্ধারন করা হয় । এর উপর পরবর্তী চিকিৎসা পদ্ধতি নির্ধারণের করা হয় । যদিও এ মর্মে আরো কিছু আবশ্যকীয় পরীক্ষা হলো-

১। ই আর (Estrogen Receptor), পি আর (Progesterone Receptor)

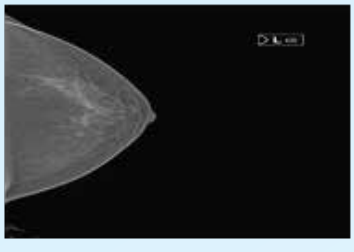
২। এইচ ই আর-২ (HER-2 Receptor)

৩। Bone Scan

৪। PET CT scan

বিশেষ প্রয়োজনে ব্রেস্ট MRI scan ও করা হয় । তবে চিকিৎসক রোগীর প্রয়োজনে আরো বিভিন্ন রকম পরীক্ষা করাতে পারেন । কিন্তু কোন পরীক্ষাই চিকিৎসক কর্তৃক শারীরিক পরীক্ষার বিকল্প নয় ।

উল্লেখ্য, **শেখ ফজিলাতুন্নেছা মুজিব মেমোরিয়াল কেপিজে বিশেষায়িত হাসপাতালে** এই বিষয়ে বিশেষজ্ঞ চিকিৎসকের মাধ্যমে উপরোক্ত সকল পরীক্ষা করে ব্রেস্ট ক্যান্সারের চিকিৎসা করা হয় ।



স্তন ক্যান্সার নির্ণয়ে ম্যামোগ্রাফিঃ

ডাঃ মীর লতিয়ার হোসেন
কনসালটেন্ট, রেডিওলোজী এন্ড ইমেজিং বিভাগ

সারাবিশ্বে মহিলাদের ক্যান্সার রোগের মধ্যে অন্যতম প্রধান হলো স্তন ক্যান্সার।

দ্রুত রোগ নির্ণয় এবং ভালো চিকিৎসা নিশ্চিত করতে আমাদের **শেখ ফজিলাতুন্নেছা মুজিব মেমোরিয়াল কেপিজে বিশেষায়িত হাসপাতালে** রয়েছে ডিজিটাল ম্যামোগ্রাফির ব্যবস্থা। উপসর্গ ও লক্ষণ প্রকাশের পূর্বেই ম্যামোগ্রাম দিতে পারে সঠিক দিক নির্দেশনা।

ম্যামোগ্রাম এক বিশেষ ধরনের অল্প রেডিয়েশনের এক্সরে যার সাহায্যে স্তনের অস্বাভাবিক পরিবর্তন নির্নয় করা সম্ভব।

ম্যামোগ্রাম দুই ধরণের হতে পারে-

১। স্ক্রীনিং – উপসর্গ বা লক্ষণ ছাড়াই যারা আসেন।

২। ডায়াগনষ্টিক- যারা লক্ষণ ও উপসর্গ নিয়ে আসেন

যেমন-

- **স্তনে চাকা বা পিন্ড দেখা দিলে।**
- **স্তনের বোটায় কোন ধরনের পরিবর্তন, যেমন ভেতরে ঢুকে গেলে, অসমান বা বাঁকা হয়ে গেলে।**
- **স্তনের বোটা দিয়ে অস্বাভাবিক রস, রক্ত নিঃসরণ হলে।**
- **স্তনের চামড়ায় রং বা চেহারার পরিবর্তন হলে।**
- **বগলে পিন্ড বা চাকা অনুভূত হলে।**

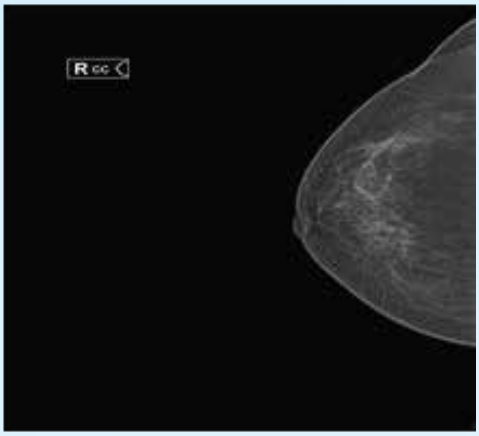
কারা স্ক্রীনিং করবেন:

