ಪತ್ರಿಕಾ ಪ್ರಕಟಣೆಗಾಗಿ

ಫೆಬ್ರವರಿ 4, ವಿಶ್ವ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಜಾಗೃತಿ ದಿನ

ಘೋಷಣೆ "ನಾನು ಸಿದ್ಧ ಮತ್ತು ನಾನು ಮಾಡಿಯೇ ತೀರುತ್ತೇನೆ"

ಸಮಸ್ಯೆಯ ಪ್ರಮಾಣ: ಜಾಗತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಸಂಭವಿಸಬಹುದಾದ 6 ಸಾವುಗಳಲ್ಲಿ 1 ಸಾವು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗದಿಂದ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ. 2018 ರಲ್ಲಿ 9.6 ಮಿಲಿಯನ್ ಸಾವುಗಳು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನಿಂದ ಸಂಭವಿಸಿವೆ. ಈ ರೀತಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗವು ಸಾವಿನ ಸರಣಿಯಲ್ಲಿ ಎರಡನೇ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿದೆ. ಈ ಸಾವುಗಳಲ್ಲಿ ಶೇ.70 ರಷ್ಟು ಸಾವುಗಳು ಕೆಳ ಮತ್ತು ಮಧ್ಯಮ ಆದಾಯದ ರಾಷ್ಟ್ರಗಳಲ್ಲಿಯೇ ಜರುಗುತ್ತಿವೆ.

ರಾಷ್ಟ್ರ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ:

ಭಾರತೀಯ ಸಂಶೋಧನಾ ಪರಿಷತ್ತಿ (ICMR) ನ 2012–2016 ರವರೆಗಿನ ವರದಿಯಂತೆ ಸಮುದಾಯ ಮಟ್ಟದ ದಾಖಲೆಯಂತೆ 4,27,524 ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗಿಗಳು ಹಾಗೂ ಸಂಸ್ಥಾವಾರು ದಾಖಲೆಯಂತೆ 6,67,666 ಪ್ರಕರಣಗಳು (ಒಟ್ಟು: 109590 ಪ್ರಕರಣಗಳು) ಸಂಭವಿಸುತ್ತಿರುತ್ತವೆ.

ಪುರುಷರಲ್ಲಿ ಶ್ವಾಸಕೋಶದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್, ಬಾಯಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್, ಜಠರ ಮತ್ತು ಅನ್ನನಾಳದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಕಂಡು ಬಂದರೆ; ಸ್ತ್ರೀಯರಲ್ಲಿ ಸ್ತನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್, ಗರ್ಭಕಂಠ ಮತ್ತು ಗರ್ಭಕೋಶದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗಳು ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಕಂಡು ಬರುತ್ತಿವೆ.

ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ ಶೇ.10 ರಷ್ಟು ಶ್ವಾಸಕೋಶದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್, ಶೇ.7 ರಷ್ಟು ಜಠರ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಮತ್ತು ಶೇ.6 ರಷ್ಟು ಪ್ರಾಸ್ಟೇಟ್ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಪುರುಷರಲ್ಲಿಯೂ; ಸ್ತ್ರೀಯರಲ್ಲಿ ಶೇ.28 ಸ್ತನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್, ಶೇ.12 ರಷ್ಟು ಗರ್ಭಕಂಠದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಮತ್ತು ಶೇ. 6ರಷ್ಟು ಅಂಡಾಶಯದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಕಂಡು ಬರುತ್ತಿರುವುದು ಧೃಡಪಟ್ಟಿರುತ್ತದೆ.

ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಅಡಿ ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ ಈವರೆಗೆ 5862 ರೋಗಿಗಳನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ, ರೋಗಿಗಳನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಒಳಪಡಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಉಂಟು ಮಾಡುವ ಪ್ರಮುಖ ಕಾರಣಗಳು:

- ಶೇ. ಮೂರನೇ ಒಂದರಷ್ಟು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗಳಿಗೆ ಜೀವನಶೈಲಿ ಮತ್ತು ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಈ ಕೆಳಗಿನ 5 ಅಂಶಗಳು ಕಾರಣವಾಗಿದೆ.

