چھاتی کا سرطان

غلط فہمیاں اور حقائق

حقائق اور معلومات کا
حصول آپ کی زندگی
کی ضمانت بن سکتا ھے

BLUE VEINS
Awareness . Action . Advocacy

Financial Assistance:

The Susan G.Komen
Breast Cancer Foundation

نوٹ

سائنس آج تک چھاتی کے سرطان کی وجوہات معلوم نہیں کر سکی۔

چھاتی کے سرطان کے موضوع پر تحقیق ابھی جاری ہے۔

ہم نے ہر ممکن کوشش کی ہے کہ اس کتابچے کے ذریعے تازہ ترین حقائق پیش کیے جائیں

تاہم اس بات کی کوئی ضمانت نہیں ہے کہ یہ حقائق ہمیشہ مستند رہیں گے۔

نئی اور جاری تحقیق کی بناء پر یہ حقائق کسی بھی وقت تبدیل ہو سکتے ہیں۔

کتابچے میں پیش کردہ معلومات نہ ڈاکٹری مشورہ ہے اور نہ ڈاکٹری مشورے کا نعم البدل۔

BLUE VEINS

Awareness . Action . Advocacy

چھاتی کا کینسر

چھاتی کا کینسر:

دُنیا بھر میں عورتوں کی ایک بڑی تعداد کو کینسر کے موذی مرض نے لپیٹ رکھا ہے جس میں سب سے عام قسم چھاتی کے کینسر کی ہے۔

چھاتی کی ساخت:

چھاتی زیادہ تر چربی اور ٹشوز پر مشتمل ہوتی ہے۔ چھاتی کے ٹشوز لوبز (Lobes) پر مشتمل ہوتے ہیں اور ہر ایک لوب (Lobe) میں بہت سے لوبیولز (Lobules) ہوتے ہیں جو کہ دودھ پیدا کرتے ہیں۔ لوبیولز (Lobules) نالیوں (Ducts) کے ساتھ منسلک ہوتے ہیں جو کہ دودھ پلانے کے دوران دودھ کو نپل تک پہنچاتے ہیں۔ ہر چھاتی میں 5 سے 10 نالیوں کے نظام (Ductal System) ہوتے ہیں جس میں سے ہر ایک اپنے طور پر نپل میں کُھلتا ہے۔ چھاتی میں اعصاب ،خون کی رگیں اور لمف کی نالیاں (Lymph Ducts) جن میں لمف (Lumph) ہوتا ہے جو کہ ایک بے رنگ مائع ہے اور Connective Tissue جو کہ تمام چیزوں کو اپنی جگہ پر رہنے میں مدد دیتے ہیں سینے کا اہم پٹھہ ہر چھاتی کے نیچے ہوتا ہے اور پسلیوں کو ڈھانپے رکھتا ہے۔

چھاتی کے کینسر کے بارے میں غلط فہمیاں اور حقائق:

چھاتی کے کینسر کے بارے میں جو غلط فہمیاں اور حقائق ہیں ان کو چار درجوں میں تقسیم کیا جاسکتا ہے جو درج ذیل ہیں:

1:- چھاتی کے کینسر ہونے کے بارے میں غلط فہمیاں اور حقائق۔

2:- چھاتی کے کینسر کی تشخیص کے بارے میں غلط فہمیاں اور حقائق۔

3:- چھاتی کے کینسر کے علاج اور اسکے بعد کے مسائل کے بارے میں غلط فہمیاں اور حقائق۔

4:- چھاتی کے کینسر کے بارے میں سماجی غلط فہمیاں اور حقائق۔

چھاتی کے کینسر ہونے کے بارے میں غلط فہمیاں اور حقائق:۔

غلط فہمی	حقیقت
1) چھاتی کا کینسر موت کا پیغام ہے۔	اگر اس کی تشخیص اور علاج ابتدائی مراحل میں شروع ہوئے تو چھاتی کا کینسر موت کا سبب نہیں بنتا۔ بروقت تشخیص اور علاج سے زندگی اور چھاتیاں بچائی جاسکتی ہیں۔
2) اگر کسی عورت کی چھاتیاں بڑی ہوں تو اسے چھاتی کے کینسر کا خطرہ بھی زیادہ ہے۔	تحقیق سے یہ بات ثابت نہیں ہوتی ۔ عورتیں چھاتیاں چھوٹی ہونے کے باوجود چھاتی کے کینسر میں مبتلا ہیں۔ موٹاپے کی وجہ سے بہر صورت یہ خطرہ بڑھ سکتا ہے۔