-বয়স ৪০ বছর পার হলে প্রতি বছর স্ক্রীনিং করতে হবে।

-যদি পারিবারিক ইতিহাস (ওভারি বা স্তন ক্যান্সার) থাকে তবে আরও আগেই শুরু করতে হবে।

সামাজিক রক্ষণশীলতার কারণে বাংলাদেশের নারীরা প্রকাশ্যে স্তন শব্দটি উচ্চারণ পর্যন্ত করতে চান না। শরীরে প্রাথমিক কোন লক্ষণ দেখা গেলেও তারা গোপন রাখে যে কারণে বেশির ভাগ রোগী চিকিৎসকের শরনাপন্ন হন শেষ পর্যায়ে।

ভয় পাবেন না, আপনি আর একা নন। **শেখ ফজিলাতুন্নেছা মুজিব মেমোরিয়াল কেপিজে বিশেষায়িত হাসপাতাল** আছে আপনার পাশে। চিকিৎসা নিন জীবন বাঁচান।



স্তন ক্যান্সার বা অন্যান্য রোগ নির্ণয়ে হিস্টোপ্যাথলজির ভূমিকা

ডাঃ আবু আনিস খান
হিস্টো এন্ড সাইটো প্যাথলজিস্ট

যদি আপনার স্তনে চাকা বা গোটার মতো মনে হয় সেক্ষেত্রে দ্রুত চিকিৎসকের শরণাপন্ন হোন। চিকিৎসক তার পরীক্ষা-নিরীক্ষার সময় সন্দেহজনক কোন কিছু মনে করলে আল্ট্রাসাউন্ড এর মাধ্যমে পরীক্ষা করেন।

যদি অস্বাভাবিকতা, যেমন চাকা বা সিস্ট দেখা যায় সেক্ষেত্রে রোগ নির্ণয়ের পরবর্তী ধাপে যাওয়ার জন্য দুটি পদ্ধতি অনুসরণ করা হয়ে থাকে।

এক্ষেত্রে এফ.এন.এ.সি. (Fine Needle Aspiration Cytology) করে আক্রান্ত অংশ থেকে রস বা কোষ সংগ্রহ করে নমুনা পরীক্ষা করা হয়।

অথবা কোর গাইডেড বায়োপসি (Core Guided Biopsy) এর মাধ্যমে আক্রান্ত অংশ থেকে টিস্যু বা মাংস সংগ্রহ করে দেখা হয় যে এতে কোন ক্ষতিকর টিউমার বা ক্যান্সার কোষ আছে কিনা।

এফ.এন.এ.সি. বা কোর গাইডেড বায়োপসি থেকে দুই ধরনের ফলাফল আসতে পারে। যেমন ক্যান্সার কোষের কারণে টিউমার বা সিস্ট অথবা অন্য কোন কারণ যেমন হরমোনের তারতম্য বা স্থানীয় কোন প্রদাহের কারণে সিস্ট বা টিউমার।

যেসকল মায়েরা বাচ্চাদেরকে বুকের দুধ পান করান তাদের ক্ষেত্রে দুধ নিঃসরণকারী নালী বন্ধ হয়ে যাওয়ার ফলে অনেক সময় স্তন ফুলে যায় বা চাকার মতন হয়।

এসকল নন ক্যানসারাস রোগের ক্ষেত্রে আক্রান্ত চাকা বা গোটাটি অপসারণ করা হয় এবং রোগী সাধারণত এতেই সুস্থ্য হয়ে যান।

কিন্তু এফ.এন.এ.সি. বা কোর গাইডেড বায়োপসি তে যদি ম্যালিগন্যান্ট ক্যান্সার কোষের উপস্থিতি পাওয়া যায়, সেক্ষেত্রে অপারেশনের মাধ্যমে সম্পূর্ণ স্তন অপসারণ বা Mastectomy করা হয় এবং আক্রান্ত লিম্ফ নোড গুলোও কেটে ফেলা হয় ক্যান্সার কোষের ছড়িয়ে পড়া রোধ করতে।

অনেক সময় FNAC/Core Guided Biopsy থেকে শতভাগ সিদ্ধান্তে পৌঁছানো যায় না। সেক্ষেত্রে অপারেশন থিয়েটারেই Frozen Section Biopsy করা হয় যা নিশ্চিতভাবে নির্দেশনা দেয় ক্যান্সার কোষের উপস্থিতি আছে কী না।

