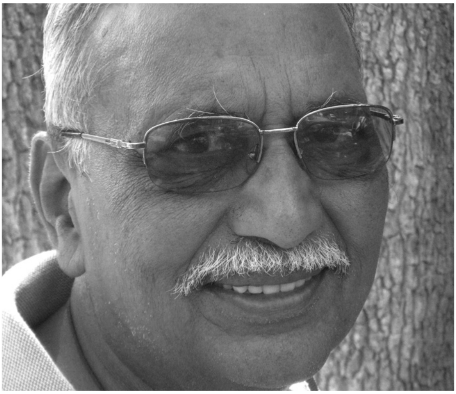

આવો જાણીએ, મોઢાંના કેન્સર વિશે

સી.બી.સી. સી. - યૂ.એસ.એ. તરફથી મળેલ પાયારૂપ
અનુદાનમાંથી આ સામગ્રીની આંશિક રચના શક્ય બની છે.

India Cancer Initiative

Distributed by

American Cancer Society®

મોઢાંનું કેન્સર શું છે?

આપણું શરીર ઘણા બધા નાના-નાના એકમોથી બનેલું છે, જેને કોષો કહેવાય છે. આ કોષો એક માર્યાદિત જીવનકાળ ધરાવતા હોય છે. નવા કોષો બનવાની અને જુના કે ઘવાયેલા કોષો મૃત થવાની પ્રક્રિયા એ સતત ચાલનારી પ્રક્રિયા છે. આ એક વ્યક્તિનું સારું આરોગ્ય જાળવી રાખે છે. કોઈ કારણોસર, આ પ્રક્રિયામાં ખલેલ પહોંચી શકે છે અને કોષો અનિયંશત્રણ રૂપથી વધવા લાગે છે. જયારે આવું બને છે, ત્યારે તેને કેન્સર કહેવાય છે. આ કોષો કેન્સરગ્રસ્ત ક્ષેત્રોની આજુબાજુના વિસ્તારોમાં પ્રવેશ કરે છે અથવા તો શરીરના દૂરના ભાગોમાં લોહીના કે શરીરની માંસપેશીઓ અથવા ઈન્દ્રિયોમાંથી નીકળતા વર્ણહીન પ્રવાહીના પરિભ્રમણ દ્વારા ફેલાય છે.

મોઢાંનું કેન્સર, જે ઓરલ કેન્સર પણ કહેવાય છે, એ ભારતમાં આરોગ્યને અસર કરતી મહત્વની બાબત છે. પુરુષોમાં તે સૌથી સામાન્ય કેન્સર છે અને સ્ત્રીઓમાં ત્રીજું સૌથી સામાન્ય કેન્સર છે. આશરે તમાકૂના વિભિન્ન ઉત્પાદનોના સેવનને લીધે આશરે 90 ટકા દર્દીઓ મોઢાંના કેન્સરથી પીડિત છે આ બધા દર્દીઓમાંથી લગભગ 70-80 ટકાના રોગનું નિદાન વધી ગયેલાં કેન્સર થાય છે, જેથી તેની સારવાર અને રોગ પર નિયંત્રણ કરવું અઘરું બનાવી દે છે. આ સત્ય રોગને થતો અટકાવવા અને તે વધુ ફેલાઈ જાય તે પહેલાં, તેને શરૂઆતનાં તબક્કાઓમાં શોધવાના ઉપાયોની જરૂરીયાતો પર ધ્યાન દોરનાર છે.

મોઢાંનું કેન્સર થવાનું કારણ શું છે?

તમાકુનો ઉપયોગ, ખાસ કરીને ગુટખા, જર્દા અને ધુમાડારહિત તમાકુના અન્ય સ્વરૂપો અને સોપારી (માત્ર સોપારીનો ઉપયોગ કે પાનમાં મિક્સ કરીને), એ જ ભારતભરમાં મોઢાંના કેન્સર માટેનું એક માત્ર સૌથી મહત્વનું જોખમકારક પરિબળ છે. તમાકુની નાની ગોળી બનાવીને ગાલ પાસે અને પેઢાં પાસે ભરાવવાની આદતે મોટી સંખ્યામાં લોકોને પેઢાંના, ગાલનાં અને ગાલની અંદરના ભાગને કેન્સરનો ભોગ બનાવ્યાં છે. એવા રસાયણો (કેમિકલ) કે જે કેન્સર પેદા કરે છે, તે લાળ વાટે થઈને મોઢાં

ની અંદર અન્ય ભાગોમાં ફેલાઈ શકે છે, જે પૂરા મોઢાંમાં કેન્સર થવાની સંભાવના પેદા કરે છે.