3) چھاتی کی تمام گلٹیاں کینسر کا باعث بنتی ہیں۔

80 فیصد چھاتی کی گلٹیاں کینسر کا باعث نہیں ہوتیں۔

4) چھاتی کا کینسر ایک متعدی بیماری ہے۔

چھاتی کا کینسر چھوت چھات والا مرض نہیں ہے یعنی چھونے سے، ایک ہی برتن میں پانی پینے، اکٹھا کھانے، ایک ہی گھر میں رہنے یا جنسی تعلقات سے نہیں ہوتا۔

5) بعض ٹیلکم پاوڈر، باڈی سپرے اور زیر جامہ چھاتی کے کینسر کا باعث بن سکتے ہیں۔

تاحال کوئی مستند سائنسی بنیاد ان دعووں کی تصدیق نہیں کرتی۔

6) چھاتی کی تمام گلٹیاں کینسر والی ہوتی ہیں۔

ہر 10 میں سے 9 چھاتیوں میں بننے والی گلٹیاں کینسر والی نہیں ہوتیں۔

7) چھاتی پر لگنے والی چوٹ کینسر کا باعث بن سکتی ہے۔

چھاتی پر لگنے والی چوٹ، ضرب یا خراش چھاتی کے کینسر کا باعث نہیں بنتی۔ اگر کینسر چھاتی میں ایسی جگہ نمودار ہو جہاں زخم ہو یا پہلے رہ چکا ہو تو یہ محض اتفاق ہوگا۔

8) چھاتی کا کینسر ہمیشہ گلٹی کی صورت میں ظاہر ہوتا ہے۔

گلٹی چھاتی کے کینسر کی علامت ہو سکتی ہے۔اس کے علاوہ چھاتی کے کینسر کی اور بھی علامات ہوتی ہیں۔

9) چھاتی کے کینسر کی گلٹیاں تکلیف دہ ہوتی ہیں اور تیزی سے بڑھتی ہیں۔

چھاتی کے کینسر کی اکثر گلٹیاں غیر تکلیف دہ، سخت اور کئی ماہواریوں کے بعد بھی جگہ نہیں بدلتیں۔ عموماً ان کی بڑھوتری کی رفتار سست ہوتی ہے۔

10) کافی کا استعمال عورتوں میں چھاتی کے کینسر کے خطرے کو بڑھا دیتا ہے۔

کافی چھاتی کے کینسر کا باعث نہیں بنتی بلکہ کئی مطالعات سے یہ بات سامنے آئی ہے کہ درحقیقت کافی کینسر کو روکنے میں مددگار ثابت ہوتی ہے۔

11) کیڑے مار ادویات اور مضر کیمیکل چھاتی کے کینسر کا سبب بنتے ہیں۔

سائنسی مطالعات اس چیز کی نفی کرتے ہیں آج تک سائنس یہ بتانے میں ناکام رہی ہے کہ چھاتی کا کینسر کن وجوہات کی بنا پر ہوتا ہے۔

12) بچے کو اپنا دودھ پلانا چھاتی کے کینسر کا سبب بنتا ہے۔

بچے کو اپنا دودھ پلانا چھاتی کے کینسر کا سبب نہیں بنتا بلکہ یہ اس خطرے کو کم کر دیتا ہے لیکن یہ اس بات کی ضمانت نہیں کہ اپنا دودھ پلانے کے بعد عورت چھاتی کے کینسر کا شکار نہیں ہو گی۔

13) مانع حمل گولیوں کے استعمال سے چھاتی کا کینسر ہوتا ہے۔

مانع حمل گولیوں کا استعمال چھاتی کے کینسر کا باعث نہیں بنتا لیکن پھر بھی مانع حمل گولیوں کا استعمال مستند ڈاکٹر کے مشورے سے کرنا چاہیئے۔ آج کل مانع حمل گولیوں میں ایسٹروجن اور پروجیسٹرون ہارمونز کی خفیف مقدار استعمال کی جاتی ہے جو کہ چھاتی کے کینسر کا باعث نہیں بنتی۔ بعض تحقیقات کے مطابق ماضی میں استعمال ہونے والی زیادہ مقدار کی گولیاں چھاتی کے کینسر کے خطرے کو بڑھا سکتی تھیں۔