এছাড়া রক্ত পরীক্ষার মাধ্যমে বিভিন্ন টিউমার মার্কার দেখেও ক্যান্সার কোষের উপস্থিতি নিয়ে ধারণা পাওয়া যায়। যেমন স্তন ক্যান্সারের ক্ষেত্রে CA 15.3 একটি সুনির্দিষ্ট মার্কার।

সবকিছুর পর ও Immunohistochemistry এর মাধ্যমে রোগীর রোগ সুনিশ্চিতকরণ এবং পরবর্তী চিকিৎসা পন্থা সম্পর্কে সুনিশ্চিত ধারণা পাওয়া যায়।

স্তন ক্যান্সার সনাক্ত করণের সর্বাধুনিক প্রযুক্তি এবং বিশেষজ্ঞ চিকিৎসকের সমন্বয়ে ওয়ান স্টপ সার্ভিস নিয়ে আপনার চিকিৎসা সেবায় বিশ্বস্ত অংশীদার হতে আমরা সদা প্রস্তুত।

স্তন ক্যান্সার নির্ণয়ে গাইনোকোলজিস্ট বা স্ত্রী- রোগ বিশেষজ্ঞের ভূমিকা

ডাঃ সৈয়দা সানজিদ আরা নূপুর
কনসালটেন্ট, গাইনী এবং প্রসূতি রোগ বিভাগ

মহিলাদের স্বাস্থ্যের জন্য সর্বোচ্চ ঝুঁকিপূর্ণ রোগ গুলোর মধ্যে অন্যতম হলো স্তন ক্যান্সার। প্রাথমিক এবং প্রারম্ভিক পর্যায়ে রোগ নির্ণয় করতে পারলে স্তন ক্যান্সার সম্পূর্ণ নিরাময় যোগ্য একটি রোগ।

প্রাথমিক পর্যায়ে রোগ নির্ণয় করতে একজন গাইনোকোলজিস্ট বা স্ত্রীরোগ বিশেষজ্ঞের ভূমিকা অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ।

সামাজিক এবং ধর্মীয় কারণে আমাদের দেশের মহিলারা তাদের বিভিন্ন শারীরিক সমস্যায় সাধারণত স্ত্রীরোগ বিশেষজ্ঞের কাছে যাওয়াকে প্রাধান্য দিয়ে থাকেন।

স্ত্রীরোগ বিশেষজ্ঞগণ সাধারণত তাদের রোগীদের নিয়মিত শারীরিক পরীক্ষার অংশ হিসেবে জরায়ু পরীক্ষার (PAP smear) পাশাপাশি স্তন পরীক্ষাও করে থাকেন। এ সময় যদি স্তনের রোগের লক্ষণ যেমন চাকা বা গোটা, স্তনবৃন্তে অস্বাভাবিকতা বা প্রদাহের উপস্থিতি পান তবে তিনি রোগীকে স্তন রোগ বিশেষজ্ঞের কাছে পরামর্শের জন্য পাঠিয়ে থাকেন আর যদি কোন অসুবিধা না থাকে তবুও রোগীকে স্তন ক্যান্সারের সম্ভাব্য ঝুঁকি উপসর্গ সমূহ এবং নিজে স্তন পরীক্ষার পদ্ধতি সম্পর্কে সম্যক ধারণা দেন।

যদি কারো নিজের অথবা পরিবারের কারো ইতিমধ্যে বা পূর্বে স্তন ক্যান্সার হয়ে থাকে এবং উনি যদি চিকিৎসারত বা কেমোথেরাপি নিচ্ছেন এমন অবস্থায় থাকেন তখন তার জরায়ু বা ডিম্বাশয়ে ক্যান্সারের ঝুঁকি থাকে তাই চিকিৎসাকালীন পুরো সময়টিতেই তাকে একজন স্ত্রীরোগ বিশেষজ্ঞের নিয়মিত তত্ত্বাবধানে থাকতে হয়।

