పొలిండ్లకు ప్రత్యేకం!

కొత్త సంవత్సరం.. మరో కొత్త దనంతో ఆరంభమవుతోంది!

స్త్రీజీవితంతో పాటే నిరంతరం మార్పులకు లోనవుతుండే రొమ్ములకు ఎంతో ప్రత్యేక స్థానం ఉంది. అయినా రొమ్ముల్లో ఏవైనా సమస్యలు తలెత్తినప్పుడు స్త్రీలు బయటకు చెప్పుకోలేక.. ఆసుపత్రులకు వెళ్లలేక మానసికంగా ఎంతో వ్యథ అనుభవిస్తున్నారు. వీటికి తోడు నిరంతరం గుర్తొస్తుండే క్యాన్సర్ భయం! దీనికి అపూర్వ పరిష్కారంగా.. రకరకాల ఆసుపత్రులు తిరగాల్సిన అవసరం లేకుండా.. రొమ్ములకు సంబంధించిన సకల సమస్యలకూ ఒకేచోట అత్యాధునిక చికిత్సలు అందించేందుకు దేశంలోనే తొలిసారిగా.. ఓ అత్యాధునిక సదుపాయం మన రాష్ట్రప్రజలకు అందుబాటులోకి రానుంది!

సర్వసాధారణమైన సలపరింత నుంచి కాన్సర్ వరకూ.. రొమ్ములకు సంబంధించిన సమస్యలన్నింటికీ ఒకేచోట, అంతర్జాతీయ నైపుణ్యంతో, అత్యాధునిక సమగ్ర చికిత్సలు అందించేందుకు.. హైదరాబాద్‌లోని కిమ్స్ ఆసుపత్రి ప్రాంగణంలో 'కిమ్స్-ఉషాలక్ష్మి సెంటర్ ఫర్ బ్రెస్ట్ డిసీజెస్' రూపుదిద్దుకుంది. రొమ్ములకు సంబంధించిన స్పెషాలిటీలో లండన్‌లోని మూడు ప్రతిష్ఠాత్మక యూనివర్సిటీల నుంచి 'ఎఫ్ఆర్‌సీఎస్' సాధించిన **డా॥ పి.రఘురామ్** డైరెక్టర్‌గా వ్యవహరిస్తున్న ఈ 'బ్రెస్ట్ యూనిట్'ను ఈ నెల 3న ప్రారంభిస్తున్నారు. ఈ సందర్భంగా దీనిపై 'సుఖీభవ' అందిస్తున్న సవివర కథనం.. ఈ నూతన సంవత్సర సంచిక ప్రత్యేకం!

పాలిండ్లకు ప్రత్యేకం!

స్త్రీ జీవితంలో అనివార్యమైన ప్రతి మార్పుకూ... రొమ్ములూ స్పందిస్తుంటాయి. వీటికి తోడు రకరకాల సమస్యలు. కొన్ని సర్వసాధారణమైనవి, మరికొన్ని ప్రమాదకరమైనవి. ఫలితంగా ఏ సమస్య ఏమిటో అర్థం కాక, బయటకు చెప్పుకోలేక స్త్రీలు తరతరాలుగా ఎంతో మానసిక వ్యథకు లోనవుతున్నారు. రొమ్ములకు సంబంధించిన సమస్యలన్నింటికీ ఒకే చోట సమగ్రంగా చికిత్సలందించటం ఉత్తమమని పాశ్చాత్య దేశాల్లో రెండు దశాబ్దాల క్రితమే గుర్తించారు. ముఖ్యంగా రొమ్ము క్యాన్సర్ వంటి సమస్యలకు ఇటువంటి ప్రత్యేక యూనిట్లలో చికిత్స అందిస్తే ఫలితాలు మరింత మెరుగ్గా ఉంటాయని కూడా గుర్తించారు. ఫలితంగా.. ప్రపంచంలోనే తొట్టతొలిగా.. 1980లలో అమెరికాలోని కాలిఫోర్నియాలో మొట్టమొదటి 'బ్రెస్ట్ సెంటర్'ను మెల్ సిల్వర్‌స్టీన్ అనే బ్రెస్ట్ సర్జన్ ప్రారంభించారు. తరవాత అమెరికా అంతటా ఇలాంటి ప్రత్యేక సెంటర్లు ఎన్నో ఏర్పాటయ్యాయి. ఇదే తరహా ప్రత్యేక సెంటర్లు ఇంగ్లండ్‌లో 1995లో ప్రారంభమయ్యాయి. వైద్య చరిత్రలో ఇదో గొప్ప మలుపు. స్త్రీలకు సౌకర్యంతో పాటు ప్రామాణికమైన సదుపాయాలను అందుబాటులోకి తెచ్చిన ఘనత ఈ సెంటర్లది. ఇదే స్ఫూర్తితో మన దేశంలో తొలిసారిగా ఇప్పుడు హైదరాబాద్‌లోని కిమ్స్ ఆసుపత్రి ప్రాంగణంలో 'కిమ్స్-ఉషాలక్ష్మి సెంటర్ ఫర్ బ్రెస్ట్ డిసీజెస్'ను ప్రారంభిస్తున్నారు.