સિગરેટ/બીડી પીવી અને તમાકુનાં અન્ય સ્વરૂપોનો ઉપયોગ પણ મોઢાંનું કેન્સર થવાનું જોખમ વધારી દે છે અને દારૂનો ઉપયોગ તમાકુની અસરોને વધારી દે છે. એક વ્યક્તિએ ખરેખર કેટલું તમાકુ ઉપયોગમાં લીધું છે તેના કરતાં કેટલા લાંબા સમય માટે તમાકુનો ઉપયોગ કર્યો છે તે વધુ મહત્વનું છે. દાખલા તરીકે, એક વ્યક્તિ જેટલા લાંબા ગાળા માટે તમાકુનો ઉપયોગ કરે છે, તેટલું જ તેના મોઢાંનું કેન્સર ફેલાવવાની શક્યતા વધી જાય છે. અન્ય જોખમી પરિબળોમાં સામેલ છે તીક્ષ્ણ ધારવાળા દાંત કે બનાવટી દાંતના ચોકઠાં દ્વારા સતત થતી પેઢાં અને ગાલમાં બળતરા, કુપોષણ, અને હ્યુમન પેપીલોમા વાયરસ (HPV) ને લીધે લાગતો ચેપ.

મને કેવી રીતે ખબર પડશે કે મને મોઢાંનું કેન્સર છે?

મોઢાનું કેન્સર સામાન્યપણે નીચેના માંથી એક રીતે શરુ થાય છે:

- મોઢામાં અથવા જીભ પર રહેલું એક ચાંદુ કે ઘા જે મટતું ન હોય.
- ગાલ અને પેઢાં પર આવેલો સોજો (જે પીડાદાયક કે પીડારહિત હોઈ શકે છે).
- પૂરું મોઢું ખોલવામાં પડતી તકલીફ અને ડોકમાં આવેલો સોજો
- સતત ખરાબ રહેતું ગળું
- ગળવામાં પડતી તકલીફ અથવા જીભની હલન – ચલનમાં થતી તકલીફ.
- અસ્પષ્ટ ઉચ્ચારણવાળી બોલી

અચાનક દાંત પડવાથી કે જડબામાં પીડા થવાથી અમુક દર્દીઓ દાંતના ડોક્ટર પાસે જઈ શકે છે.

મોઢાંના કેન્સરનું નિદાન કેવી રીતે થાય છે?

પ્રકાશના એક સારા સ્ત્રોત દ્વારા મોઢાંનું કરેલું એક સાદું પરીક્ષણ મોટાભાગના કેન્સરના દર્દીઓનું નિદાન કરવામાં મદદરૂપ થાય છે. આ નિદાનને પુષ્ટિ આપવા માટે એક ‘ફાઈન નીડલ એસ્પીરેશન (FNA)’ તરીકે ઓળખાતું પરીક્ષણ અથવા તો એક નાનું પેશીપરીક્ષણ (બાયોપ્સી) કરવામાં આવે છે. આ વિધિઓ બહિર્રોગી તરીકે (દવાખાનામાં દાખલ થયા વિના) પણ કરાવી શકાય છે. સ્વરપેટી, નેસોફેરીન્ક્સ (નાકની ઉપર અને પાછળનો ભાગ) અને અન્નનળીના ઉપરના ભાગમાં થયેલ રોગના કિસ્સામાં, એક એન્ડોસ્કોપી તરીકે ઓળખાતી વિધિ પણ કરાવવાની જરૂર પડી શકે છે. આ વિધિ એક વિશેષજ્ઞ દ્વારા અને શીશી સુંઘાડીને કરવામાં આવે છે. એક પેથોલોજીસ્ટ પાસે પરીક્ષણ કરાવવા માટે કોષમંડળનો એક ટુકડો નમુના તરીકે મોકલવામાં આવે છે. અન્ય તપાસો, જેમાં એક્સ-રે, સીટી સ્કેન અને કેટલાક રક્ત પરીક્ષણો સામેલ છે, તે રોગનો ફેલાવો કેટલો છે તે શોધવા માટે અને દર્દીની સારવાર કરવા અને તેની શારીરિક સ્વસ્થતા ચકાસવા માટે કરવામાં આવે છે.

