एसोफैगोगैस्ट्रिक कैंसर (ग्रासनली और पेट)

सर्वोत्तम कैंसर देखभाल के लिए आपकी मार्गदर्शिका

इस गाइड के बारे में

बताएं जाने पर कि आपको ऑसोफेगोगैस्ट्रिक कैंसर है या ऑसोफेगोगैस्ट्रिक कैंसर हो सकता है, यह असहयनीय हो सकता है। शीघ्र ही बहुत कुछ घट सकता है, और आपके पास बहुत सारे प्रश्न हो सकते हैं। यह संसाधन आपको और आपके परिवार और दोस्तों को इस सब से निकलने में आपका मार्गदर्शन करके आपकी सहायता कर सकता है।

सूचना और सहायता

Cancer Council: जानकारी और सहायता के लिए, किसी अनुभवी स्वास्थ्य देखभाल पेशेवर से बात करने के लिए Cancer Council को **13 11 20** पर कॉल करें या **www.cancer.org.au** पर जाएं।

ऑसोफेगोगैस्ट्रिक कैंसर के बारे में अधिक जानकारी के लिए, अपनी स्थानीय कैंसर काउंसिल की वेबसाइट पर कैंसर काउंसिल की अंडरस्टैंडिंग ऑसोफेगोगैस्ट्रिक कैंसर पुस्तिका देखें।

Translating and Interpreting Service (TIS - अनुवाद और दुभाषिया सेवा):

यदि आपको अनुवादक की आवश्यकता है, तो टीआईएस को **13 14 50** पर कॉल करें या **www.tisnational.gov.au.** पर जाएं।

प्रारंभिक परीक्षण और रेफरल

लक्षण

यदि आपके पेट के ऊपरी हिस्से में दर्द है, तरल पदार्थ का प्रवाह विपरीत दिशा में हो रहा है, निगलने में मुश्किल हो रही है, खून की उल्टी हो रही है या अस्पष्टीकृत वजन घटाने का अनुभव हो रहा है, तो अपने सामान्य चिकित्सक (जीपी) को जल्द से जल्द बताएं।

आपके प्रारंभिक परीक्षण हो सकते हैं

रक्त परीक्षण। आपके सामान्य स्वास्थ्य का आकलन करने के लिए आपके रक्त का एक नमूना लिया जाता है।

यदि आपके जीपी को लगता है कि आपको ऑसोफेगोगैस्ट्रिक कैंसर है, तो वे आपको एंडोस्कोपी करवाने के लिए एक एंडोस्कोपिस्ट के पास भेजेंगे।

एंडोस्कोपी। एक लचीली ट्यूब जिस पर कैमरा लगा होता है (जिसे 'एंडोस्कोप' कहा जाता है) आपके पेट तक पहुंचाने के लिए आपके गले के अंदर से डाली जाती है। एंडोस्कोप ऑसोफेगस और पेट की छवियां लेता है।

रेफरल

यदि आपके जीपी को चिंता है, तो आपको किसी सार्वजनिक अस्पताल में या निजी प्रैक्टिस में एक विशेषज्ञ (अप्पर गैस्ट्रोइंटेस्टाइनल सर्जनसर्जन) के पास भेजा जाएगा। अप्पर गैस्ट्रोइंटेस्टाइनल सर्जन वे डॉक्टर होते हैं जो ओसोफेगोगैस्ट्रिक कैंसर में अत्यधिक प्रशिक्षित होते हैं।

आप अपनी मुलाकातों में परिवार के किसी सदस्य या मित्र को अपने साथ ला सकते हैं।

समय-सीमा

आपकी एंडोस्कोपी होनी चाहिए और रेफरल के **दो सप्ताह के भीतर** एक विशेषज्ञ को दिखाना चाहिए।

यदि आप इस समय के भीतर अपने विशेषज्ञ के साथ अपॉइंटमेंट या एंडोस्कोपी के लिए अपॉइंटमेंट नहीं ले सकते हैं, तो अपने जीपी के साथ अनुवर्ती कार्रवाई करें।

वे प्रश्न जो आप पूछना चाह सकते हैं

- क्या मैं यह चुन सकता/ती हूँ कि मैं किसी सार्वजनिक अस्पताल में जाऊँ या निजी प्रैक्टिस में?
- क्या मैं अपने विशेषज्ञ को चुन सकता/ती हूँ?
- मुझे इन मुलाक़ातों के लिए कितना खर्च करना होगा?