అన్నీ ఒక్క చోటే!

కేవలం రొమ్ములకు చికిత్స అందించటంలోనే ప్రత్యేక నైపుణులైన బ్రెస్ట్ సర్జన్ సారథ్యంలో ఏర్పాటవుతున్న ఈ కేంద్రంలో.. సాధారణ మామోగ్రఫీ యంత్రాల కంటే అద్భుతమైన స్పష్టతతో రొమ్ము కణజాలాన్ని కేవలం ఐదు సెకన్లలోనే పట్టి చూపించే 'ఫుల్‌ఫీల్డ్ డిజిటల్ మామోగ్రఫీ' పరికరం, ఆ పక్కనే అల్ట్రాసౌండ్, అవసరమైతే ముక్క తీసేందుకు అవసరమైన సదుపాయాలన్నీ ఒకేచోట ఏర్పాటు చేశారు. రొమ్ము క్యాన్సర్ మార్పులను తొలిదశలోనే గుర్తించేందుకు అవసరమైన ప్రత్యేక తర్ఫీదు పొందిన బ్రెస్ట్ రేడియాలజిస్ట్, బ్రెస్ట్ పెథాలజిస్ట్, అవసరమైతే కీమోథెరపీ, రేడియేషన్ చికిత్సలు అందించే క్యాన్సర్ నిపుణులు ఇందులో ఎప్పుడూ అందుబాటులో ఉంటారు. బ్రెస్ట్ సమస్యలతో మానసికంగా వ్యథకు లోనవుతున్న వారికి సేవలందించేందుకు ప్రత్యేక సైకాలజీ సేవలూ ఈ కేంద్రంలో అందుబాటులో ఉంటాయి. చాలా తొట్టతొలిదశలోనే క్యాన్సర్‌ను గుర్తించి.. గైడ్‌వైర్ సాయంతో ఆ దశలోనే దాన్ని సర్జరీ ద్వారా సంపూర్ణంగా నయం చేసే వెసులుబాటు ఈ కేంద్రం ప్రత్యేకత. రొమ్ముల్లో సాధారణ లేదా క్యాన్సర్ గడ్డలుంటే వాటిని తొలగించటంతో పాటు అదే సమయంలో రొమ్ముల మీద సొట్టల వంటివేమీ కనబడకుండా చేసే 'ఆంకోప్లాస్టిక్ బ్రెస్ట్ సర్జరీ' విధానాలను అనుసరిస్తున్నారు. రొమ్ములకు సంబంధించిన సమస్యలన్నింటికీ సమగ్రంగా ఒకే కేంద్రంలో చికిత్స చేసే ఏర్పాటు స్త్రీలకు పెద్ద ఊరట.

పాలిండ్లకు ప్రత్యేకం!

