জরায়ুমুখ ক্যান্সার

একটি নীরব ঘাতক

এটি সম্পর্কে জানুন

সচেতন হোন

জরায়ুমুখ ক্যান্সারকে বলা হয় নীরবঘাতক, কারণ আক্রান্ত হলেও এর লক্ষণ অনেক সময় বুঝা যায় না। গবেষণা অনুযায়ী, ভাইরাস প্রবেশের পর ১৫ থেকে ২০ বছরও সময় লাগে জরায়ুমুখের ক্যান্সার হতে। বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার সর্বশেষ তথ্য অনুযায়ী, বিশ্বব্যাপী প্রতি বছর ৫ লাখ ৭০ হাজার নারী এই জরায়ুমুখ ক্যান্সারে আক্রান্ত হন এবং প্রায় ৩ লাখ ১০ হাজার নারী মারা যান।

জরায়ুমুখ ক্যান্সার বা জরায়ুর ক্যান্সার

জরায়ুমুখ ক্যান্সার বা জরায়ুর ক্যান্সার (ইংরেজি: Cervical cancer) নারীদের জন্য একটি ভয়াবহ ব্যাধি। সাধারণত অনুন্নত ও উন্নয়নশীল দেশের নারীরা স্বাস্থ্য বিষয়ে সম্পূর্ণ সচেতন না বলে এই রোগের বিস্তার বেশি। সার্ভিক্স হচ্ছে জরায়ু এর নিচের, সরু অংশ, যা ভ্যাজাইনা ও জরায়ুর উপরের অংশ কানেক্ট করে। যখন ক্যান্সার শুরু হয় সার্ভিক্সে বা জরায়ুমুখে একে সারভাইকাল বা জরায়ুমুখ ক্যান্সার বলা হয়।

বিশ্বব্যাপী মহিলাদের প্রচলিত ক্যান্সারের মধ্যে এটি চতুর্থ সর্বাধিক সাধারণ ক্যান্সার। ইন্টারন্যাশনাল এজেন্সি ফর রিসার্চ অন ক্যান্সার অনুসারে, ৫০ মিলিয়ন বা ৫ কোটি বাংলাদেশী নারী জরায়ুমুখের ক্যান্সারে আক্রান্ত হওয়ার ঝুঁকিতে রয়েছে এবং বছরে নতুন আক্রান্ত ১৭৬৮৬ এবং মৃত্যু ১০৩৬২।

সংক্রমণ

হিউম্যান প্যাপিলোমা বা এইচপিভি ভাইরাস জরায়ুমুখ ক্যান্সারের প্রধান কারণ। যৌন সংযোগে এর সংক্রমণ ঘটে। সংক্রমণের এক যুগেরও বেশি সময় ধরে জরায়ুমুখের স্বাভাবিক কোষ পরিবর্তিত হতে থাকে এবং একসময় তা ক্যান্সারে রূপ নেয়। ২০ বছরের কম বয়সীদের নিচে এ রোগ সাধারণত হয় না। আক্রান্তরা সাধারণত ৩৫ থেকে ৫৫ বছর বয়সী হয়ে থাকেন। ৬০ বছরের পরও এ রোগ হতে পারে, তবে সংখ্যা তুলনামূলক কম।

হিউম্যান প্যাপিলোমা ভাইরাস (এইচপিভি)

হিউম্যান প্যাপিলোমা ভাইরাস (এইচপিভি) একটি সাধারণ ভাইরাস যা অধিকাংশ নারী তাদের জীবনের কোনও না কোনও সময়ে সংক্রমিত হয়। ১০০ এরও বেশি ধরণের এইচপিভি ভাইরাস রয়েছে, যার বেশিরভাগই জরায়ু ক্যান্সারের জন্য ঝুঁকিপূর্ণ নয়। শরীরের রোগ প্রতিরোধক্ষমতা দ্বারা ১৮-২৪ মাসের মধ্যে জরায়ু প্রায় সব এইচপিভি ভাইরাস থেকে মুক্ত হয়ে যায়। জরায়ুতে এইচপিভি ভাইরাস দীর্ঘদিন স্থায়ী হলে, জরায়ু কোষে পরিবর্তনের সূত্রপাত হয় এবং ধীরে ধীরে তা ক্যান্সারে রূপ নেয়। জরায়ুমুখ ক্যান্সার বেশিরভাগ ক্ষেত্রে এইচপিভি ১৬ এবং এইচপিভি ১৮ এর সংক্রমণের কারণে হয়।