ડોક્ટરને પૂછવા માટેના પ્રશ્નો

- મને મોઢાંનું કેન્સર હોઈ શકે છે તેવું તમે શા માટે વિચારો છો?
- શું મને થતી તકલીફ કોઈ અન્ય કારણોને લીધે હોઈ શકે છે?
- શું તમે મહેરબાની કરીને એ લખશો કે મને ક્યા પ્રકારનું કેન્સર હોઈ શકે તેવું તમે વિચારી રહ્યા છો?
- મારે ક્યા-ક્યા પરીક્ષણો કરાવવાની જરૂર પડશે?
- પરીક્ષાણો કર્યા બાદ આવેલા તેના પરિણામો અંગેની સમજ મને કોણ આપશે?
- મારે હવે શું કરવાની જરૂર છે?

મારા મોઢાંના કેન્સરની સારવાર કેવી રીતે કરવામાં આવશે?

શસ્ત્રક્રિયા (ઓપરેશન):

શસ્ત્રક્રિયા અથવા અસર થયેલા શરીરના ભાગને કાઢવાની પ્રક્રિયા એ મોઢાંના કેન્સરની સૌથી મહત્વની સારવાર છે. આ પ્રક્રિયામાં અસર થયેલા શરીરના ભાગમાંથી સહેજ સાધારણ કદનો કોષમંડળ નીકાળવામાં આવે છે અને પરીક્ષણ માટે મોકલવામાં આવે છે. જો પેથોલોજીસ્ટ આ સાધારણ કદના નમૂનામાં કેન્સર શોધી લે છે તો દર્દીને બીજી વખત શસ્ત્રક્રિયા કરાવવાની જરૂર પડી શકે છે જેથી એ ચોક્કસ કરી શકાય કે કેન્સરની અસર થયેલા ભાગોની આસપાસ સફાઈ થઇ જાય.

એવી સામાન્ય માન્યતા છે કે મોઢાંના કેન્સરનું ઓપરેશન કરાવવાથી મોઢાંનો આકાર અને દેખાવ બગડી જાય છે અને મોઢું તેનું સામાન્ય કાર્ય કરવાની શક્તિ ગુમાવી દે છે. જો કે, આવું હંમેશા બને તેવું નથી હોતું. એક મોટું ઓપરેશન કરવાનું જરૂર માત્ર એવા કિસ્સાઓમાં જ પડે છે જયારે કેન્સરની ગાંઠ ખૂબ મોટા કદની થઇ ગઈ હોય. જો ગાંઠનું કદ નાનું હોય ત્યારે જ તેને શોધી લેવામાં આવે તો તેને કાઢવા માટેનું ઓપરેશન માર્યાદિત હોય છે અને મોઢાંના દેખાવ કે આકાર ને બગાડનાર અથવા તેનું કાર્ય કરવાની શક્તિ ગુમાવનાર કારણ નથી બનતું. ઓપરેશન વખતે વાઢકાપના ડોક્ટર સાથે-સાથે ડોકમાં રહેલી લીમ્ફ ગ્રંથીઓ પણ કાઢી શકે છે. ડોકમાં રહેલી લીમ્ફ ગ્રંથીમાં થયેલાં કેન્સરનો ફેલાવો શોધવા માટે આવું કરવામાં આવે છે.