రొమ్ములు.. సమస్యలు

నొప్పి: ఎంతోమంది స్త్రీలు ఎదుర్కొనే అతి సర్వసాధారణ సమస్య రొమ్ముల్లో నొప్పి. ఈ నొప్పి ప్రధానంగా రెండు రకాలు. 1. నెలవారీ నొప్పి (సైక్లికల్). ఇది సాధారణంగా రెండు రొమ్ముల్లోనూ వస్తుంది. నెలసరికి ముందు తీవ్రంగా ఉంటుంది. ఈ నొప్పితో బ్రెస్ట్ సెంటర్‌కు వస్తే ముందుగా సర్జన్ పరీక్షిస్తారు. తర్వాత డిజిటల్ మామోగ్రామ్, అల్ట్రాసౌండ్ పరీక్షలు చేస్తారు. ఈ మూడు పరీక్షలూ చాలా ముఖ్యం. రొమ్ముల్లో సమస్యలేమీ లేవని తేలినప్పుడు నిర్భయంగా ఉండొచ్చని స్త్రీకి సాంత్వనని ఇవ్వటం, కొన్నిసాధారణ జాగ్రత్తలు చెబుతారు. వీటిలో ప్రధానంగా మార్చుకోవాల్సింది బ్రా సైజు. స్త్రీలలో రొమ్ముల్లో నొప్పికి ప్రధాన కారణం బిగుతైన బ్రాలు ధరించటం. బ్రా సైజు కచ్చితంగా కొలిచి పెట్టుకుని దాని ప్రకారం వేసుకోవటం చాలా ముఖ్యం. దీనితో చాలామందికి నొప్పి తగ్గిపోతుంది. తగ్గకపోతే 'ఈవినింగ్ ప్రిమ్‌రోజ్ ఆయిల్' నుంచి తీసిన 'గామాలినోలెనిక్ ఆమ్లం' క్యాప్సూళ్లు రోజుకు మూడు చొప్పున రెండునెలలు తీసుకోవాల్సి ఉంటుంది. 60% శాతం స్త్రీలకు దీనితో నొప్పి తగ్గిపోతుంది. ఇది వేసుకున్నా తగ్గకపోతే కొన్ని ప్రత్యేక మందులిస్తారు. 2. నెలసరితో సంబంధం లేని నొప్పి (నాన్‌సైక్లికల్): నెలసరి నిలిచిపోయే దశలో ఉన్న స్త్రీలలో కూడా రొమ్ముల్లో నొప్పి బాధిస్తుంది. చాలాసార్లు ఇది ఛాతీ ఎముకల (రిబ్స్) దగ్గరి నుంచి వచ్చే నొప్పి కావచ్చు. నొప్పికి మూలం రొమ్ముల్లో లేదు కాబట్టి దీనికి కచ్చితమైన చికిత్స కష్టం. నొప్పినివారిణి మాత్రలు. అవసరమైతే నొప్పికి మూలమైన ఛాతీ ఎముక దగ్గర స్టిరాయిడ్ ఇంజక్షన్ ఇస్తే సమస్య చాలా వరకూ సద్దుమణుగుతుంది.