ঝুঁকি কাদের বেশি

নিচে উলিখিত কারণগুলো নারীদের জরায়ুমুখ ক্যান্সারের ঝুঁকি বাড়িয়ে দেয়-

- বাল্যবিয়ে/ একাধিক বিয়ে
- অল্প বয়সে মা হওয়া, ঘন ঘন সন্তান ধারন
- স্বামীর একাধিক বিয়ে বা যৌন সাথী
- অপুষ্টি, ইনফেকশন ও রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা কমে যাওয়া
- একটানা ১০/২০ বছর জন্মনিয়ন্ত্রন বড়ি সেবনকারী
- ধুমপান, পান ও জর্দা এবং সাদা পাতায় অভ্যস্ততা

লক্ষণ বা উপসর্গ চিনুন

বেশির ভাগ ক্ষেত্রে অনেকেই রোগটি হয়েছে বলে বুঝতে পারে না, কারণ কোনও লক্ষণই থাকে না। প্যাপ স্মিয়ার টেস্ট করতে গিয়ে ধরা পড়ে। কিছু সাধারণ লক্ষণ বা উপসর্গগুলো হল-

- ঋতুচক্রের নির্দিষ্ট সময়ের বাইরে অস্বাভাবিক রক্তক্ষরণ হয়।
- অস্বাভাবিক বা গন্ধযুক্ত ভ্যাজাইনাল ডিসচার্জও হতে পারে।
- ব্যক্তিগত মুহূর্তের পর রক্তপাত হতে পারে।
- ঋতুবন্ধের পর রক্তপাত হয়।
- তলপেটে, কোমরে ব্যথা অনুভব হয়।

এ সব ক্ষেত্রে বিলম্ব না করে অবশ্যই চিকিৎসকের কাছে যাওয়া উচিত।

চিকিৎসার ধরন

রোগ ছড়াচ্ছে কি না সে দিকে কড়া নজর রাখতে হবে, নিয়মিত ডাক্তারের সঙ্গে যোগাযোগ রেখে চলতে হবে। কোন স্টেজে রোগ আছে, তার উপর ভিত্তি করে চিকিৎসা পদ্বতি নির্ধারণ করা হয়। প্রথমে সারভিক্সের বাইরে, তলপেটের অন্যত্র, ইউটেরাস- ওভারিতে ছড়িয়েছে কি না, রোগ কতটা অ্যাডভান্সড পর্যায়ে রয়েছে তা দেখা হয়। রোগটি অ্যাডভান্সড স্টেজে অনেক দিন রেখে দিলে সারভিক্স থেকে জরায়ু, ডিম্বাশয়, ফ্যালোপিয়ান টিউব, ব্লাডার ও তলপেটের অন্য জায়গায়, এমনকি পেটের উপরের অংশে ছড়িয়ে যেতে পারে। খুব প্রাথমিক স্টেজে, সারভিক্সের ভিতরেও যদি না ছড়িয়ে থাকে, সে ক্ষেত্রে ক্যান্সারের জায়গা বা তার আশপাশের জায়গা সার্জারি করে বাদ দেওয়া হয়। আর একটু বেশি ছড়ালে ইউটেরাস, ওভারি ইত্যাদি বাদ দিতে হতে পারে। অনেকটা ছড়িয়ে গেলে বড় সার্জারি করতে হয়। সার্জারি করার পর্যায় ছাড়িয়ে গেলে কেমোথেরাপি, রেডিয়োথেরাপির সাহায্য নিতে হয়।