રેડિયોથેરાપી/રેડીએશન થેરાપી (વિકિરણોથી શેક લેવાની પદ્ધતિ)

વિકિરણોનો ઉપયોગ કરીને કેન્સર મટાડવાની રીતને રેડીએશન થેરાપી કહે છે. ઘણા બધા પ્રકારના વિકિરણો હોય છે. એક, જેના વિશે તમે જાણતા જ હશો તે છે એક્સ-રે (ક્ષ-કિરણો). જો તમે ક્યારેય પણ છાતીનો કે શરીરના અન્ય ભાગનો એક્સ-રે પડાવ્યો હોય તો તમે રેડીએશન લીધેલું છે. આવું જ સમાન પ્રકારનું રેડીએશન ઘણા વધારે

ડોઝમાં ઉપયોગ કરીને પણ અમુક પ્રકારનાં કેન્સરની સારવાર કરી શકાય છે.

અમુક લોકો એવું મને છે કે આ સારવાર દરમ્યાન કરંટના ઝટકા આપવામાં આવે છે, પરંતુ હકીકતમાં તે સાચું નથી. આ પ્રક્રિયા એક સીટી સ્કેન માટેની પ્રક્રિયા જેવી જ છે, જેમાં એક દર્દીને ટેબલ પર રાખવામાં આવે છે અને વીકિરણોનો સ્ત્રોત અમુક અંતર રાખીને જે ભાગની સારવાર કરવાની હોય તેના પર કેન્દ્રિત કરવામાં આવે છે. ત્યારબાદ થોડી મીનીટો માટે વિકિરણોનો શેક આપવામાં આવે છે. આ સારવાર અપાતી હોય તે દરમ્યાન દર્દીઓ કોઈ પ્રકારનું દર્દ નથી અનુભવતા. રેડીએશન થેરાપીનું બીજું સ્વરૂપમાં, જે બ્રેચીથેરાપી કહેવાય છે, વિકિરણોનો સ્ત્રોત શરીરના નજીકના સંપર્કમાં રાખીને આપવાનું સામેલ છે.

રેડીઓથેરાપીનો ઉપયોગ એવી ગાંઠોની સારવાર માટે કરવામાં આવે છે જે કદમાં મોટી હોય અને ઓપરેશન દ્વારા કાઢી શકાય તેમ ન હોય. તેનો ઉપયોગ એવા નાના કેન્સરની સારવાર માટે પણ કરવામાં આવે છે જેમાં મોટા ઓપરેશનની જરૂર ન જણાતી હોય. ઓપરેશન કરાવ્યા પછી કેન્સરને ઉથલો મારતું અટકાવવા માટે પણ અમુક દર્દીઓને તે આપવામાં આવે છે.

કેમોથેરાપી/સિસ્ટેમિક (સર્વાંગી) થેરાપી:

સિસ્ટેમિક થેરાપીની સારવાર પ્રક્રિયામાં સામેલ છે, દવાઓ (રસાયણો)નો ઉપયોગ કરીને શરીરમાં ક્યાંય પણ કેન્સરના કોષો હોય તેને મારી નાખવાનું. આ દવાઓ કેન્સરના કોષોને મારી નાખે છે કે જે ઝડપથી વધતા હોય છે, પરંતુ શરીરના એવા કોષોને પણ મારી નાખે છે જે કેન્સરના કોષોની જેમ ત્વરિત વિકાસનો ગુણ ધરાવતા હોય. આના પરિણામ સ્વરૂપ, આ દવાઓની આડઅસર પેદા કરી શકે છે, જેમ કે વાળ ખરી જવા, રક્તકણોની સંખ્યા ઘટી જવી, નબળાઈ આવવી, મોઢું બગડી જવું, અને અમુક બીજી પણ. હાલમાં અમુક દવાઓ એવી બનાવવામાં આવી છે કે જે માત્ર કેન્સરની ગાંઠના કોષો પર હુમલો કરે અને સામાન્ય કોષોને છોડી દે (ટાર્ગેટેડ થેરાપી).

