ঈশ্বর একমাত্র রক্ষাকর্তা - সুচেতনা একমাত্র ক্যান্সার থেকে রক্ষা বার্তা

SUMITA CANCER SOCIETY

সুচেতনা

ভারতে প্রথম প্রচারিত বাংলা ও হিন্দী ক্যান্সার বিষয়ক পত্রিকা

ত্রয়োদশ বর্ষ | শিলিগুড়ি ও কোলকাতা ১৬ই জ্যৈষ্ঠ, ১৪৩০ (৩১ শে মে, ২০২৩), বুধবার | মূল্য : ৫ টাকা | www.sumitacancersociety.org

ক্যান্সার রোগীদের জন্যে সুখবর : শিলিগুড়িতে প্রথম ক্যান্সার হস্‌পিস এবং গবেষণা কেন্দ্র

শিলিগুড়ি সুমিতা ক্যান্সার রিলিফ ওয়েলফেয়ার অ্যান্ড এডুকেশনাল সোসাইটির (সুমিতা ক্যান্সার সোসাইটি) হাত ধরে উত্তরবঙ্গে এই প্রথম শুরু হতে চলেছে নতুন এক প্রকল্প - 'সুমিতা ক্যান্সার হস্‌পিস অ্যান্ড রিসার্চ সেন্টার'। শিলিগুড়ির মেডিকেল কলেজ সংলগ্ন বতনজোত এলাকায় ইতিমধ্যেই শুরু হয়ে গিয়েছে বিল্ডিং তৈরির কাজ। গত ২৩-এ মে অক্ষয় তৃতীয়ার দিন ভিতপুজো করে বিল্ডিং তৈরির কাজ শুরু করা হয়।

হস্‌পিস কি?

হস্‌পিস কেয়ার হল একধরনের স্বাস্থ্য পরিচর্যা যা একজন অস্থায়ীভাবে অসুস্থ রোগীর ব্যাথা ও উপসর্গের উপশম এবং জীবনের শেষসময়ে তাদের মানসিক ও আধ্যাত্মিক চাহিদা পূরণ করে। এছাড়া হস্‌পিস কেয়ার হল এমন একটি পরিষেবা যেখানে নিরাময়ের সম্ভাবনা থাকে না বা যখন মানুষ জীবনের শেষ মাসগুলিতে থাকে, তখন এটি এক বড় ভূমিকা পালন করে। এই পরিসেবা প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত স্বাস্থ্যসেবা দল দ্বারা উপশমকারী যত্ন বা সহায়ক যত্ন প্রদান, ক্যান্সারের লক্ষণগুলি প্রতিরোধ বা উপশম করতে সাহায্য করে। আপনি ক্যান্সার চিকিৎসার যেকোনো সময়ে এই পরিষেবা নিতে পারেন।

কারা এই হস্‌পিসের সুবিধা নিতে পারেন?

আপনি অথবা আপনার কাছের মানুষ হস্‌পিস পরিষেবা নিতে পারেন যখন -

১। কেউ জীবনের শেষ পর্যায়ে এসে পৌছায়।

২। ডাক্তার বিশ্বাস করেন যে, কারো চিকিৎসা স্বাধীনভাবে চলতে থাকলেও আগামী ছয় মাসের মধ্যে হয়তো তিনি আর বেঁচে নাও থাকতে পারেন।

কি কি সুবিধা পাওয়া যাবে?

সুমিতা ক্যান্সার হস্‌পিস অ্যান্ড রিসার্চ সেন্টারে যেসব সুবিধাগুলি থাকতে চলেছে -

১। প্যালিয়েটিভ কেয়ার বা উপশমকারী পরিষেবা
২। ক্যান্সার কেয়ার বা ক্যান্সার পরিষেবা
৩। পোস্ট অপারেটিভ কেয়ার বা অপারেশনের পরের যাবতীয় পরিষেবা
৪। রোগীদের জন্যে সবসময় ঘরোয়া খাবার পরিবেশন
৫। একদম বাড়ির মতই রোগীদের যত্নাত্তি
৬। মেডিসিন দোকান
৭। সায়েন্টিফিক ল্যাব
৮। অ্যাম্বুলেন্স পরিষেবা
৯। হ্যাপিনেস্ কাউন্সেলিং বা সুখ পরামর্শ

সোসাইটির ইচ্ছে এই বছরের শেষেই বিল্ডিং -এর কাজ কিছুটা এগিয়ে কিছু ক্যান্সার রোগীদের পরিষেবা দিতে এবং গবেষণার কাজ শুরু করতে। সকলের সহযোগিতা এই কাজে একান্ত কাম্য, শুধু যে অর্থই সাহায্যের মাধ্যম তা নয়, আপনাদের সুবুদ্ধি ও পরামর্শও সোসাইটির জন্যে যথেষ্ট।

(পরবর্তী অংশ আগামী সংখ্যায়)

সুখবর

ক্যান্সার রোগী ও তার পরিবারের সুবিধার্থে কোলকাতা, দিল্লী ও মুম্বইতে সুলভে থাকার জন্যে - যোগাযোগ করুন :