Australian Government Cancer Australia
VICTORIA State Government
Cancer Council

निदान और स्टेज़िंग

एक एंडोस्कोपिस्ट आपके साथ आपके परीक्षण के परिणामों के बारे में बात करेगा और आपको बताएगा कि क्या कैंसर मौजूद है। इसे **निदान** करना कहा जाता है।

यदि एंडोस्कोपी कैंसर दिखाता है, तो विशेषज्ञ यह देखने के लिए अधिक परीक्षण या प्रक्रियाएं करेंगे कि आपके शरीर में कैंसर कहां है, क्या कैंसर बढ़ रहा है या फैल गया है या नहीं। इसे **स्टेजिंग** कहा जाता है। **स्टेजिंग** आपके लिए सबसे उपयुक्त इलाज तैयार करने में मदद करती है।

आपके एक परीक्षण अथवा परीक्षणों या प्रक्रियाओं का मिश्रण हो सकता है:

कंप्यूटेड टोमोग्राफी (सीटी) स्कैन। ऑसोफेगस और पेट की विस्तृत तस्वीर लेने के लिए कंप्यूटर और एक्स-रे का उपयोग किया जाता है।

पॉज़िट्रॉन एमिशन टोमोग्राफी (पीईटी) स्कैन। रेडीओऐक्टिव सामग्री की एक छोटी मात्रा को इंजेक्ट किया जाता है और आपके पूरे शरीर का स्कैन, यह देखने के लिए किया जाता है कि कैंसर कहाँ है।

एंडोस्कोपिक अल्ट्रासाउंड। आपके ऑसोफेगस और पेट के भीतर देखने के लिए एक एंडोस्कोप का उपयोग किया जाता है। यह ऑसोफेगस और पेट की तस्वीर बनाने के लिए ध्वनि तरंगों का उपयोग करता है।

एंडोस्कोपिक रिसेक्शन आपके ऑसोफेगस या पेट से ऊतक लेने के लिए एक एंडोस्कोप का उपयोग किया जाता है। यह ऐनिस्थेटिक के तहत किया जाता है ताकि आप इसे महसूस न कर सकें।

लैप्रोस्कोपी। आपके उदर या पेट के हिस्से पर छोटे-छोटे कट लगाए जाते हैं। विशेषज्ञ कट के माध्यम से आपके पेट में कैमरे के साथ एक छोटी ट्यूब डालता है। इसे लैप्रोस्कोपी कहते हैं। यह ऐनिस्थेटिक के तहत किया जाता है (आपको सोने के लिए रखा जाएगा) ताकि आप इसे महसूस न कर सकें। इसका उपयोग ऐसे कैंसर का पता लगाने के लिए किया जाता है जो बहुत छोटे होते हैं जिन्हें सीटी या पीईटी स्कैन पर देखा जा सकता है। यह टेस्ट सिर्फ पेट के कैंसर के लिए होता है।

समय-सीमा

आपके परीक्षण होने के **दो सप्ताह के भीतर** परिणाम उपलब्ध होने चाहिए।

वे प्रश्न जो आप पूछना चाह सकते हैं

- एसोफैगोगैस्ट्रिक कैंसर क्या है?
- मेरी कौन सी जाँचें होंगी?
- परीक्षणों/मुलाकातों की लागत कितनी होगी?
- मेरा इलाज कहाँ होना चाहिए? क्या मेरे पास कोई विकल्प है?
- मेरा कैंसर किस ग्रेड का है?
- मेरे लिए कौन सी सहायता सेवाएं उपलब्ध हैं?

उपचार

एसोफैगोगैस्ट्रिक कैंसर के इलाज के कई तरीके हैं। आपका विशेषज्ञ आपके उपचार के विकल्पों के बारे में आपसे बात करेगा।

विशेषज्ञों की एक टीम द्वारा आपका इलाज किया जाएगा, और सर्वोत्तम परिणामों के लिए आपको एक से अधिक प्रकार के उपचारों की आवश्यकता हो सकती है। आपके इलाज की योजना बनाने के लिए टीम आपके और आपके परिवार या देखभालकर्ता के साथ मिल कर काम करेगी।

आपका कोई एक उपचार या कई उपचारों का मिश्रण हो सकता है:

इंडोस्कोपिक उपचार। आपका विशेषज्ञ विभिन्न उपचारों के लिए एंडोस्कोप का उपयोग कर सकता है। इन उपचारों का उपयोग किया जाता है यदि आपको प्रारंभिक ओसोफेगोगैस्ट्रिक कैंसर है। इनका उपयोग कैंसर को बढ़ने से रोकने के लिए भी किया जा सकता है।