আগে থেকে প্রতিরোধ করুন

জরায়ুমুখ ক্যান্সার প্রতিরোধের উপায় -

জরায়ুমুখ ক্যান্সারের ঝুঁকি গুলো জানা, ঝুঁকি এড়িয়ে চলা

বাল্যবিবাহ বন্ধ করা

স্বাস্থ্যসম্মত জীবন যাপন করা, সুষম খাবারে অভ্যাস করা, দেহের পুষ্টি বজায় রাখা

নিয়মিত ভায়া, প্যাপ, এইচপিভি টেস্টে অংশ নেয়া

এইচপিভি ভ্যাকসিন নেয়া

প্যাপ / ভায়া টেস্ট

বেশিরভাগ ক্যান্সারই আগে থেকে ধরা যায় না, ক্যান্সার নির্ণয়ের জন্য স্ক্রিনিং করতে হয়। প্যাপ টেস্ট করে রোগটিকে ধরা গেলে চিকিৎসা করে পুরোপুরি সারিয়ে দেওয়া যায়। এই পরীক্ষার জন্য ভর্তি হওয়ারও দরকার নেই, আউটডোর ক্লিনিকেই করা যায়। এই পরীক্ষায় জরায়ুর মুখ থেকে কিছুটা রস সংগ্রহ করে ল্যাবরেটরিতে পাঠানো হয় এবং জরায়ুরমুখের কোষগুলোর পরিবর্তন বা প্রি ক্যানসারাস স্টেজ স্ক্রিনিং করা হয়। সে রকম কিছু পাওয়া গেলে, কতটা অ্যাবনর্মালিটি রয়েছে, তার উপর নির্ভর করে চিকিৎসা নির্দেশনা দেওয়া হয়। ২৫-৬৫ বছর পর্যন্ত মহিলাদের তিন বছর অন্তর প্যাপ টেস্ট করানো উচিত।

এইচপিভি টেস্ট

জরায়ুর মুখ ক্যান্সারের ঝুঁকি নির্ণয়ের আরেকটি পদ্ধতি এইচপিভি টেস্টিং।

ভ্যাকসিন

জরায়ুমুখ ক্যান্সার প্রতিরোধের প্রাথমিক পদক্ষেপ হল ভ্যাকসিন। ভ্যাকসিন এর মাধ্যমে খুব সহজেই এই ক্যান্সারের ঝুঁকি থেকে মুক্ত থাকা যায়। এই ভ্যাকসিন রোগের আশঙ্কা অনেকটাই (৮৫ শতাংশ) কমিয়ে দেয়। এই জন্য WHO, CDC, ACIP ৯ বছরের পর থেকে প্রত্যেক মেয়ের জন্য HPV ভ্যাকসিন সুপারিশ করেছে এবং বিশেষভাবে বয়সের প্রথমদিকেই দিতে উৎসাহিত করেছে ।

** WHO- World Health Organization*
** CDC- Centers for Disease Control and Prevention*
** ACIP- Advisory Committee on Immunization Practices*

ইনসেপ্টা বাংলাদেশে প্রথমবারের মত নিয়ে এসেছে

জরায়ুমুখ ক্যান্সার প্রতিরোধে এইচপিভি ভ্যাকসিন যা এইচপিভি ১৬ এবং ১৮ প্রতিরোধ করতে পারে-

Papilovax™

Human Papillomavirus Vaccine (rDNA) BP

সুবিধাজনক প্রি-ফিল্ড সিরিঞ্জে যা ভ্যাকসিন প্রদানে সুবিধা এবং ডোজ সঠিকতা নিশ্চিত করে

ডোজ

- ০.৫ মিলি এর সাধারণত ডোজ ৩টি- ০, ১, ৬ মাস; গাইডলাইন অনুসারে ৯-১৪ বছর পর্যন্ত ২টি ডোজ দেয়া যেতে পারে- ০, ৬ মাস
- এটি মাংসপেশিতে দেয়া হয়।

Incepta Vaccine Ltd
Tejgaon, Dhaka, Bangladesh
www.inceptavaccine.com
TM Trademark

D5/20062022/50,000 BP 15023126 / PPVGBROCHU1