সুমিতা ক্যান্সার সোসাইটি

৯৭৩৩০ ৩০৭২৩, ০৩৫৩ ২৫১৪৫০২

আবেদন

উত্তরবঙ্গবাসীর কাছে একটি বিশেষ আবেদন আপনারা নিয়মিত স্বাস্থ্য পরীক্ষা করুন।

সোসাইটির কাছে ১০০.০০ টাকার বিনিময়ে Health Saver Card পাওয়া যাচ্ছে যার মাধ্যমে আপনারা বিশেষ ছাড় পাবেন উত্তরবঙ্গের কিছু ভালো ডায়াগনোস্টিক সেন্টার থেকে। বিস্তারিত জানতে মেইল করুন বা ফোন করুন।

Ph. : ৭৬৭৯২ ৮৩২৮২
Email : sumitacancer.rwes@gmail.com

জরুরি বিজ্ঞপ্তি

সারভাইক্যাল ক্যান্সার প্রতিরোধের জন্যে সুমিতা ক্যান্সার সোসাইটির পক্ষ থেকে HPV (Human Papillomavirus) Vaccination -এর ব্যাবস্থা করা হয়েছে। এই ভ্যাক্‌সিন নেওয়ার জন্যে সোসাইটির সাথে যোগাযোগ করুন।

Ph. : ৭৬৭৯২ ৮৩২৮২
Email: sumita.cancersociety@gmail.com

কিছু ক্যান্সার এবং হিউম্যান প্যাপিলোমা ভাইরাসের মধ্যে সম্পর্ক

Dr. Suparna Saha Bhowal (Ph.D Biotechnology)
Member Secretary
Independent Ethics Committee, Sumita Cancer Society

ক্যান্সার হওয়ার পেছনে অনেক ধরনেরই কারন আছে এটা আমারা যেমন জানি, কিন্তু আপনারা কি জানেন যে কিছু ভাইরাস থেকেও বিভিন্ন ধরনের ক্যান্সার হতে পারে। হ্যাঁ, হিউম্যান প্যাপিলোমা ভাইরাস (Human Papilloma Virus) or HPV তাদের মধ্যে একটি।

HPV (এইচ্ পি ভি) হল ২০০ টির-ও বেশি সম্পর্কিত ভাইরাসের একটি গ্রুপ, যার মধ্যে কিছু যোনিপথ, পায়ুপথ ও ওরাল সেক্সের মাধ্যমে মানুষের ছড়িয়ে পড়ে। বেশিরভাগ এইচ্ পি ভি সংক্রমণে কেউ ক্যান্সার আক্রান্ত হন না। আমাদের শরীরের অনাক্রম্যতা ক্ষমতা (ইমিউন্ সিস্টেম) সাধারণতঃ এই এইচ্ পি ভি সংক্রমণের বিরুদ্ধে লড়াই করে এবং ক্যান্সার হওয়া থেকে রক্ষা করে। এই এইচ্ পি ভি-সম্পর্কিত রোগগুলির বিরুদ্ধে HPV Vaccine ভীষনভাবে কার্যকারী। এই ভ্যাকসিন দ্বারা শুধু যে সংক্রমণ রোধ করা সম্ভব তাই নয়, এইচ্ পি ভি-সম্পর্কিত ক্যান্সার ও যৌনাঙ্গের ওপর ক্ষত বা ঘাঁ (যা অনেকক্ষেত্রে এইচ্ পি ভি ভাইরাসের জন্যে হয়ে থাকে) প্রতিরোধ করাও সম্ভব।

HPV-সম্পর্কিত ক্যান্সারগুলির মধ্যে রয়েছে -

১। পায়ুপথে ক্যান্সার (অ্যানাল ক্যান্সার) ঃ অ্যানাল ক্যান্সারের প্রায় ৯০ শতাংশ এই এইচ্ পি ভি সংক্রমণের কারনে হয়। অ্যানাল ক্যান্সার সাধারণতঃ পুরুষদের তুলনায় মহিলাদের প্রায় দ্বিগুণ হয়ে থাকে।

২। লিঙ্গে ক্যান্সার (পেনাইল ক্যান্সার) ঃ প্রায় ৬০ শতাংশেরও বেশি পেনাইল ক্যান্সারের কারন এই এইচ্ পি ভি সংক্রমণ।

৩। যোনিতে ক্যান্সার (ভ্যাজিনাল ক্যান্সার) ঃ ৭৫ শতাংশের বেশি ভ্যাজিনাল ক্যান্সার এইচ্ পি ভি সংক্রমণের জন্যে ঘটে।

৪। ভালভার ক্যান্সার ঃ ভালভার ক্যান্সার হল এমন এক ক্যান্সার যা মহিলাদের যৌনাঙ্গের বাইরের পৃষ্ঠদেশে ঘটে। ৭০ শতাংশেরও বেশি ভালভার ক্যান্সারের কারন হল এই এইচ্ পি ভি সংক্রমণ।

পরবর্তী অংশ ৩ নং পাতায়

প্রিয় পাঠক গত ২০২০-তে আমরা যে ভয়ঙ্কর অতিমারীর সম্মুখীণ হয়েছিলাম সেই অভিজ্ঞতা কারোরই অজানা নয় এবং ঠিক সেই কারনেই আমাদের সুচেতনা পত্রিকা প্রকাশনার কাজ স্থগিত ছিল। যদিও গত ২০২২ সালে পত্রিকা একবার প্রকাশিত হলেও নিয়মিত তা প্রকাশ করতে পারিনি তার জন্যে আমরা ভীষণভাবে দুঃখিত।