1. ಹೆಚ್ಚಿನ ದೇಹವಿನ್ಯಾಸ (High body mass index)
2. ಕಡಿಮೆ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಹಣ್ಣು ಮತ್ತು ತರಕಾರಿಗಳ ಸೇವನೆ
3. ಕಡಿಮೆ ದೈಹಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆ
4. ತಂಬಾಕು ಸೇವನೆ ಮತ್ತು

5. ಮದ್ಯಪಾನ

- ತಂಬಾಕು ಸೇವನೆಯೊಂದರಿಂದಲೇ ಶೇ.22ರಷ್ಟು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಸಂಬಂಧಿ ಸಾವುಗಳು ಜಗತ್ತಿನಾದ್ಯಂತ ಜರುಗುತ್ತಿದೆ.
- ಮಧ್ಯಮ ಮತ್ತು ಕೆಳ ಆದಾಯದ ರಾಷ್ಟ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಶೇ. 25 ರಷ್ಟು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗಳು ಹೆಪಟೈಟಿಸ್ ಮತ್ತು ಹೆಚ್‌ಪಿವಿ (HPV-Human Papilloma Virus) ವೈರಸ್‌ನಿಂದಲೇ ಸಂಭವಿಸುತ್ತಿವೆ.
- ಇತರೆ ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣಗಳೆಂದರೆ: ವಿಕಿರಣಗಳು, ಅಲ್ಟ್ರಾವಯಲೆಟ್ ಕಿರಣಗಳು (Ultra violent radiation), ನಗರಗಳಲ್ಲಿ ವಾಯುಮಾಲಿನ್ಯ ಮತ್ತು ಗೃಹಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಅಡಿಗೆಗೆ ಕಟ್ಟಿಗೆ ಮತ್ತು ಬೆರಣಿ ಬಳಸುವುದು

ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ತಡೆಯುವ ಬಗೆ:

- ಮೇಲೆ ಉಲ್ಲೇಖಿಸಿದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಕಾರಕಗಳನ್ನು ತಡೆಯುವುದು
- ಹೆಚ್.ಪಿ.ವಿ ಮತ್ತು ಹೆಪಟೈಟಿಸ್ ಬಿ ಗಳಿಗೆ ಲಸಿಕೆ ಲಭ್ಯವಿದ್ದು; ಇದರ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯುವುದು
- ಕೆಲಸದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ವಿಕಿರಣಗಳ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಆದಷ್ಟೂ ತಡೆಯುವುದು.
- ವೈದ್ಯಕೀಯ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಕ್ಷ–ಕಿರಣಗಳಿಂದ ಹಾನಿಯಾಗದಂತೆ ಕ್ರಮ ವಹಿಸುವುದು.

ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಮುಕ್ತಿಗೆ ಮೂರು ಮುಖ್ಯ ಮಂತ್ರಗಳು:

1. ಅರಿವು ಮೂಡಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಆರೈಕೆಗೆ ಅವಕಾಶಗಳನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸುವುದು
2. ಶೀಘ್ರ ಪತ್ತೆ ಮತ್ತು ಸಕಾಲದಲ್ಲಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ
3. ಎಲ್ಲರಗೂ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಲಭ್ಯವಾಗುವಂತೆ ಕ್ರಮ ವಹಿಸುವುದು.

ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ:

ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್, ಮಧುಮೇಹ, ಹೃದಯರೋಗ ಮತ್ತು ಪಾರ್ಶ್ವವಾಯು ನಿಯಂತ್ರಣ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ (NPCDCS- National Programme for Prevention and Control of Cancer, Diabetes, Cardiovascular diseases and Stroke) ದ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ 30 ವರ್ಷ ಮೇಲ್ಪಟ್ಟ ಎಲ್ಲಾ ವಯಸ್ಕರಿಗೂ ಪ್ರತಿ 5 ವರ್ಷಕ್ಕೆ ಒಂದು ಬಾರಿಯಂತೆ ಬಾಯಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್, ಸ್ತನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಮತ್ತು ಗರ್ಭಕಂಠದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಗೆ ಪೂರ್ವಭಾವಿ ತಪಾಸಣೆ ಕೈಗೊಂಡು ರೋಗಪತ್ತೆ ಮತ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಒಳಪಡಿಸುವ ಅವಕಾಶವಿರುತ್ತದೆ. **ಈ ಮೂರು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗಳನ್ನು ಸಮುದಾಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಬೇಗ ಗುರುತಿಸಲೂ ಸಾಧ್ಯ ಮತ್ತು ಸಕಾಲದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಗುಣಪಡಿಸಲೂ ಸಾಧ್ಯ.** ಶೇ.34 ರಷ್ಟು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗಳು ಈ ಮೂರು ರೀತಿಯ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗಳಿಂದಲೇ ಸಂಭವಿಸುತ್ತಿರಲಾಗಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಈ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಕ್ರಮವಹಿಸಿದೆ.

ಈ ಸೌಲಭ್ಯಗಳಿಗಾಗಿ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಮತ್ತು ಆಶಾ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಯರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದಾಗಿದೆ.

ಉಪಶಾಮಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆ:

ಮುಂದುವರೆದು ಈಗಾಗಲೇ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಪೀಡಿತರಾಗಿದ್ದು, ಉಲ್ಬಣಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿದ್ದು ವಾಸಿ ಮಾಡಲಾಗದ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ತಲುಪಿದ್ದಲ್ಲಿ, ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆಗೂ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಉಪಶಾಮಕ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ (National Programme for Palliative Care) ದ ಅಡಿ ಆರೈಕೆ ಮತ್ತು ನೋವು ನಿವಾರಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಅವಕಾಶವಿದೆ. ಈ ಸೌಲಭ್ಯಗಳು ಕಟ್ಟಕಡೆಯ ಮನುಷ್ಯನನ್ನು ಒಳಗೊಳ್ಳಬೇಕೆಂಬುದು ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಆಶಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಶೇ.80 ರಷ್ಟು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ನೋವು ನಿವಾರಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಅಗತ್ಯವಿದ್ದು, ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಮೂಲಕ ನೋವು ನಿವಾರಕ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ morphine ಮಾತ್ರೆಗಳು ಲಭ್ಯವಾಗುವಂತೆ ಕ್ರಮವಹಿಸುವುದು ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಭಾಗವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

2021 ರ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಜಾಗೃತಿ ದಿನದಂದು:

"ನಾನು ಸಿದ್ಧನಿದ್ದೇನೆ ಮತ್ತು ನಾನು ಮಾಡಿಯೇ ತೀರುತ್ತೇನೆ" ಅನ್ನುವ ಘೋಷ ವಾಕ್ಯದೊಂದಿಗೆ ಸನ್ನದ್ಧರಾಗೋಣ. ಬದಲಾವಣೆ ನಮ್ಮಿಂದಲೇ ಶುರುವಾಗಲೆಂದು ಮೊದಲು ನಾವು, ನಮ್ಮ ಕುಟುಂಬ ಮತ್ತು ಆಪ್ತರು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ತಡೆಯುವ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಪಣ ತೊಡೋಣ. 2021 ನೇ ವರ್ಷವು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ತಡೆಯುವ ಕುರಿತಂತೆ ಚರಿತ್ರಾರ್ಹ ವರ್ಷವಾಗಲೆಂದು ಪಣತೊಡೋಣ.

ರಾಜ್ಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಜಿಲ್ಲಾ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಕುರಿತಾದ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸುವ ಮತ್ತು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಶೀಘ್ರ ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚುವ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಹಮ್ಮಿಕೊಳ್ಳಲಾಗುವುದು.