স্তন ক্যান্সারের চিকিৎসা পদ্ধতি

ডাঃ রাজীব হাসান

ব্রেস্ট ক্যান্সার সার্জন

এই রোগটির চিকিৎসা এককভাবে কোন চিকিৎসক করতে পারেন না । এটির জন্য প্রয়োজন একটি মনোযোগী টিম । এই টিমের প্রধান মেম্বার হলেন রোগী নিজে । রোগীকে এই রোগটি, তার চিকিৎসা পদ্ধতি, পরবর্তী ফলাফল, জীবনের পরিবর্তিত পরিস্থিতি বুঝতে হবে এবং শারিরিক ও মানসিক প্রস্তুতি নিতে হবে পারিবারিক ও সামাজিক অবস্থান, সম্পর্ক ও সম্ভাব্য পরিনতির ।

ব্রেস্ট ক্যান্সার চিকিৎসা করার জন্য টিমের অত্যাবশ্যকীয় সদস্য হলেন-

১। ব্রেস্ট কাউন্সিলর

২। ক্লিনিক্যাল নার্স

৩। ব্রেস্ট ক্যান্সার সার্জন

৪। মেডিক্যাল অঙ্কোলজিস্ট

৫। রেডিওথেরাপিস্ট

৬। ফিজিওথেরাপিস্ট

৭। সাইকোলজিস্ট

৮। প্লাস্টিক ও রিকন্সট্রাক্টিভ সার্জন

এ রোগের চিকিৎসা নির্ভর করে তার স্টেজিং ও গ্রেডিং এর উপর । রোগটির চিকিৎসার সারাংশ পদ্ধতিগুলো হল

১। সার্জারী

২। কেমোথেরাপি

৩। রেডিওথেরাপি

৪। হরমোন থেরাপি

সার্জারী

ব্রেস্ট ক্যান্সার রোগটি ছোট্ট আকারে যখন আমরা হাতে পাই, মূলত তারও বেশ কিছু আগে এটির জন্ম হয়। সাধারনত ক্যান্সারের চাকাটি দ্রুত বড় হয়। সমস্যা হলো বড় হবার সাথে সাথে এটি ব্রেস্টের বলয় ছেড়ে প্রথমত লসিকা গ্রন্থির মধ্য দিয়ে একই দিকের বগলের লসিকাগ্রন্থি (Lymph nodes) গুলোতে ছড়িয়ে পড়ে । সে কারনে, ব্রেস্ট ক্যান্সারের সার্জারী শুধু ব্রেস্টের অপসারণই নয়, এই সার্জারীতে ক্যান্সার নির্মূলের নিমিত্তে বগলের লসিকা গ্রন্থি গুলো অপসারণ করা হয় ।

যদি ক্যান্সারের চাকাটি ২ সেমি এর কম হয়, তাহলে সাধারণত পুরো ব্রেস্ট ফেলে দিতে হয় না। কিন্তু এর চেয়ে বড় হলে সাধারনত পুরো ব্রেস্ট ই ফেলে দিতে হয় । যদি চাকাটি ৪ সেমির ছোট হয় এবং যদি এটি মাঝে থাকে, তাহলে চামড়া না কেটেও পুরো ব্রেস্টই ফেলে দেয়া যায়। এক্ষেত্রে অবশ্য সাথে সাথে ব্রেস্ট রিকন্সট্রাকশন করে ফেলতে হয় ।

কিন্তু ৪ সেমির বড় হলে পুরো ব্রেস্টটি ফেলে দিতে হয় ।

বগলের লসিকা গ্রন্থি যদি বড় না হয়, তাহলে সেন্টিনেল লিম্ফ নোড বায়োপ্সি নামক বিশেষ পদ্ধতির মাধ্যমে দেখা যায় যে লসিকা গ্রন্থিতে ক্যান্সার কোষ পৌঁছে গেছে কিনা । যদি না ক্যান্সার কোষ পাওয়া যায়, তাহলে পুরো লেভেল ৩ পর্যন্ত লসিকা গ্রন্থি গুলো অপসারন করা হতে পারে ।

যদিও পুরো ব্রেস্ট ফেলে দেয়াটি মেনে নিতে কষ্ট হয়, তথাপি এটি একটি জীবন রক্ষাকারী সার্জারী । এই সার্জারীটি একটি বিশেষায়িত পদ্ধতি, যা কিনা এ বিষয়ে অভিজ্ঞ সার্জন দ্বারা করানো অত্যন্ত জরুরী।