২০১০ সালে 'সুচেতনা'র আত্মপ্রকাশ হয়েছিল ; সে এক অদ্ভুত ঘটনাই বলা চলে। দেখতে দেখতে সেই সুচেতনা ১৩ বছরে পা রাখল, আবারও আমরা এই ত্রয়োদশ বর্ষে সুচেতনা আপনাদের জন্যে প্রকাশ করছি এবং আশা রাখব প্রতিমাসের শেষের তারিখে যেমন এটি আগে প্রকাশিত হত তেমনি এবারও ধারাবাহিকভাবে প্রতি মাসে সুচেতনা প্রকাশ পাবে।

মাঝখানে সুমিতা ক্যান্সার সোসাইটির যে সমস্ত ক্রিয়াকলাপগুলি চলেছে এবং প্রতিনিয়ত যেগুলি চলছে তার মধ্যে সবচেয়ে উল্লেখযোগ্য হল গবেষণা করার জন্যে যে বিভিন্ন ধাপগুলি রয়েছে তার মধ্যে একটি হল, ভারত সরকার অনুমোদিত মিনিস্ট্রি অফ হেল্থ অ্যান্ড ফ্যামিলি ওয়েলফেয়ার (Ministry of Health and Family Welfare, Govt. of India) -এর একটি শাখা রয়েছে, যেখান থেকে ক্লিনিকাল ট্রায়াল ও গবেষণা-সংক্রান্ত বিষয়ে কাজের জন্যে একটি নৈতিকতা কমিটির (Ethics Committee) অনুমোদন দরকার হয়।

জেগে ওঠো, সচেতন হও
এবং লক্ষ্যে না পৌঁছানো পর্যন্ত থেমো না।
- স্বামী বিবেকানন্দ

শিলিগুড়ি সুমিতা ক্যান্সার রিলিফ ওয়েলফেয়ার অ্যান্ড এডুকেশনাল সোসাইটি (সুমিতা ক্যান্সার সোসাইটি) স্বাধীনতার পরে উত্তরবঙ্গে প্রথম ৩০শে জুন, ২০২১ সালে এই নৈতিকতা কমিটির (Ethics Committee) অনুমোদন পেয়েছে। সেজন্যে গর্বের সাথে জানাচ্ছি যে, সুমিতা ক্যান্সার সোসাইটি হল উত্তরবঙ্গের প্রথম স্বাধীন নৈতিকতা কমিটি (Independent Ethics Committee)। তারপর থেকে শিলিগুড়ির বিভিন্ন বেসরকারি হাসপাতালে এই ওষুধ নিয়ে ট্রায়াল (ক্লিনিকাল ট্রায়াল) ও গবেষণার কাজ ইতিমধ্যেই শুরু হয়ে গিয়েছে এবং আমরা ভীষণভাবে আনন্দিত যে, বেশ কিছু উচ্চশিক্ষিত ছেলেমেয়েদের আমরা এই কাজে যুক্ত করতে পেরেছি। এছাড়াও শিলিগুড়ি গ্রেটার লায়ন্স হসপিটাল ডি.এন.বি. (ডিপ্লোমেট অফ ন্যাশানাল বোর্ড) -এর কিছু কোর্স শুরু করেছে, যার জন্যে অনুমোদন সুমিতা ক্যান্সার সোসাইটির স্বাধীন নৈতিকতা কমিটি (Independent Ethics Committee) দিয়েছে।

২০০৮ সাল থেকে যেমন সোসাইটি সম্পূর্ণ ক্যান্সারের ব্যাবস্থাপণা ও সচেতনতার ওপর কাজ করবে এমনটাই কথা দিয়েছিল এবং সমাজের নাগরিকদের প্রতি নৈতিক দায়িত্ব পালন হিসেবে সোসাইটি এও বলেছিল যে, তারা একটি হাসপাতাল তৈরী করবে যেখানে ক্যান্সারের পূর্ব লক্ষণগুলি নির্নয় করা হবে, রোগীদের চিকিৎসা করা হবে, গবেষনা করা হবে এবং পড়াশুনা করানো হবে। সেই জায়গা থেকে সুমিতা ক্যান্সার সোসাইটি গত ২৩ শে এপ্রিল, ২০২৩ উত্তরবঙ্গ মেডিকেল কলেজের সামনে বতনজোত এলাকায় ৩ কাঠা (সোসাইটির নিজস্ব) জমিতে ভিতপূজো করে, যেখানে 'সুমিতা ক্যান্সার হস্পিস অ্যান্ড রিসার্চ সেন্টার' -এর কাজ শুরু হয়ে গিয়েছে।

(পরবর্তী অংশ আগামী সংখ্যায়)

বিজ্ঞানের তাজা খবর
এখন আপনার হাতের মুঠোয়

একটি আন্তর্জাতিক ক্লিনিকাল ট্রায়ালে ৫০০ জন কলোরেক্টাল ক্যান্সারে আক্রান্ত রোগীর ওপর গবেষনা করে সামনে এল একটি নতুন চিকিৎসা পদ্ধতি সংমিশ্রণ-থেরাপি (Combination Therapy), যেটি কলোরেক্টাল ক্যান্সারে (অ্যাডভান্সড্ স্টেজ) আক্রান্ত রোগীদের বেঁচে থাকার উন্নত পরিষেবা প্রদান করতে পারে বলে অনুমান। ট্রায়ালটির নাম সানলাইট, ডাঃ এলেগ্রা যিনি ন্যাশানাল ক্যান্সার ইনস্টিটিউটের সাথে যুক্ত তিনি জানান যে, গবেষণার কাজ অনেকটাই এগিয়ে গিয়েছে। এই সংমিশ্রণ- থেরাপির সাহায্যে রোগীর ক্যান্সার প্রতিরোধ ক্ষমতা (বর্তমান অবস্থার আর অবনতি হয় না) বেশ কয়েক মাসের (আনুমানিক ৫.৬ মাস বনাম ২.৪ মাস) জন্যে বাড়ানো সম্ভব হয়েছে, এটিকে প্রোগ্রেশন-ফ্রি-সারভাইভাল বলা হয়