గడ్డలు: రొమ్ముల్లో బయటపడే గడ్డల్లో 90% క్యాన్సర్ కానివే. ఇవి చాలా జబ్బుల్లో నిర్ధారణ అవుతుంది. రొమ్ముల్లో గడ్డ తగులుతున్నప్పుడు సర్జన్ పరీక్షించటం, రెండు రొమ్ములకూ మామోగ్రామ్, గడ్డ ఉన్న రొమ్ముకు అల్ట్రాసౌండ్ పరీక్షలు చేస్తారు. గడ్డ దగ్గర లోపలికి సూది పంపించి కొద్దిగా రొమ్ము కణజాలం (కోర్ బయాప్సీ) తీసి పరీక్ష చేస్తారు. ఈ పరీక్షల్లో రొమ్ముల్లో ఉన్న గడ్డ.. క్యాన్సర్ గడ్డా కాదా అన్నది నిర్ధారణ అవుతుంది. 1. **మామూలు గడ్డలు:** రొమ్ము గడ్డల్లో చాలాభాగం 'ఫైబ్రో ఎడినోమా' అనే సాధారణ రకం గడ్డలే. అయితే ఈ గడ్డలు కచ్చితంగా క్యాన్సర్ గడ్డలు కావు, ఫైబ్రోఎడినోమాలేనని నిర్ధారించుకోవటం ముఖ్యం. ఇవి 24-45 వయసు స్త్రీలలో ఎక్కువ. ఫైబ్రోఎడినోమా అని నిర్ధారణ అయ్యి, ఇవి 2 సెం.మీ. కంటే తక్కువుంటే వీటిని వదిలెయ్యొచ్చు. పెరుగుతున్నట్టుగా ఉంటే అప్పుడు వాటిని తొలగించుకోవటం మంచిది. 2. **క్యాన్సర్ గడ్డలు:** 40 ఏళ్లు దాటిన ప్రతి మహిళా రెండేళ్లకు ఒకసారైనా తప్పనిసరిగా మామోగ్రామ్ పరీక్ష చేయించుకోవటం వల్ల క్యాన్సర్ మార్పులను చాలా తొలిదశలోనే గుర్తించవచ్చు. ఇలా చేతికి తగిలే దశకంటే ముందే గుర్తించటం వల్ల పూర్తిగా నయం చేసే సదుపాయం ఉంది. దీనికి స్టీరియోటాక్టిక్ పద్ధతుల్లో లోపం ఉన్నచోటి వరకూ తీగ పంపించి.. ఆ ప్రాంతం మొత్తాన్నీ తొలగించటం వల్ల క్యాన్సర్ పూర్తిగా తొలగిపోతుంది.

నీటి తిత్తులు: రొమ్ముల్లో నీటి తిత్తులు చాలా సాధారణం. ఇవి 30-40 ఏళ్ల మధ్య వయసు వారిలో ఎక్కువ. ఇవి అల్ట్రాసౌండ్‌లో స్పష్టంగా నిర్ధారణ అవుతాయి. వీటిలో నుంచి నీరు తీసేస్తారు. అయితే నీరు తీసినా తిత్తి మళ్లీ అలాగే ఉబ్బుగా ఉంటే అప్పుడు తిత్తిలోపల క్యాన్సర్ ఉందేమో చూసుకోవటం ముఖ్యం. అలాగే తొలగించిన తర్వాత.. ఈ తిత్తులు మళ్లీమళ్లీ ఒకే ప్రదేశంలో వస్తుంటే మాత్రం తప్పనిసరిగా బ్రెస్ట్ సర్జన్‌కు చూపించుకోవాలి.

చనుమొనల సమస్యలు: సాధారణంగా చనుమొనల నుంచి పాలలాంటి తెల్లని ద్రవాలు, లేదా రక్తపు జీరతో స్రావాలు రావటం ఎక్కువ. ఇలాంటి ఏ సమస్యా లేకుండా 40 ఏళ్ల లోపు వారికి నీరులాంటి స్రావాలే వస్తుంటే పెద్దగా మరిన్ని పరీక్షలు అవసరం ఉండదు. రక్తం జీరలు వస్తుంటే మాత్రం ఆ స్రావాలను సైటాలజీ పరీక్షకు పంపించాలి. వీటిలో సాధారణంగా క్యాన్సర్ ఉండదు. కానీ పెద్ద కాలం రక్తంజీర వస్తుంటే మాత్రం అవసరాన్ని బట్టి ఒకటి రెండు క్షీరనాళాలుగానీ, మరీ అవసరమైతే ఎక్కువ నాళాలుగానీ తొలగించటం అవసరం. సాధారణంగా ఈ నాళాలు వెడల్పవుతాయి. వీటిని 'డక్ట్ఎక్టేసియా' అంటారు. ఇలా వెడల్పయిన వాటిలో చీము చేరి.. అది చనుమొనల నుంచి లీక్ అవుతూ సమస్య తెచ్చిపెడతాయి. దీనికి యాంటీబయాటిక్స్ ఇవ్వటం, మరీతరచుగా వేధిస్తుంటే నాళాలు తొలగించటం ముఖ్యం. నాళాలు తొలగిస్తే బిడ్డకు పాలివ్వటం కుదరదు, కాబట్టి ఇది సాధారణంగా 40 ఏళ్ల పైవారికే చేస్తుంటారు కాబట్టి తొలగించినా సమస్య ఉండదు.