অনেক সময় রোগী ক্যান্সারের সঠিক চিকিৎসা না নিয়ে হোমিওপ্যাথি ও কবিরাজি চিকিৎসা নিয়ে অত্যন্ত মূল্যবান সময় নষ্ট করেন । এ ধরনের চিকিৎসা কোন কাজে তো আসেই না বরং ক্যান্সারটি ঘাঁ আকারে বের হয়ে আসে এবং বগলের লসিকা গ্রন্থিতে ছড়িয়ে সেগুলো বড় ও শক্ত হয়ে আটকে যায় । এরকম ক্ষেত্রে আর সার্জারী করে রোগটিকে সারিয়ে তোলা যায় না । তাই সঠিক সময় সার্জারী করানো একান্তই আবশ্যক ।

কেমোথেরাপি

এই চিকিৎসা পদ্ধতিতে শিরা পথে ক্যান্সার নাশক ঔষধ প্রয়োগের মাধ্যমে শরীরে ছড়িয়ে পড়া ক্যান্সার কোষ ধ্বংসের মাধ্যমে পুনরায় ক্যান্সারের আবির্ভাব প্রতিরোধ করার চেষ্টা করা হয় । এটি সার্জারীর আগে অথবা পরে দেয়া যায় । সাধারনত ৬টি হতে ১২ টি কেমোথেরাপি প্রয়োজন পড়তে পারে ।

কেমোথেরাপিতে সাময়িকভাবে চুল পড়ে গেলেও, তা আবার গজিয়ে যায় অল্প সময় পরেই । চুল পড়া কোন ভাবেই জীবন হতে মূল্যবান হতে পারে না । তাছাড়া, বর্তমান সময়ের কেমোথেরাপির ঔষধগুলোর পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া অনেক কম ।

কেমোথেরাপি দেবার জন্য কেমোপোর্ট ব্যবহার করলে রোগীর রক্তনালী সংক্রান্ত জটিলতা অনেক কমে আসে ।

রেডিওথেরাপি

বুকে ও বগলের ক্যান্সার প্রতিরোধ ও চিকিৎসার জন্য এ পদ্ধতি প্রয়োগ হয়ে থাকে । এটি টানা ২৮ দিন নিতে হয় । আধুনিক রেডিওথেরাপি মেশিনগুলো অনেক সুনির্দিষ্ট এবং এদের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়াও অনেক কম ।

হরমোন থেরাপি

যাদের ER PR receptor পজিটিভ, তাদের ক্ষেত্রে বিশেষ হরমোন থেরাপির মাধ্যমে ক্যান্সারের পুনরায় আবির্ভাব ঠেকানোর চেষ্টা করা যেতে পারে ।

তবে যত চিকিৎসাই হোক না কেন, ছোট অবস্থায় এ রোগ ধরতে না পারলে, আশানুরুপ ফল নাও পাওয়া যেতে পারে।

ব্রেস্ট রিকন্সট্রাকশন/নতুন ব্রেস্ট প্রতিস্থাপন

ডা সুব্রত শেখর কর
ব্রেস্ট ক্যান্সার এবং রিকন্সট্রাকটিভ সার্জন

ব্রেস্ট ক্যান্সার একটি মরণব্যাধি। যত দ্রুত এই ক্যান্সার নির্ণয় করে চিকিৎসা করা যায় ততই মঙ্গল। ব্রেস্ট সার্জারী ব্রেস্ট ক্যান্সার চিকিৎসার অন্যতম প্রধান ধাপ। অনেকসময়ই অপারেশনের মাধ্যমে সম্পুর্ন ব্রেস্ট কেটে ফেলে দিতে হয়। কিন্তু সম্পূর্ণ ব্রেস্ট ফেলে দেয়ার পরও নতুন করে ঐ স্থানে নতুন ব্রেস্ট তৈরি করা সম্ভব। এই পদ্ধতিকে বলা হয় Post Mastectomy Breast Reconstruction.