আবেদন

সুচেতনা পত্রিকায় জনস্বাস্থ্য বিষয়ক লেখা ও আপনার মতামত লিখে পাঠাতে পারেন।
Ph. ৯১৩৪৭ ৫২৪০৬
Email:
singharoyswarup@omail.ai

কর্কট সংগ্রাম

চন্দনা সরকার, সরতনগর, শিবমন্দির

ক্যান্সার হয়েছে শুনে আর দশটা মানুষ যেমন আতঙ্কিত হন, তেমনি আমিও প্রথম দিকটা ভীষন ভয় পেয়েছিলাম। কারন এতো যে সে রোগজীবাণুর সাথে লড়াই করা নয়, এ লড়াই নিজের শরীরের কোষকলার অনিয়ন্ত্রিত বৃদ্ধির বিরুদ্ধে। যে রোগ নিয়ে আজও বিভিন্ন কুসংস্কার রয়েছে, অনেক মানুষই ক্যান্সারকে ছোঁয়াচে রোগ মনে করেন, একবার হলে আর নাকি মানুষ বাঁচে না এরকম আরোও অনেক কিছু। যে রোগ নিয়ে চিকিৎসাবিজ্ঞানে অনেক গবেষণা চলছে, সেই রোগে আমিও একজন ভুক্তভোগী।

গত ২০১৮ সালে আমার ক্যান্সার ধরা পড়েছিল। আমি যেটাই খেতাম সেটাই আমার মুখে ঝাল লাগত, শুধু মিষ্টি জাতীয় খাবার খেতে ভালো লাগত। দিন দিন মুখের ভেতর এই যন্ত্রনা এবং জ্বালা করা বাড়তেই লাগল। আমার খাওয়া দাওয়া করতে ভীষণ কষ্ট হতে লাগল, ওষুধেও কোনো কাজ দিচ্ছিল না। পরে ডাক্তারের সাথে পরামর্শ করার পর কিছু টেস্ট এবং বায়োপ্সিও করা হয়েছিল। বায়োপ্সি রিপোর্টে তারপর রেজাল্ট পজিটিভ আসল, প্রথম স্টেজ। মুখের ভেতর রোগ (ওরাল ক্যান্সার) দানা বেঁধে ফেলেছিল। কীভাবে হল, কতদিন ধরে এই রোগের কবলে আমি পড়েছিলাম কিছু বুঝতেই পারিনি।

ডাক্তারবাবুর সাথে কথা বলে যা বুঝলাম আমি যে ভীষণভাবে পান, জর্দা এসব তামাকজাতীয় জিনিষ খেতাম, সেই থেকেই এর সূত্রপাত। বাকীটি আর বলার অপেক্ষা রাখে না। ভয় হওয়া শুরু করল, টাকাপয়সার চিন্তা শুরু হল। আমি আর আমার ছেলে ছাড়া আর কেউ নেইও যে আমাদের জন্যে করবে। তবুও কিছু মানুষের পরামর্শ নিয়ে মুম্বাই টাটা ক্যান্সার হসপিটালে গেলাম, কিন্তু ওখানে আমাকে দু মাস অপেক্ষা করতে হবে জন্যে আমরা চলে এলাম কোলকাতার টাটা মেমোরিয়ালে। সেখানে ডাঃ কপিলা মনিকান্তন আমাকে চিকিৎসা করলেন এবং ওখানেই আমার মুখে অপারেশন করা হল। আমার কেমোথেরাপি, রেডিয়েশন সবই ধীরে ধীরে করানো হল। এই করতে আমাদের বাড়িঘরও বিক্রি করতে হয়েছিল। আজকে আমি চার বছর হয়ে গেলো শুধু লিকুইড (তরল জাতীয়) খাবার খেয়ে আছি, বলা চলে একটু দুধ খেয়েই বেশিরভাগটা কাটাতে হচ্ছে। অপেরেশনের পর আমার মুখের হা-টিও ছোটো হয়ে গেছে আর কিছু খেতেও কষ্ট হয়।

এরপর অপারেশন করিয়ে যখন শিলিগুড়ি ফেরত আসি তখন আমার পরিচয় হয় সুমিতা ক্যান্সার সোসাইটির কর্ণধার মদন কুমার ভট্টাচার্যের সাথে। আমি ভীষণ অসহায় বোধ করছিলাম শিলিগুড়ি ফিরে, কিন্তু সুমিতা ক্যান্সার সোসাইটি আমাকে আজ অবধি চার বছর হয়ে গেলো, যেভাবে সাহায্য করে যাচ্ছে তা অতুলনীয়। আমাকে তাঁরা নিয়মিত দুধ দেওয়া থেকে শুরু করে, সারা মাসের কিছু খাওয়া, ওষুধপত্র, ডাক্তার দেখিয়ে দেওয়া, কম খরচে দরকারী কিছু টেস্ট করিয়ে দেওয়া এসবকিছু করে দেন এবং সবথেকে বড় মানসিক ভাবে শক্তি ও সাহস দেওয়া, যে আমরা আপনার পাশে আছি এটার জন্যে আমি খুবই ভালো আছি। মদনবাবু, লিপি এঁনারা ভীষণ ভালো মানুষ, সবসময় আমি এঁনাদের পাশে পাই। অসংখ্য ধন্যবাদ সুমিতা ক্যান্সার সোসাইটিকে।