చీము గడ్డలు: పాలకు సంబంధించినవి ఒక రకం. పాల కోసం బిడ్డ చనుమొనలను చీకుతున్నప్పుడు లోపలికి సూక్ష్మక్రిములు పోయి ఇన్ఫెక్షన్ వల్ల రావచ్చు. దీనికి తొలిదశలో ఫ్లూక్లాక్సిలిన్ వంటి యాంటీబయాటిక్స్ ఇస్తే సరిపోతుంది. కానీ ఈ దశ దాటితే చీముగడ్డ ఏర్పడుతుంది. ఈ దశలో అల్ట్రాసౌండ్ సాయంతో దానిలోని స్రావాలను తీసెయ్యొచ్చు. అవి మరీ పెద్దగా ఉంటే ఆపరేషన్ తప్పదు. పాలివ్వని వారిలో కూడా చీముగడ్డలా మారొచ్చు. [illegible] వీటిని తొలగించాల్సి ఉంటుంది.

పెరుగుతున్న రొమ్ము క్యాన్సర్

• పాశ్చాత్య పోకడలే కారణమంటున్న వైద్యులు • నేడు అంతర్జాతీయ క్యాన్సర్ సర్వైవర్స్ డే

న్యూస్‌టుడే-హైదరాబాద్, జూబ్లీహిల్స్

'నేను బ్రిటన్‌లో పదేళ్లు పనిచేశాను. అక్కడ రొమ్ము క్యాన్సర్ బాధితుల్లో చాలావరకు 60 ఏళ్లకు పైబడిన వారే ఉన్నారు. అరుదుగా 30-40 ఏళ్ల మధ్య వయసువారు వచ్చేవారు. ఆ తర్వాత ఇక్కడ రెండున్నరేళ్లుగా పనిచేస్తున్నాను. పదేళ్లలో చూసిన వారికంటే రెట్టింపు స్థాయిలో 30-40 మధ్య వయసు వారిలో ఈ క్యాన్సర్‌ను చూస్తున్నాను. నేను చికిత్స అందించే వారిలో 21 ఏళ్ల యువతి రొమ్ము క్యాన్సర్‌తో బాధపడటం పరిస్థితికి అద్దం పడుతుంది.'

-ప్రముఖ రొమ్ము క్యాన్సర్ వైద్య నిపుణులు డాక్టర్ రఘురాం

దూరపు కొండలు నునుపు పాశ్చాత్య సంస్కృతి అంతే. పట్టణీకరణ దరిమిలా ఆహార పెరగడమే కాదు... పొరుగింటి విధానాలు సైతం నగరాలకు దిగుమతి అవుతున్నాయి. ఇవే పలు రకాల వ్యాధులకు కారణమవుతున్నట్లు వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఇందుకు ఉదాహరణగా గతంలో మహిళల్లో గర్భాశయ ముఖద్వారం వద్ద వచ్చే క్యాన్సర్ ఎక్కువగా కనిపించే నగరాల్లో పరిస్థితి మారింది. ఆ స్థానాన్ని రొమ్ము క్యాన్సర్ ఆక్రమించడంతో పాటు ఏటా బాధితుల సంఖ్య గణనీయంగా పెరుగుతుందని ఆందోళన వ్యక్తమవుతోంది.

దేశంలో మరణాలకు ఎక్కువగా కారణమవుతున్న మొదటి పది వ్యాధుల్లో క్యాన్సర్ ఒకటిగా తయారైంది. ప్రస్తుతం 15 నుంచి రెండు మిలియన్ల మంది వరకు ఈ వ్యాధిబారిన పడినట్లు తెలుస్తోంది. ఏటా ఏడు లక్షల మంది కొత్తవారు నమోదవుతుండగా, వీరిలో మూడు లక్షల మంది చనిపోతున్నారు. క్యాన్సర్‌ను తొలి దశలోనే గుర్తిస్తే (స్క్రీన్ డిటెక్టర్ క్యాన్సర్) అతితక్కువ ఖర్చుతోనే సులువుగా నయం చేయవచ్చని వైద్యులు సూచిస్తున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో ప్రతి ఏటా జూన్ మొదటి ఆదివారం క్యాన్సర్ నుంచి కోలుకున్న వారు, వారి బంధువులు, మిత్రులు, చికిత్స అందించిన వైద్యులు 'క్యాన్సర్ సర్వైవర్స్ డే'ను జరుపుకుంటున్నారు. దీని ద్వారా క్యాన్సర్‌ను తొలి దశలోనే గుర్తించడం ద్వారా మరణాలను తగ్గించవచ్చనే సందేశాన్ని ఇస్తున్నారు.