14) نپل میں سے کسی بھی قسم کی رطوبت کا اخراج چھاتی کے کینسر کو ظاہر کرتا ہے۔

یہ علامات پریشان کن ہو سکتی ہیں اگر:۔ رطوبت ☆ خون کی طرح ہو یا اسکا رنگ ہلکا گلابی یا نسواری ہو۔

☆ لیس دار، شفاف، نسواری یا کالا ہو۔

☆ نپل کو دبائے بغیر وقفے وقفے سے خارج ہو۔

☆ مستقل ہو۔

☆ ایک چھاتی سے اخراج ہو۔

☆ دودھ کے علاوہ کوئی اور مائع ہو۔

☆ ان تمام کے علاوہ خارج ہونے والی رطوبت کینسر کی علامت نہیں ہے۔

چھاتی کے کینسر کی تشخیص کے بارے میں غلط فہمیاں اور حقائق:۔

1) ذاتی معائنہ صرف نہانے کے دوران ہی کیا جاسکتا ہے۔	ماہانہ ذاتی معائنہ نہاتے ہوئے بھی کیا جاسکتا ہے تاہم ذاتی معائنہ کے مختلف طریقے اور پوزیشن ہیں مثال کے طور پر لیٹ کر یا پھر آئینے کے سامنے کھڑے ہوکر۔
2) اگر میموگرام (چھاتی کا ایکسرے) میں کوئی غیر معمولی تبدیلی نہ ہو تو کیا عورتیں چھاتی کے کینسر سے محفوظ ہیں۔	کینسر کسی بھی وقت ہوسکتا ہے تاہم بڑھتی ہوئی عمر کے ساتھ میموگرام کو سالانہ یا سال میں دو مرتبہ، ماہانہ ذاتی معائنہ اور سال میں ایک مرتبہ ڈاکٹری

معائنہ کیساتھ کرنا چاہیئے تا کہ کسی بھی غیر معمولی تبدیلی کا پتہ لگایا جاسکے اور ڈاکٹر سے رجوع کیا جاسکے۔

3) میموگرافی چھاتی کے کینسر کو روک سکتی ہے۔	میموگرافی چھاتی کے کینسر کو نہیں روک سکتی کیونکہ یہ بیماری کو اسکے ابتدائی مرحلے میں تشخیص کرنے کا محض ایک ذریعہ ہے۔
4) میموگرافی کی شعاعیں خطرناک ہوتی ہیں۔	میموگرافی میں استعمال ہونے والی شعاعوں کی مقدار اور شدت بہت کم ہوتی ہے۔
5) سن بلوغت کے بعد ہر سال میموگرافی کروانی چاہیئے۔	بعض ماہرین کے مطابق 35 سال سے کم عمر عورتوں کو میموگرافی نہیں کروانی چاہیئے جبکہ 35 سے 40 سال کے بعد سال میں ایک مرتبہ میموگرافی ضرور کروانی چاہیئے بالخصوص اُن عورتوں کو جن کے خاندان میں یہ مرض پایا جاتا ہے۔

6) ابتدائی تشخیص کے لئے کیجانے والی میموگرافی **100** فیصد درست ہوتی ہے۔

میموگرافی چھاتی کے کینسر کی **85** سے **90** فیصد تشخیص کرتی ہے۔ بہت سی غیر معمولی تبدیلیاں میموگرافی سے معلوم ہو جاتی ہیں جبکہ کچھ معلوم نہیں ہوتیں۔

چھاتی کے کینسر کے علاج اور اسکے بعد کے مسائل کے بارے میں غلط فہمیاں اور حقائق:۔

1) متاثرہ چھاتی کو جسم سے الگ کر دینا ہی کینسر کا واحد علاج ہے۔

متاثرہ چھاتی کو جسم سے الگ کر دینا ہی کینسر کا واحد علاج نہیں ہے۔ جدید ٹیکنالوجی اور طریقہ کار کی بدولت مختلف طریقوں سے چھاتی کے کینسر کا علاج کیا جا سکتا ہے تاہم اس کا انحصار کینسر کی تشخیص کے مرحلے اور قسم پر ہے۔