সবশেষে ছোটো বড়ো সবার জন্যে আমার একটাই বার্তা, কেউ যেনো আমার মত ভুল না করে, এই তামাক, জর্দা এসব নেশাজাতীয় দ্রব্য থেকে দূরে থাকে। সবাই সুস্থ থাকবেন, ভালো থাকবেন।

বিভিন্ন ধরনের ক্যান্সার - প্রথম পাতার পর

৫। জরায়ুর ক্যান্সার (সারভাইক্যাল ক্যান্সার) ঃ জরায়ুর ক্যান্সার ঘটে জরায়ুর কোষে, এটি জরায়ুর নীচের অংশ যা যোণির সাথে সংযোগ ঘটায় । কার্যতঃ সমস্ত সারভাইক্যাল ক্যান্সার এইচ্ পি ভি দ্বারা সংক্রামিত হয় । যদি নিয়মিত স্ক্রীনিং বা টেস্ট করানো যায় এবং স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীদের সাথে সঠিক পরামর্শে থাকা যায় তবে অধিকাংশ সারভাইক্যাল ক্যান্সার কোষের বৃদ্ধি প্রতিরোধ করা যায়, শুধু তাই নয় প্রাক-ক্যান্সার কোষগুলি থেকে ক্যান্সার কোষে পরিণত হওয়ার থেকেও প্রতিরোধ করা যায় । এর ফলে সারভাইক্যাল ক্যান্সারের হারও কম হওয়ার সম্ভাবনা বেড়ে যায় ।

৬। অরোফ্যারিনজিয়াল ক্যান্সার ঃ অরোফ্যারিনজিয়াল হল মুখের পিছন দিকে অবস্থিত গলার মাঝের অংশ । বেশিরভাগ ক্যান্সার যেগুলি গলায় (সাধারণতঃ টনসিলে বা জিহ্বার পেছনে) হয়ে থাকে, সেগুলি এইচ্ পি ভি দ্বারা সংক্রামিত হয় এবং সেটি মাত্রায় ৭০ শতাংশেরও বেশি । প্রতি বছর এই ক্যান্সারে সংক্রমণের হার বেড়েই চলেছে এবং

আমেরিকাতে অধিকাংশ অরোফ্যারিনজিয়াল ক্যান্সারের ঘটনাগুলি এইচ্ পি ভি দ্বারাই সংক্রামিত হচ্ছে ।

উপসর্গ ঃ

উচ্চ-ঝুঁকিপূর্ণ এইচ্ পি ভি (HPV) দ্বারা সংক্রমণে খুব কম উপসর্গের সৃষ্টি হয়ে থাকে । সার্ভিক্সে (জরায়ুর নীচের শেষ প্রান্ত যা জরায়ুকে যোনির সাথে যুক্ত করে) ক্রমাগত এইচ্ পি ভি সংক্রমণের ফলে প্রাক্-ক্যান্সারাস কোষগুলির পরিবর্তন ঘটায় সাধারণতঃ কোনো লক্ষণ দেখা যায় না এবং এর জন্যেই প্রতিনিয়ত ক্যান্সার স্ক্রীনিং করানো উচিত ।

শরীরের অন্যান্য স্থানে প্রাক-ক্যান্সারাস ক্ষতের কারনে চুলকানি বা রক্তপাতের মত কারন দেখা দিতে পারে । এছাড়া যদি এইচ্ পি ভি সংক্রমণের ফলে ক্যান্সার হয়ে থাকে তবে রক্তপাত, ব্যাথা বা গ্রন্থির ফুলে যাওয়া এসব উপসর্গরূপে দেখা দিতে পারে ।

টীকাকরণ (ভ্যাক্সিনেশন) ঃ

HPV Vaccine Gardasil 9® হল এমন একটি ভ্যাকসিন, যা নয় ধরনের এইচ্ পি ভি ভাইরাসের সংক্রমণের হাত থেকে রক্ষা করে - দুটি কম-ঝুঁকিপূর্ণ এইচ্ পি ভি সংক্রমণে বেশিরভাগে ক্ষেত্রে যৌনাঙ্গে আঁচিল বা ঘাঁ-এর সৃষ্টি হয় এবং সাতটি উচ্চ-ঝুঁকিপূর্ণ এইচ্ পি ভি সংক্রমণে বেশিরভাগ এইচ্ পি ভি সম্পর্কিত ক্যান্সারগুলি হয় । নতুন এইচ্ পি ভি সংক্রমণ ও এইচ্ পি ভি সম্পর্কিত ক্যান্সারগুলিকে প্রতিরোধ করার জন্যে সেন্টারস্ ফর ডিজিস কনট্রোল অ্যান্ড্ প্রিভেনশন (সি.ডি.সি.) -এর অ্যাড্ভাইসারি কমিটি অন ইমিউনাইজেশন প্র্যাক্টিস (এ.সি.আই.পি.) HPV Vaccine-কে টীকাকরণের জন্যে প্রস্তাব দিয়েছে ।

