



کینسر کی تشخیص کا سامنا کرنا

اگرچہ ہم تقریباً ہر روز ہی کینسر کے متعلق سنتے ہیں، جب آپ کو بیماری کا پتہ چلتا ہے تو آپ اپنے کو تنہا اور خوفزدہ محسوس کر سکتے ہیں۔ آپ کو جو معلومات دی گئی ہیں اور ضرورت کے مطابق آپ کو جو بہت سے فیصلے کرنے ہیں ان کی وجہ سے آپ اپنے پر بہت بوجھ محسوس کرتے ہیں۔ جب آپ کو پتہ چلے کہ آپ کو کینسر ہے تو کینیڈین کینسر سوسائٹی آپ کی اور آپ کی فیملی کی ضرورت کے مطابق مدد کرے گی۔ کینیڈین کینسر سوسائٹی کی سروسز اور اس کے معلوماتی ماہرین آپ کی صحت کی دیکھ بھال کرنے والی ٹیم کے ساتھ کام کرنے، آپ کے لئے بہترین علاج چننے اور بیماری پر قابو پانے میں آپ کی مدد کریں گے۔

کینسر کیا ہے؟

کینسر ایک ایسی بیماری ہے جو ہمارے خلیوں میں شروع ہوتی ہے۔ ہمارے جسم کروڑوں خلیوں سے مل کر بنے ہیں، جو اکٹھے ہو کر عضو یا رگیں جیسے پھیپھڑے، جگر، پٹھے اور ہڈیاں بناتے ہیں۔ ہر خلیے کے اندر جینز اس کو بڑھنے، کام کرنے، دوبارہ بننے اور مرنے کا حکم دیتے ہیں۔ عام طور پر یہ حکم واضح ہوتے ہیں، ہمارے خلیے حکم مانتے ہیں اور ہم صحت مند رہتے ہیں۔ بعض دفعہ ایک خلیے کی ہدایات غلط ہو جاتی ہیں اور یہ غیر معمولی طور پر بڑھنے لگتا ہے۔ کچھ عرصے بعد غیر معمولی خلیوں کا یہ گروپ پھوڑے یا ڈھیلے کی شکل اختیار کر لیتا ہے۔

پھوڑا یا توبی نائن (کینسر کا باعث نہیں) یا میلگنٹ (کینسر والا) ہو سکتا ہے۔ اگر غیر معمولی خلیے جسم میں ایک ہی جگہ پر رہیں تو پھوڑا بی نائن ہے۔ بی نائن پھوڑے زیادہ تر جان لیوا نہیں ہوتے۔

بعض دفعہ غیر معمولی خلیے اپنی ارد گرد کی رگوں پر حملہ کر دیتے ہیں اور جسم کے دوسرے حصے میں پھیل جاتے ہیں۔ جب ایسا ہو تو پھوڑا میلگنٹ ہے اور اس فرد کو کینسر ہے۔ پھوڑے کے خلیے جو جسم کے دوسرے حصوں تک پھیل جائیں میٹا سٹاز کہلاتے ہیں۔ اس بات کی پہلی خبر کہ میلگنٹ پھوڑا پھیل گیا ہے عام طور پر آس پاس کی لمف نوڈز کی سوجن سے ہوتی ہے لیکن کینسر جسم کے کسی بھی حصے میں پھیل سکتا ہے۔ میلگنٹ پھوڑے خطرناک ہو سکتے ہیں اور یہ ضروری ہے کہ ان کا جلد پتا لگایا جائے اور ان کے پھیلنے سے پہلے ان کا جلد علاج کیا جائے۔

جسم کے جس حصے سے کینسر شروع ہوتا ہے اس کا نام اسی پر رکھا جاتا ہے۔ مثال کے طور پر جو کینسر بڑی آنت سے شروع ہوتا ہے لیکن جگر کی طرف پھیل جاتا ہے اسے بڑی آنت کا جگر کی میٹا سٹاز والا کینسر کہتے ہیں۔

میں اپنی مدد کیسے کروں؟

مثبت رہنے کی کوشش کریں

مثبت رہنے کا مطلب یہ سوچنا کہ کینسر سے کس طرح بہتر انداز میں نمٹا جائے اور ہر کوئی اسے اپنے انداز سے کرے گا۔ اس کا مطلب یہ نہیں کہ آپ کو ہر وقت خوش یا زندہ دل نظر آنا چاہیے یا کینسر ہونے کی مشکلات پر بات کرنے یا سوچنے سے گریز کرنا چاہیے، لیکن اس کا مطلب یہ ہے کہ آپ پرسکون انداز میں ایسی سرگرمیوں سے جو آپ کو ذہنی، روحانی یا جسمانی طور پر تازہ دم کریں اپنا خیال رکھیں۔

مدد قبول کریں

آپ شاید محسوس کریں کہ آپ کے دوست اور فیملی آپ کی مدد کرنا چاہے گی، انہیں کرنے دیں۔ کچھ لوگوں کو ایک ایسے تربیت یافتہ رضا کار سے جو کہ کینسر کے ساتھ زندہ رہنے کا تجربہ رکھتا ہے بات چیت کرنے سے مدد ملتی ہے۔ اپنی کمیونٹی میں ان سہولتوں کے متعلق پوچھیں۔

مزید معلومات لیں

اپنی صحت کی دیکھ بھال والی ٹیم کے ساتھ کھل کر بات کریں۔ اپنے اغراض انہیں بتائیں اور سوال پوچھیں۔ وہ آپ کی دیکھ بھال اور آپ کی مطلوبہ معلومات دینے میں آپ کی مدد کریں گے۔

کینسر کے بارے میں مزید معلومات کے لیے، براہ مہربانی 1 888 939-3333 پر کال کریں یا کینیڈین کینسر سوسائٹی کی ویب سائٹ ڈبلیو۔ ڈبلیو۔ ڈبلیو۔ کینسر۔ سی اے www.cancer.ca پر جائیں۔

آئیں کینسر کو تاریخ بنا دیں

اگر آپ کو یا آپ کے کسی جاننے والے کو کینسر کے علاج، احتیاط، چھان بین اور سہولت کی معلومات چاہئیں تو کینیڈین کینسر سوسائٹی کو اس نمبر 1-888-939-3333 پر کال کریں۔

کینسر معلومات کی سہولت مفت اور رازدارانہ ہے۔ جب آپ کال کریں تو آپ کا کینسر کی خاص معلومات رکھنے والے سے رابطہ ہو جائے گا جسے آپ کے سوالات کا جواب دے کر مسرت ہو گی۔ آپ کی سہولت کے لئے ہم مختلف زبانوں میں سہولت مہیا کرتے ہیں۔ اگر آپ کو یہ سہولت چاہئے تو آپ صرف اس سہولت دینے والے سے انگلش میں اپنی پسند کی زبان کا کہہ دیں۔

مزید کینیڈین کینسر سوسائٹی کی سہولتوں کی معلومات کے لئے آپ www.cancer.ca پر