2) متاثرہ چھاتی کو جسم سے ہٹا دینے سے کینسر کا خطرہ ہمیشہ کیلئے ٹل جاتا ہے۔

متاثرہ چھاتی کو جسم سے ہٹا دینا اس بات کی ضمانت نہیں دیتا کہ چھاتی کا کینسر دوبارہ نہیں ہوگا۔

3) کیموتھراپی سے عورت کے جسم کے تمام بال جھڑ جاتے ہیں۔

بالوں کا جھڑنا کیموتھراپی کا ایک عارضی اثر ہوتا ہے۔اس کا انحصار ادویات کی نوعیت، دوا کے استعمال اور علاج کے دورانیہ پر ہے اکثر اوقات کیموتھراپی کے خاتمے پر بال دوبارہ اگنا شروع ہو جاتے ہیں۔

4) وہ عورتیں جن کو چھاتی کا کینسر ہو چکا ہو انہیں حاملہ نہیں ہونا چاہیئے۔

بعض تحقیقات سے یہ بات سامنے آئی ہے کہ حاملہ ہونے سے ایک عورت کے جسم میں جو تبدیلیاں رونما ہوتی ہیں اُس کا چھاتی کے کینسر سے کوئی تعلق نہیں ہے متاثرہ عورت کو حمل سے پہلے مستند ڈاکٹر سے مشورہ کر لینا چاہیئے۔

چھاتی کے کینسر کے بارے میں سماجی غلط فہمیاں اور حقائق:۔

1) جن عورتوں کو چھاتی کا کینسر ہوتا ہے وہ عموماً اچھے کردار کی نہیں ہوتیں۔

نہایت بدقسمتی کی بات ہے کہ بڑھتی ہوئی شرح تعلیم کے باوجود آج بھی عوام کی ایک بڑی تعداد بالخصوص پسماندہ طبقوں میں یہ سمجھا جاتا

ہے کہ چھاتی کا کینسر ان عورتوں کو ہوتا ہے جو کسی اخلاقی گراوٹ کا شکار ہوتی ہیں۔ یہ نظریہ

بالکل باطل ہے۔ کوئی بھی عورت بلالحاظ خاندان ،کردار، مذہب یا شناخت کے چھاتی کے کینسر کا شکار ہو سکتی ہے۔

2) چھاتی کا کینسر ایک مغربی بیماری ہے اور یہ ہماری عورتوں کا مسئلہ نہیں ہے۔

وقت آ گیا ہے کہ اس حقیقت کو تسلیم کیا جائے کہ چھاتی کا کینسر محض ایک مغربی بیماری نہیں ہے۔ چھاتی کا کینسر دُنیا کے کسی ایک خطے تک محدود نہیں ہے۔ دیگر ممالک کی طرح ہمارے ملک کی عورتوں کی ایک بڑی تعداد بھی چھاتی کے کینسر کا شکار ہیں اور ان کی تعداد میں روز بروز اضافہ ہو رہا ہے۔

3) علاج کے دوران چھاتی کے کینسر سے دوچار عورت کو گھر کے دیگر افراد سے الگ تھلگ رکھنا چاہیئے۔

چھاتی کے کینسر سے دوچار عورت کو جذباتی سہارے اور گھر کے دیگر افراد کے بھرپور تعاون کی ضرورت ہوتی ہے۔ الگ تھلگ کر دینے

سے مریض مایوسی کا شکار ہو جاتا ہے۔ اس لئے ضروری ہے کہ اس ساتھ محبت، شفقت اور تعاون سے پیش آنا چاہیئے۔

4) چھاتی کا کینسر غیر اسلامی طور طریقے اپنانے سے ہوتا ہے۔	مذہب کے تحت زندگی بسر کرنا اچھی بات ہے لیکن چھاتی کا کینسر دیگر بیماریوں کی طرح ایک بیماری ہے جس سے بچاؤ تو اگرچہ ممکن نہیں لیکن اگر بروقت تشخیص کردی جائے تو علاج ممکن ہے۔
5) چھاتی کا کینسر عموماً امیر طبقے میں پایا جاتا ہے۔	یہ تاثر غلط ہے۔ چھاتی کے کینسر کا معاشی خوشحالی یا بدحالی سے کوئی تعلق نہیں ہے دُنیا بھر میں امیر اور غریب عورتیں یکساں طور پر چھاتی کے کینسر کا شکار ہیں۔