सर्जरी वह स्थान है जहां से कैंसर काटकर निकाला जाता है।

रेडीएशन थेरपी कैंसर कोशिकाओं को मारने और कैंसर को बढ़ने से रोकने के लिए एक्स-रे का उपयोग करती है। इसका उपयोग सर्जरी या कीमोथेरेपी के साथ किया जा सकता है। यदि कैंसर फैल गया है तो इसका उपयोग किया जा सकता है।

कीमोथेरेपी या ड्रग थेरेपी कैंसर कोशिकाओं को मारने और कैंसर को बढ़ने से रोकने के लिए दवाओं का उपयोग करती है। यदि कैंसर फैल गया है तो इसका उपयोग किया जा सकता है।

स्टेंट। आपके ऑसोफेगस में लचीली जाली की एक ट्यूब डाली जाती है। इसे स्टेंट कहते हैं। इसका उपयोग आपके ऑसोफेगस को चौड़ा करने के लिए किया जाता है ताकि खाद्य पदार्थ और तरल पदार्थ पेट तक आसानी से पहुंच सकें।

अधिक जानकारी के लिए **www.cancer.org.au/cancer-information/treatment.** देखें

सहायक देखभाल (उपचार या सेवाएं जो कैंसर से जूझते समय आपकी सहायता करती हैं) भी उपलब्ध हैं।

समय-सीमा

आपकी उपचार योजना से सहमत होने के **दो सप्ताह के भीतर** उपचार शुरू हो जाना चाहिए।

आप अपने जीपी से दूसरी राय के लिए किसी अन्य विशेषज्ञ के पास रेफ़रल देने के लिए कह सकते हैं।

क्लिनिकल परीक्षण

आपको क्लिनिकल परीक्षण में भाग लेने के लिए कहा जा सकता है। क्लिनिकल परीक्षणों का उपयोग यह पता लगाने के लिए किया जाता है कि क्या नए उपचार सुरक्षित हैं और वर्तमान उपचारों की तुलना में बेहतर काम करते हैं। क्लिनिकल परीक्षणों के कारण, कैंसर से पीड़ित बहुत से लोग अब बेहतर जीवन स्तर के साथ लंबा जीवन जी रहे हैं।

अधिक जानकारी के लिए देखें **www.australiancancertrials.gov.au.**

पूरक उपचार

अपनी स्वास्थ्य देखभाल टीम से किसी भी पूरक उपचार (जिसमे विटामिन जैसे आहार पूरक शामिल हैं) के बारे में बात करें जो आप उपयोग करते/ती हैं या उपयोग करना चाहते/ती हैं। हो सकता है कि विटामिन जैसी कोई आम चीज आपके उपचार के साथ अच्छी तरह से काम न करे।

अगर आप धूम्रपान करते हैं

धूम्रपान बंद करना सबसे महत्वपूर्ण चीजों में से एक है जो आप अपने स्वास्थ्य और भलाई को बेहतर बनाने के लिए कर सकते हैं। धूम्रपान बंद करने से उपचार कितनी अच्छी तरह काम करता है, सर्जरी के दौरान जटिलताओं के जोखिम को कम कर सकता है और सर्जरी के बाद स्वास्थ्य लाभ में सुधार कर सकता है। धूम्रपान रोकने के लिए व्यक्तिगत और गोपनीय सहायता के लिए क्विटलाइन को **13 78 48** पर कॉल करें, अपने जीपी या विशेषज्ञ से बात करें और **www.quit.org.au** पर जाएं।

वे प्रश्न जो आप पूछना चाह सकते हैं

- आप किस उपचार की सलाह देते हैं?
- मुझे इलाज के लिए कहाँ जाना होगा?
- इलाज पर कितना खर्च आएगा और कितना खर्चा मुझे स्वयं वहन करना होगा?
- उपचार के दौरान और बाद में मुझे कौन सी गतिविधियाँ/व्यायाम से मदद मिलेगी?
- क्या मैं अभी भी काम कर सकता/ती हूँ?
- यह उपचार मेरे दैनिक जीवन को कैसे प्रभावित करेगा?
- मेरी टीम में कौन से लोग हैं और मेरा मुख्य संपर्क व्यक्ति कौन है?
- क्या मुझे आहार विशेषज्ञ को मिलना चाहिए?
- उपचार से मुझे क्या दुष्प्रभाव हो सकते हैं?
- अगर मैं अस्वस्थ महसूस कर रहा/रही हूँ या मेरे कोई प्रश्न हों तो मैं किससे संपर्क करूँ?
- क्या इलाज से बच्चा पैदा करने की मेरी क्षमता प्रभावित होगी?