કેમોથેરાપીનો ઉપયોગ મોઢાંના એવા કેન્સર માટે થાય છે કે જે ઓપરેશન દ્વારા નીકળવા માટે બહુ મોટા પડતા હોય. ગાંઠનું કદ ઓછું કરવામાં કેમોથેરાપી મદદ કરે છે, જેથી પછી તેને ઓપરેશન દ્વારા કાઢી શકાય અથવા રેડીએશન થેરાપી દ્વારા સારવાર કરી શકાય. આ માર્ગ ફક્ત અમુક દર્દીઓના કિસ્સામાં જ ઉપયોગમાં લેવામાં આવે છે, અને તેને ઉપયોગમાં લેવા અંગેનો નિર્ણય આવા પ્રકારના કેન્સરની સારવાર કરવા માટેના વિશેષજ્ઞ ડોક્ટર સાથે એક વિસ્તારપૂર્વકની ચર્ચા કર્યા બાદ જ લેવો જોઈએ. મોઢાંના વધુ ફેલાયેલા કેન્સર માટે ઓપરેશન કર્યા પછી મોટેભાગે રેડીએશન થેરાપી સાથે કેમોથેરાપીનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે. વિકિરણોની અસર વધારવા માટે તેને રેડીએશન થેરાપી સાથે પણ આપવામાં આવે છે. આ અભિગમનો ઉપયોગ એવા કિસ્સામાં કરવામાં આવે છે કે જયારે મોઢાંના ખુબ જ મોટા કેન્સર કે જે ઓપરેશન દ્વારા કાઢી ન શકાય. અને કેમોથેરાપી એવા લક્ષણોની સારવારના કિસ્સામાં પણ ઉપયોગમાં લેવામાં આવે છે જયારે ઓપરેશન દ્વારા તેને નીકળવું શક્ય ન હોય અથવા અઘરું પડતું હોય.

ડોક્ટરને પૂછવા માટેના પ્રશ્નો

- મારે કઈ સારવાર લેવી જોઈએ તેવું તમે વિચારો છો?
- આ સર્વરનું લક્ષ્ય શું છે?
- શું તમને લાગે છે કે તેનાથી કેન્સર માટી જશે?
- આ સારવારથી મને કઈ આડઅસરો થઇ શકે છે?
- સારવાર માટે તૈયાર થવા માટે મારે શું કરવું જોઈએ?
- મારી સારવાર સારી રીતે થઇ શકે તેમાં મદદરૂપ થાય એવું કઈ છે જે હું કરી શકું?

શું મોઢાંનું કેન્સર અટકાવી શકાય છે કે વહેલું શોધી શકાય છે?

મોઢાંનું કેન્સર થવાના કિસ્સાઓમાં ઘણી વખત (પણ હમેશા નહિ) પહેલાથી મોઢાંમાં અમુક ફેરફારો થતા હોય છે. આ ફેરફારો કેન્સર માટેની એક ચેતવણીની નિશાની જેવું કામ કરે છે. અમુક દર્દીઓને મોઢામાં સફેદ રંગના (લ્યુકોપ્લેકીયા) કે લાલ રંગના (એરીથ્રોપ્લેકીયા) ડાઘાઓ થઇ શકે છે. આ ડાઘાઓ નીકાળવાથી તેમાં લોહી વહે છે અને તે પીડાવગરનું કે પીડાસહિતનું હોઈ શકે છે. તમાકુ અને દારૂનું ઉપયોગ કરવાનું બંધ કરી દેવાથી અને આરોગ્યપ્રદ, પોષણપ્રદ ખોરાક ખાવાથી આ ડાઘાઓનું કેન્સરમાં રૂપાંતર થતાં અટકાવી શકાય છે.

તમાકુનું સેવન છોડી દેવું તે મોઢાંનું કેન્સર થતું રોકવા માટેનું એક મહત્વનું પગલું છે. સોપારી અને પાંદડાઓ (સોપારી સાથે પાન) ખાવું તે પણ કેન્સરનું જોખમ વધારનાર હોવાનું સામે આવ્યું છે અને આવું કરવાનું બંધ કરવું જોઈએ. તમારા મોઢાંમાં દરરોજ જોવાથી પણ વહેલી નિશાનીઓ શોધી શકાય છે અને તે કેન્સર તેના પ્રાથમિક તબક્કામાં હોય ત્યારે જ તેનું નિદાન કરી શકવામાં મદદરૂપ થઇ શકે છે.

©2009, American Cancer Society, Inc.
No.011303
India Project

American Cancer Society® Global

cancer.org

CBCC
COMPREHENSIVE
BLOOD & CANCER CENTER
Outsmarting Cancer

Creation of this material was made possible
in part by a pioneering grant from CBCC-USA.