এই নতুন Breast যখন Mastectomy করার সময়ই করা হয় তখন তা হলো Immediate Breast Reconstruction এবং যদি Mastectomy করার কিছুদিন পর করা হয় তখন তাকে বলা হয় Delayed Breast Reconstruction. এটা নির্ভর করে রোগীর ইচ্ছা, তার রোগের Stage এবং যিনি Breast এর অপারেশন করছেন সেই চিকিৎসকের সিদ্ধান্তের উপর।

মূলত দুই পদ্ধতিতে এই ধরনের নতুন Breast তৈরি করা সম্ভব।

প্রথম- Artificially Breast Implant **বসিয়ে।**

দ্বিতীয়- রোগীর শরীরের অন্য অংশ দিয়ে Autologous Breast Reconstruction.

আমাদের এই হাসপাতালের একটি দক্ষ সার্জিকেল Team এর মাধ্যমে ব্রেস্ট-এর সকল ধরনের সমস্যা, রোগ নির্ণয়, চিকিৎসা এবং ব্রেস্ট রিকন্সট্রাকশন আমরা করে থাকি।

ব্রেস্ট রিকন্সট্রাকশন এ রোগীদের তেমন বড় কোন অসুবিধা হয় না। বরং রোগীরা নতুন একটা ব্রেস্ট ফিরে পান এবং শারীরিক ও মানসিকভাবে তারা অনেক ভালো থাকেন। নতুন তৈরি করা ব্রেস্ট-এ রোগ নির্ণয় এবং Chemotherapy, Radiotherapy, Hormone Therapy নিতে কোন অসুবিধা নাই। বহিঃবিশ্বে বেশীরভাগ মহিলারাই এই ধরনের সেবা নিয়ে থাকেন।

শেখ ফজিলাতুন্নেছা মুজিব মেমোরিয়াল কেপিজে বিশেষায়িত হাসপাতাল সর্বদা আপনাদের পাশে আছে সুপরামর্শ এবং সুচিকিৎসার নিশ্চয়তা নিয়ে।

ওয়ান স্টপ ব্রেস্ট কেয়ার সেন্টার

ডাঃ শুভশ্রী দাস
মেডিকেল অফিসার
ওয়ান স্টপ ব্রেস্ট কেয়ার সার্ভিস

স্তন ক্যান্সার বা স্তন সম্বলিত যে কোন সমস্যার জন্য **শেখ ফজিলাতুন্নেছা মুজিব মেমোরিয়াল কেপিজে বিশেষায়িত হাসপাতালে** রয়েছে " **ওয়ান স্টপ ব্রেস্ট কেয়ার সেন্টার** "।

এখানে যত্ন সহকারে রোগীর সম্পুর্ন ইতিহাস শোনার পর সঠিকভাবে স্তন পরীক্ষা করা হয় (জেনারেল এক্সামিনেশন)। রোগীকে তাৎক্ষণিকভাবে পোর্টেবল আল্ট্রাসাউন্ড মেশিন এর মাধ্যমে পরীক্ষা করে দেখা হয়। পরবর্তীতে রোগীর প্রয়োজনীয় পরীক্ষা নিরিক্ষার জন্য সঠিক উপদেশ প্রদান করা হয়। রোগীর প্রয়োজনে এখানে রয়েছে দক্ষ মহিলা ডাক্তার এবং যেকোন জটিল কেসে রোগ নির্ণয় এবং সফলভাবে চিকিৎসা সম্পন্ন করার জন্য রয়েছে প্রয়োজনে টিউমার বোর্ড গঠনের ব্যবস্থা। সমন্বিত চিকিৎসা সেবা সুনিশ্চিত করতে এখানে রয়েছেন স্বনামধন্য সার্জন, রেডিওলজিস্ট, হিস্টোপ্যাথলজিস্ট ,ক্যান্সার রোগ বিশেষজ্ঞ এবং প্লাস্টিক বা রিকন্সট্রাকটিভ সার্জন এর সমন্বয়ে গঠিত বিশেষায়িত টিম।

শুক্রবার ছাড়া অন্যন্য সব দিন সকাল ৯ টা থেকে বিকাল ৫ টা পর্যন্ত খোলা থাকছে আমাদের সেন্টার। এখানে আমরা ২৪ ঘন্টার মধ্যেই আল্ট্রাসাউন্ড গাইডেড বিভিন্ন পরীক্ষা যেমন এফ.এন.এ.সি (F.N.A.C) বা বায়োপসি (Biopsy) রিপোর্ট দিয়ে থাকি যা দ্রুত রোগ নির্ণয় অন্যতম একটি উল্লেখযোগ্য দিক। স্তনের যেকোন ধরনের অস্বাভাবিকতা দেখা দিলে দেরি না করে চলে আসুন আমাদের কাছে। আপনার সমন্বিত সুচিকিৎসা সুনিশ্চিতকরণে আমরা বদ্ধ পরিকর।