HPV টীকাকরণ নতুন এইচ্ পি ভি সংক্রমণের বিরুদ্ধে খুব শক্তিশালী সুরক্ষা প্রদান করে ।

HPV Vaccine টীকাকরণ এইচ্ পি ভি দ্বারা সংক্রমণ ও রোগের চিকিৎসায় ব্যবহৃত হয় না । ৯-১২ বছর বয়সে এইচ্ পি ভি টীকা দেওয়া হলে সবথেকে বেশি সুরক্ষা পাওয়া যায় । এইচ্ পি ভি টীকাকরণের ফলে আনুমানিক ৯০ শতাংশ এইচ্ পি ভি সম্পর্কিত ক্যান্সারগুলিকে প্রতিরোধ করা সম্ভব ।

আইনি পরামর্শ

শ্রী সুজয় রায়
Advocate,SiliguriCourt
Civil&Criminal Practitioner

ধারা ৩১৩ ইন্ডিয়ান পেনাল কোড ১৮৬০ অনুযায়ী, যদি কেউ কোনো গর্ভবতী মহিলাকে তার অসম্মতিতে গর্ভপাত করায় এবং তার ফলে সেই গর্ভবতী মহিলা নিজে অথবা তার বাচ্চা সমেত মারা যায় তাহলে সেই অভিযুক্তের ১০ বছর অধিক সাজা হতে পারে

ধারা ৩৫৪ ইন্ডিয়ান পেনাল কোড অনুযায়ী যদি কেউ শারীরিক আক্রমণের দ্বারা কোনো মহিলার শ্লীলতাহানি করে, তাহলে সেই অভিযুক্তের পাঁচ বছর অধিক সাজা হতে পারে ।

মোটর ভেইকেল অ্যাক্ট অনুযায়ী, যদি কোনো ট্রাফিক পুলিশ অফিসার গাড়ির চাবি গাড়ি থেকে কেড়ে নেয় তাহলে, সেই ট্রাফিক অফিসারের বিরুদ্ধে আইনি ব্যাবস্থা নেওয়া যেতে পারে ।

ধারা 21-(A) ভারতীয় সংবিধান অনুযায়ী প্রত্যেক রাজ্যে বিনামূল্যে ৬ বছর থেকে ১৪ বছরের প্রত্যেক শিশুকে বাধ্যতামূলক শিক্ষা প্রদান করতে হবে ।

উত্তরবঙ্গে শিক্ষা ও গবেষনা জগতে এল এক নতুন সুযোগ

শিলিগুড়িতে এই প্রথম সুমিতা একাডেমিক ইনস্টিটিউট (SAI) নিয়ে আসতে চলেছে ক্লিনিকাল ট্রায়াল ও গবেষনার একটি একাডেমিক কোর্স, যা ভারতের বিভিন্ন শহরে অনেক আগেই শুরু হয়ে গেছে । উত্তরবঙ্গের শিলিগুড়িতে কোর্সটি শুরু করা হবে এবং এর মাধ্যমে ছাত্রছাত্রী ও যুবসমাজ একটি নতুন বিষয় নিয়ে জানতে পারবেন যা তাঁদের ভবিষ্যত গড়তে ব্যাপকভাবে সাহায্য করবে । এখানে ছাত্রছাত্রীরা ছয়মাসের জন্যে 'সার্টিফিকেট কোর্স ইন ক্লিনিকাল রিসার্চ' এই কোর্সটি করতে পারবেন এবং এরপর তাঁদের প্যান ইন্ডিয়াতে বিভিন্ন ক্লিনিকাল ট্রায়াল কোম্পানিতে চাকরি এবং ইন্টারভিউর সুযোগ করে দেওয়া হবে । শুধু তাই নয় আগ্রহী ছাত্রছাত্রীরা এখান থেকে গবেষনারও সুযোগ পাবেন । আগামী অগাস্ট মাসের শেষের দিক থেকেই ক্লাস শুরু হচ্ছে । কোর্স সংক্রান্ত আরো তথ্য প্রতিমাসে ধারাবাহিক ভাবে প্রকাশ করা হবে ।

বি:দ্র: সুমিতা একাডেমিক ইনস্টিটিউট হল শিলিগুড়ি সুমিতা ক্যান্সার রিলিফ ওয়েলফেয়ার অ্যান্ড এডুকেশনাল সোসাইটির (সুমিতা ক্যান্সার সোসাইটি) একটি শাখা ।

আগ্রহী ছাত্রছাত্রীরা কোর্স নিয়ে বিস্তারিত জানতে মেইল বা ফোন করুন ।
Ph. : 6294177673 / 9733030723
Email.: sumitaacademicinstitute@gmail.com