लागत के बारे में निर्णय

आपको कुछ मुलाकातों, परीक्षणों, दवाओं, आवास, यात्रा या पार्किंग के लिए भुगतान करना पड़ सकता है।

अपने जीपी, विशेषज्ञ या निजी स्वास्थ्य बीमाकर्ता से बात करें (यदि आपके पास कोई एक है) यह समझने के लिए कि क्या कवर किया गया है और आपकी जेब से खर्च क्या हो सकता है।

यदि लागतों को लेकर आपकी कोई चिंता है, तो अपनी स्वास्थ्य सेवा टीम या किसी सामाजिक कार्यकर्ता से इस बारे में बात करें:

- बल्क-बिल किया जा रहा है या सार्वजनिक प्रणाली में इलाज किया जा रहा है
- उपचार के दौरान आवास में मदद
- आपके उपचार का संभावित वित्तीय प्रभाव

वित्तीय सहायता के बारे में स्वास्थ्य देखभाल पेशेवर से बात करने के लिए आप कैंसर काउंसिल को **13 11 20** पर कॉल कर सकते हैं।

लागतों के बारे में अधिक जानकारी के लिए देखें **www.cancer.org.au/support-and-services/practical-and-financial-assistance** तथा **www.cancer.org.au/support-and-services/practical-and-financial-assistance/what-will-i-have-to-pay-for-treatment.**

स्वास्थ्य लाभ

कैंसर के उपचार से कई प्रकार के शारीरिक और भावनात्मक परिवर्तन हो सकते हैं।

अनुवर्ती देखभाल योजना

आपकी स्वास्थ्य सेवा टीम आपके और आपके जीपी के लिए एक योजना तैयार करने के लिए आपके साथ मिल कर काम करेगी। यह योजना बताएगी:

- उपचार के बाद आपके संपर्क के लिए मुख्य व्यक्ति कौन है
- आपको कितनी बार चेक-अप करवाना चाहिए और इसमें कौन से परीक्षण शामिल होंगे
- उपचार के दुष्प्रभावों की पहचान करना और उनसे निपटना
- यदि आपको लगता है कि कैंसर दोबारा हो गया है या बढ़ गया है, तो जल्द सहायता कैसे प्राप्त करें।

बहुत से लोग चिंतित महसूस करते हैं कि कैंसर वापस आ जाएगा। आपकी विशेषज्ञ और स्वास्थ्य देखभाल टीम आपकी आवश्यकताओं के बारे में आपसे बात करेगी और आपको अन्य स्वास्थ्य देखभाल पेशेवरों और सामुदायिक सहायता सेवाओं के लिए भेज सकती है।

अन्य जानकारी जो आपको मिल सकती है:

- यदि दोबारा से कैंसर हो जाता है तो उसका पता लगाने के संकेत और लक्षण
- उपचार के देर से प्रभाव और विशेषज्ञ, आपको यह देखने की आवश्यकता हो सकती है कि स्वस्थ जीवन शैली के विकल्प कैसे बनाएं ताकि आपको ठीक होने और अच्छी तरह से रहने का सबसे अच्छा मौका मिल सके।

अधिक जानकारी के लिए **www.cancer.org.au/cancer-information/after-a-diagnosis/after-cancer-treatment** पर जाएं।

वे प्रश्न जो आप पूछना चाह सकते हैं

- अगर मैं अस्वस्थ महसूस करता/ती हूँ तो मुझे किससे संपर्क करना चाहिए?
- मैं यथासंभव स्वस्थ रहने के लिए क्या कर सकता/ती हूँ?
- मुझे और सहायता कहाँ से मिल सकती है?

बढ़े हुए कैंसर के साथ रहना

यदि कैंसर दोबारा हो जाता है

कैंसर उपचार के बाद उसी स्थान पर वापस आ सकता है या आपके शरीर में कहीं अलग दिखाई दे सकता है।

यदि कैंसर दोबारा होता है, तो आपको उसी विशेषज्ञ के पास या अस्पताल में भेजा जा सकता है जहाँ आपका पहले इलाज किया गया था, या फिर किसी अन्य विशेषज्ञ के पास भेजा जा सकता है।

उपचार इस बात पर निर्भर करेगा कि कैंसर कितना अधिक फ़ैल गया है, यह कितनी तेजी से बढ़ रहा है और आप किन लक्षणों का अनुभव कर रहे/ही हैं।

वे प्रश्न जो आप पूछना चाह सकते हैं

- कैंसर कहाँ पर है और क्या यह फैल गया है?
- मेरे इलाज के लिए क्या विकल्प हैं?
- क्या संभावना है कि उपचार इस बार काम करेगा?
- क्या कोई क्लिनिकल परीक्षण उपलब्ध है?
- मुझे और कहाँ से सहायता मिल सकती है?