স্তন ক্যান্সারের ঝুঁকি মোকাবেলায় করনীয় বা প্রতিরোধের উপায়

ডাঃ রাজীব হাসান
ব্রেস্ট ক্যান্সার সার্জন

স্তন ক্যান্সারের ঝুঁকি মোকাবেলায় বেশকিছু ফ্যাক্টর বা দিক রয়েছে। এর মধ্যে কিছু বিষয় আছে যা আমাদের নিয়ন্ত্রণে রাখার কোন সুযোগ নেই যেমন বংশপরম্পরায় যদি কেউ রোগের বাহক হয়ে থাকেন বা বয়স বৃদ্ধিজনিত কারণে কেউ যদি ক্যান্সারে আক্রান্ত হন এমন কিছু বিষয়। কিন্তু এর বাইরেও বেশ কিছু বিষয় বা ফ্যাক্টর আছে যেগুলো আমরা সচেতনতা এবং সঠিক পরিচর্যার মাধ্যমে নিয়ন্ত্রণে রাখতে পারি। যেমন -

১. **শরীরের ওজন ঠিক রাখা। বয়স এবং উচ্চতার সাথে শরীরের ওজনের অনুপাত বজায় রাখা বা বি এম আই এর ভিতর থাকা।**

২. **কায়িক পরিশ্রম বাড়িয়ে দেওয়া যতটুকুন সম্ভব।**

৩. **এলকোহল বা মাদক তামাক জাতীয় দ্রব্য পরিহার করে চলা তা যতোই পরিবর্তিত রুপে হোক না কেন!!**

৪. **যদি আপনি কোন হরমোন থেরাপি বা জন্ম নিয়ন্ত্রণকরণ কোন পিল বা ঔষধ নিয়মিত সেবন করেন তাহলে অবশ্যই আপনার চিকিৎসকের কাছ থেকে এর ক্যান্সার ঝুঁকির বিষয়টি জেনে নিন।**

৫. **সন্তান কে বুকের দুধ পান করান।**

৬. **স্বাস্থ্যকর জীবন যাপন করা। পরিমিত খাবার খাওয়া ও ঘুমানো। সম্ভব হলে লাল মাংস কম খাওয়া।**

৭. **সুখি বিবাহিত জীবন যাপন নারী-পুরুষ দুজনকেই অনেক অসুখ থেকে সুরক্ষা দেয়।**

৮. **যদি আপনার পরিবারে কারো পূর্বে স্তন ক্যান্সারে আক্রান্ত হওয়ার রেকর্ড থাকে বা আপনার BRCA 1 অথবা BRCA 2 জিনে কোন জন্মগত পরিবর্তন পাওয়া যায়, অতিসত্বর আপনার চিকিৎসকের পরামর্শ নিন কীভাবে আপনার ক্যান্সার ঝুঁকি কমিয়ে আনা যায়।**

সর্বোপরি সুস্থ্য এবং সুন্দর জীবন যাপন সবসময়ই আপনার স্তন ক্যান্সারের ঝুঁকি অনেকাংশেই কমিয়ে আনবে এবং সেই সাথে যদি আপনার ক্যান্সার হয়েও যায়, মৃত্যুঝুঁকি কমিয়ে আনতে সুস্থ সুন্দর জীবন যাপনের কোন বিকল্প নেই।

SHEKH FAZILATUNNESSA MUJIBMEMORIALKPJ SPECIALIZED HOSPITAL & NURSING COLLEGE

শেখ ফজিলাতুন্নেছা মুজিব মেমোরিয়াল
কেপিজে বিশেষায়িত হাসপাতাল

KPJ HEALTHCARE ®

সি/১২, তেঁতুইবাড়ি, কাশিমপুর, গাজীপুর। ওয়েব: www.sfmmkpjsh.com

Care For Life

গ্রাহক সেবা কেন্দ্র ০২-৪৪০৭৭০৩০-৩১ ফোন: (+৮৮) ০১৮১০-০০৮০৮০