কর্কট রোগ - বিশ্ব পরিস্থিতি

ডাঃ শীর্ষেন্দু পাল
MD (Medicine), Dip.Card.(UK), FIACM, FIMSA, FIAMS, FISH,

ক্যান্সার শব্দটি এসেছে গ্রিক শব্দ 'কার্কিনোস' থেকে, অর্থাৎ কাঁকড়া - যার নামকরণ করেছিল হিপোক্রেটিস ৪০০ খ্রীষ্টপূর্বাব্দে । ক্যান্সার হল এমন একটি রোগ যা, শরীরের যে কোনো অংশ থেকেই শুরু হতে পারে । যখন শরীরের কোষগুলো অনিয়ন্ত্রিতভাবে বৃদ্ধি পায় তখন কোষগুলো তাদের সাধারন সীমান্তরেখা পার করে পার্শ্ববর্তী অংশগুলোতে (কোষ) ছড়িয়ে পড়ে ও শরীরের অন্যান্য অঙ্গগুলিকে আক্রমণ করে । ক্যান্সার হল বিশ্বব্যাপী মৃত্যুর দ্বিতীয় অন্যতম কারণ যা ২০২০ সালে মোট জনসংখ্যার ১০ মিলিয়ন (একশো লক্ষ) মানুষের সমান অর্থাৎ মৃত্যুহারের ছয়ভাগের একভাগ । পুরুষদের মধ্যে ফুসফুস, প্রস্টেট, কলোরেক্টাল, লিভার ও পাকস্থলীর ক্যান্সরের প্রকোপ বেশি দেখা যায় । অন্যদিকে মহিলাদের মধ্যে স্তন, কলোরেক্টাল, গর্ভাশয় ও থাইরয়েডের ক্যান্সারের প্রবনতা বেশি ।

তবে ভারতে, পুরুষদের মধ্যে গলা, মাথা ও মুখের ক্যান্সাররের প্রবনতা প্রায়শঃই দেখা যায় । ২০২০ সালে গবেষনাতে দেখা গেছে, বিশ্বব্যাপী ১২.২ শতাংশ এবং ১২.৩ শতাংশ মানুষ ফুসফুস ক্যান্সার ও স্তন ক্যান্সারে আক্রান্ত হয়েছেন । অর্থনৈতিকভাবে পিছিয়ে পড়া ও মধ্যম আয়ের দেশগুলোর স্বাস্থ্যব্যবস্থা এই দুরহ রোগের মোকাবিলা করতে অক্ষম এবং ক্যান্সার রোগীদের একটি বড় অংশকে সময়মত চিকিৎসা ও পরিষেবা দিতে ব্যর্থ হচ্ছে । বিশ্বের জনসংখ্যা বৃদ্ধির কারনে ক্যান্সারের প্রকোপ বেড়ে চলেছে । এর প্রধান কারন হল কোনো ব্যাক্তির বয়স বাড়ার সাথে সাথে তার কোষের মেরামত অথবা প্রতিরোধ ক্ষমতা হ্রাস পেতে থাকে ।

তবে বর্তমানে স্বাস্থ্য ব্যবস্থার পরিকাঠামো শক্তিশালী হওয়ার কারনে ক্যান্সার রোগীদের বেঁচে থাকার হার অনেকগুন বৃদ্ধি পেয়েছে । যদি রোগীকে সঠিক সময়ে চিকিৎসাধীন করা যায়, উন্নতমানের চিকিৎসা পরিষেবা প্রদান করা যায়, তবে মৃত্যুর হার অনেকাংশে কমানো সম্ভব হবে । ক্যান্সারের মৃত্যুর জন্যে দায়ী কারনগুলির মধ্যে ৩৩ শতাংশ হল তামাক আসক্তি, মেদ বা স্থূলতা, মদ্যপান, অপর্যাপ্ত ফলমূল ও শাক্সবজির সেবন এবং পর্যাপ্ত শারীরিক পরিশ্রমের অভাব । ক্যান্সারের মৃত্যুর অন্যতম কারন হল ফুসফুসের ক্যান্সার, তারপরেই কোলন, রেক্টাম ও লিভারের ক্যান্সার ।

২০২২ সালে আনুমানিক ক্যান্সাএ আক্রান্তের হার ভারতে ছিল ১,৪১,৬১,৪১৭ (যথার্থ হার ১০০.৪ প্রতি ১,০০,০০০ জনসংখ্যা) । মিজোরামের আইজল জেলায় পুরুষদের মধ্যে নিম্ম গলদেশের ক্যান্সারের ঘটনা বিশ্বের সবচেয়ে বেশি (১১.৫ প্রতি ১,০০,০০০ জনসংখ্যা) দেখা যায় । এই জেলাটিতে পুরুষদের পাকস্থলীতে ক্যান্সারের প্রবনতাও বেশি দেখা যায় । সাম্প্রতিককালে, ভারতের কেরল রাজ্যে ক্যান্সারের হার সবচেয়ে বেশি । এই যে ক্যান্সারের তীব্র বৃদ্ধি আমরা তখনি কমাতে পারব যখন রোগটিকে প্রাথমিকভাবে নির্ধারণ করা যাবে । এছাড়াও, যথাযথ চিকিৎসা ও রোগীর যত্ন করতে হবে । এইভাবে সঠিক পরামর্শ এবং সঠিক সময়ে রোগের চিকিৎসা করানো গেলে ৩০-৫০ শতাংশ হারে ক্যান্সারের মাত্রা কমানো সম্ভব হবে ।

বিগত পাঁচ মাসে সোসাইটির বিভিন্ন ক্রিয়াকলাপ

২৬শে জানুয়ারী প্রজাতন্ত্র দিবসে:

৭৪ তম প্রজাতন্ত্র দিবস ২০২৩-এ শিলিগুড়ি মেট্রোপলিটন পুলিশের সাথে যৌথ উদ্যোগে মার্চ প্যারেডে অংশগ্রহন করে সুমিতা ক্যান্সার সোসাইটির ট্যাবলো । ওইদিন অনুষ্ঠানে ক্যান্সার বিষয়ক সচেতনতা প্রদান এবং বিভিন্ন Display তুলে ধরা হয় । অনুষ্ঠানে উপস্থিত ছিলেন শিলিগুড়ি পুলিশ কমিশনার ও অন্যান্য সদস্যরা ।