अग्रिम देखभाल योजना

आपका जीपी या स्वास्थ्य सेवा टीम आप से, आपके परिवार और देखभालकर्ता से आपके भविष्य के उपचार और चिकित्सा आवश्यकताओं के बारे में बात कर सकते है।

अग्रिम देखभाल निर्देश

इसे कभी-कभी जीवन की वसीयत (लिविंग विल) भी कहा जाता है, यह एक अग्रिम देखभाल निर्देश एक कानूनी रूप से बाध्यकारी दस्तावेज है जिसे आप अपने परिवार और स्वास्थ्य सेवा टीम को उस उपचार और देखभाल के बारे में बताने के लिए तैयार करते हैं जो आप चाहते हैं कि आपको दिया जाए या आपको न दिया जाए, यदि आप स्वयं उन निर्णयों को लेने के लिए अस्वस्थ हो जाते हैं। अधिक जानकारी के लिए देखें **www.advancecareplanning.org.au.**

पैलीएटिव केयर

आपका विशेषज्ञ आपको पैलीएटिव केयर सेवाओं के लिए भेज सकता है, लेकिन इसका मतलब हमेशा जीवन के अंत तक की देखभाल नहीं होता है। आजकल लोगों को यदि कैंसर है या उनका कैंसर वापस आ जाता है तो इन सेवाओं के लिए काफ़ी पहले भेजा जा सकता है। पैलीएटिव केयर आपको यथासंभव अच्छा जीवन जीने में मदद कर सकती है जिसमे दर्द व लक्षणों को प्रबंधित करना शामिल है। यह देखभाल घर पर, अस्पताल में या आपके द्वारा चुने गए किसी अन्य स्थान पर हो सकती है।

अपने जीपी या विशेषज्ञ से बात करें या **www.palliativecare.org.au** पर जाएं।

उपचार के निर्णय लेना

आप इलाज बिल्कुल भी न करवाने का निर्णय ले सकते हैं , या केवल दर्द और परेशानी को कम करने के लिए कुछ उपचार ले सकते हैं। हो सकता है कि आप अपने निर्णय के बारे में अपनी स्वास्थ्य देखभाल टीम, जीपी, परिवार और देखभालकर्ता के साथ विचार विमर्श करना चाहें। अधिक जानकारी के लिए देखें **www.cancer.org.au/cancer-information/treatment/advanced-cancer-treatment**

वे प्रश्न जो आप पूछना चाह सकते हैं

- मेरे लक्षणों को कम करने के लिए आप क्या कर सकते हैं?
- अगर मेरा परिवार और मित्र घर पर मेरी देखभाल करते हैं तो मुझे क्या अतिरिक्त सहायता मिल सकती है?
- क्या आप मेरे परिवार से बात करने में मेरी मदद कर सकते हैं कि क्या हो रहा है?
- मेरे परिवार या देखभालकर्ता के लिए क्या सहायता उपलब्ध है?
- क्या मुझे सामुदायिक सहायता सेवा के लिए भेजा जा सकता है?

अस्वीकरण (डिस्क्लेमर): हमेशा अपने चिकित्सक से उन मामलों के बारे में परामर्श करें जो आपके स्वास्थ्य को प्रभावित करते हैं। इस मार्गदर्शिका का उद्देश्य एक सामान्य परिचय देना है और यह पेशेवर चिकित्सा, कानूनी या वित्तीय सलाह का विकल्प नहीं है। चिकित्सा और अनुसंधान समुदायों द्वारा कैंसर के बारे में जानकारी में लगातार सुधार और संशोधन किया जा रहा है। जबकि प्रकाशन के समय सटीकता सुनिश्चित करने के लिए सभी सावधानी बरती जाती है, कैंसर काउंसिल ऑस्ट्रेलिया और इसके सदस्य ऊपर दी गई जानकारी के उपयोग या निर्भरता से होने वाली किसी भी चोट, हानि या क्षति के लिए किसी भी दायित्व से परे हैं।

नवंबर 2021 में प्रकाशित।
यह संसाधन ऑसोफेगोगैस्ट्रिक कैंसर (द्वितीय संस्करण) से पीड़ित लोगों के लिए www.cancer.org.au/OCP पर उपलब्ध सर्वोत्तम देखभाल मार्ग की जानकारी पर आधारित है।

Australian Government
Cancer Australia

VICTORIA State Government

Cancer Council