కౌన్సెలింగ్‌కు ప్రాధాన్యం పెరగాలి

- డాక్టర్ రఘురాం, రొమ్ము క్యాన్సర్ నిపుణులు

పాశ్చాత్య దేశాల్లో 50 సంవత్సరాలు పైబడినవారిలో రొమ్ము క్యాన్సర్ కనిపిస్తుంది. కాని ఇక్కడ పదేళ్ల ముందుగానే రావడం పరిపాటిగా మారింది. అందునా 20-30 ఏళ్లవారు కూడా ఉండటం ఆందోళన కలిగించేది. ముఖ్యంగా క్యాన్సర్ బాధితులకు వైద్యం చేయడంతో పాటు వారికి కౌన్సెలింగ్ ద్వారా మనోధైర్యాన్ని కల్పించడం ప్రధానం. ఇతర దేశాల్లో వైద్య కళాశాలల్లో కౌన్సెలింగ్ సబ్జెక్ట్ ఉంటుంది. ఇక్కడ కూడా ఆ విధానాన్ని అమలు చేయాల్సిన అవసరం ఉంది. బాధితులను మానసికంగా బలోపేతం చేయడం ద్వారా 50 శాతం రోగం నయం అవుతుంది.

మారుతున్న జీవనశైలి

నగరాల్లో రొమ్ము క్యాన్సర్ బాధితులు పెరగడానికి పలు ప్రధాన కారణాలున్నట్లు డా॥ రఘురాం స్పష్టం చేశారు.

- ఆలస్యంగా వివాహం చేసుకోవడం
- సంతానం కలగకపోవడం
- 30 ఏళ్ల తర్వాత పిల్లలు పుట్టడం
- పిల్లలకు తల్లి పాలు ఇవ్వకపోవడం
- కొవ్వు పదార్థాలు తినడంతో స్థూలకాయం

వ్యాధి పారిపోయింది..!

క్యాన్సర్ ప్రాణాంతక వ్యాధి అయినప్పటికీ దానిని నిర్ణీత సమయంలో గుర్తించి, సరైన చికిత్స తీసుకుంటే అది పారిపోతుందని నిరూపించారు కొందరు. జూబ్లీహిల్స్ అపోలో ఆసుపత్రిలో క్యాన్సర్ నుంచి కోలుకున్న వీరే అందుకు సజీవ సాక్ష్యాలు.

కలలో కూడా అనుకోలేదు: సూర్య (20 ఏళ్లు) నేను మృదంగం వాయిస్తాను. క్యాన్సర్ వచ్చిన తర్వాత దానికి దూరమయ్యాను. ఇక ఈ జన్మలో నా చేతులు మృదంగాన్ని ముట్టుకోలేను అనుకున్నా. కాని చికిత్స ద్వారా పూర్తిగా కోలుకున్నాను. ఇప్పుడు సాధారణ స్థితికి వచ్చాను

డాన్స్ చేయలేననుకున్నా: అలీ (ఆరేళ్లు)

నాకు ఏడాది వయసున్నప్పుడే క్యాన్సర్ వ్యాధి వచ్చింది. ఐదేళ్లుగా చికిత్స తీసుకుంటున్నాను. నయమైంది. నాకు డాన్స్ అంటే ఎంతో ఇష్టం. క్యాన్సర్‌తో ఇక నృత్యం చేయలేనని అనుకున్నా. ఇప్పుడు ఆ భయం నాకు లేదు.

అదిరేటి స్టెప్పులతో ఆకట్టుకుంటున్న అలీ