জানুয়ারীতে: আর্ন্তজাতিক সারভাইক্যাল ক্যান্সার সচেতনতা মাস:

International Cervical Cancer Awareness Month উপলক্ষ্যে সুমিতা ক্যান্সার সোসাইটি, ২০২৩ - এর জানুয়ারী মাসে টানা ৩১ দিন মোট ৪৩ টি ক্যান্সার সচেতনতা শিবির করে আরও একটি অভাবনীয় দৃষ্টান্ত স্থাপন করল । সচেতনতা শিবিরগুলি পশ্চিমবঙ্গের ৪ টি জেলাতে (জলপাইগুড়ি, দার্জিলিং, কালিম্পং ও উত্তর দিনাজপুর) অনুষ্ঠিত হয় ।

হস্‌পিসের ভিতপুজো:

২৩ শে এপ্রিল সুমিতা ক্যান্সার সোসাইটির পরবর্তী প্রকল্প 'সুমিতা ক্যান্সার হস্‌পিস অ্যান্ড রিসার্চ সেন্টার' -এর ভিতপুজো করা হল শিলিগুড়ির মেডিকেল কলেজ সংলগ্ন বতনজোত এলাকায় । বিল্ডিং তৈরির কাজও ইতিমধ্যেই শুরু হয়ে গিয়েছে ।

বিশ্ব ক্যান্সার দিবস পালন:

৪ ঠা ফেব্রুয়ারী বিশ্ব ক্যান্সার দিবস উপলক্ষ্যে ৩ ই ফেব্রুয়ারী থেকে ৫ ই ফেব্রয়ারী তিনদিন ব্যাপী বিভিন্ন অনুষ্ঠান আয়োজিত হয় সুমিতা ক্যান্সার সোসাইটির পক্ষ থেকে ।

৩ রা ফেব্রুয়ারী - প্রতিমাসের মত এইদিন সুমিতা ক্যান্সার সোসাইটির পক্ষ থেকে উত্তরবঙ্গ মেডিকেল কলেজে রেডিয়োথেরাপি বিভাগের সামনে ২৬ জন ক্যান্সার রোগীদের হাতে বিনামূল্যে খাদ্য বিতরণ (সুজি, বিস্কুট, ডালিয়া, প্রোটিন পাউডার, আমুল মিল্ক ও পেয়ারা) করা হল । উপস্থিত ছিলেন সোসাইটির সাধারন সম্পাদক এম.কে. ভট্টাচার্য, প্রশাসক লিপি ঘোষরায় সহ অন্যানা সহসচিবরা ।

৪ ঠা ফেব্রুয়ারী - সুমিতা ক্যান্সার সোসাইটির পক্ষ থেকে সেন্ট জন অ্যাম্বুলেন্স অ্যাসোসিয়েসনে এইদিন ক্যান্সার সচেতনতা শিবির ও ক্যান্সার স্ক্রিনিং-এর আয়োজন করা হয় । ক্যান্সার আক্রান্ত হওয়ার শুরুর দিকে যাতে রোগটিকে শনাক্ত করা যায় এর জন্যে প্রয়োজনীয় সচেতনতা প্রদান করা হয় ।

৫ ই ফেব্রুয়ারী - শিলিগুড়ি মহিলা কলেজে এইদিন সোসাইটি ক্যান্সার সচেতনতা শিবিরের আয়োজন করে এবং অনুষ্ঠানে উপস্থিত ছিলেন ডাঃ নীলা ভট্টাচার্য (MBBS, MS, MNAMS, MCH, DNB, Plastic Surgeon) ও ডাঃ কৌশিক ভট্টাচার্য

পরিষেবা

খাদ্য বিতরণ, আর্থিক ও শিক্ষা সংক্রান্ত সাহায্য :

২০২৩ সালের জানুয়ারী মাস থেকে মে মাস পর্যন্ত উত্তরবঙ্গ মেডিকেল কলেজে রেডিয়োথেরাপি বিভাগের সামনে ক্যান্সার রোগীদের পুষ্টিকর খাদ্যসামগ্রী দান করা হয় । প্রয়োজনের ক্ষেত্রে কোনো কোনো রোগীকে অর্থ ও শিক্ষা সংক্রান্ত সাহায্য করা হয় ।

এম.কে. ভট্টাচার্য কর্তৃক শিলিগুড়ি সুমিতা ক্যান্সার রিলিফ ওয়েলফেয়ার অ্যান্ড এডুকেশনাল সোসাইটি সংক্ষেপে সুমিতা ক্যান্সার সোসাইটি কর্তৃক প্রধান নগর শিলিগুড়ি ৭৩৪০০৩ হইতে প্রকাশিত ও First Step থেকে মুদ্রিত।

সম্পাদক - এম.কে. ভট্টাচার্য, সহ সম্পাদক - স্বরূপ সিংহ রায় ও দীপ্তাগ্নী গাঙ্গুলী, সহ সম্পাদিকা - মানসী গাঙ্গুলী

সম্পাদকীয় দপ্তর - 97330 30723, 94344 61421, E-mail ID - sumita.cancersociety0877@gmail.com, RNI NO: WBBIL/2010/32339, Postal Reg. No. WB/BE-0011, Social Media : sumita cancer society, Website : www.sumitacancersociety.org