मस्तिष्क या रीढ़ की हड्डी के ट्यूमर के निदान के बाद

American Cancer Society®

मस्तिष्क और रीढ़ की हड्डी के ट्यूमर मस्तिष्क या रीढ़ की हड्डी के अंदर असामान्य कोशिकाओं का समूह होते हैं। वे मस्तिष्क और रीढ़ की हड्डी की नसों के लिए सामान्य रूप से काम करना मुश्किल बना सकते हैं ताकि शरीर के बाकी हिस्सों के काम करने के तरीके को नियंत्रित किया जा सके। अगर आपको बताया गया है कि आपको मस्तिष्क या रीढ़ की हड्डी का ट्यूमर है, तो संभवतः आपने पहले ही स्कैन और बायोप्सी (एक परीक्षण जिसमें कैंसर की जांच के लिए कुछ ऊतक लिया जाता है) करवा लिया होगा। बायोमार्कर नामक कुछ प्रोटीन और जीन परिवर्तनों की जांच के लिए कैंसर कोशिकाओं पर अन्य परीक्षण किए गए होंगे। कैंसर फैल गया है या नहीं, यह पता लगाने के लिए आपको अन्य प्रक्रियाएं भी करवानी पड़ सकती हैं। ये परीक्षण आपके डॉक्टर को यह जानने में मदद करते हैं कि आपको किस प्रकार का मस्तिष्क या रीढ़ की हड्डी का ट्यूमर है, यह किस चरण में है और कौन सा उपचार मददगार हो सकता है।

मस्तिष्क या रीढ़ की हड्डी के ट्यूमर के प्रकार

इन ट्यूमर का नाम मस्तिष्क या रीढ़ की हड्डी के उस हिस्से के नाम पर रखा गया है जहाँ ट्यूमर बना था। ये सभी कैंसर नहीं होते; कुछ सौम्य या कैंसर रहित होते हैं। इनमें से कुछ मिश्रित प्रकार के होते हैं। सामान्य प्रकार ये हैं:

- एस्ट्रोसाइटोमा
- ओलिगोडेंड्रोग्लियोमा
- एपेंडिमोमा
- मेनिंगियोमा
- मेडुलोब्लास्टोमा
- श्वानोमा या न्यूरिलेमोमा

मस्तिष्क या रीढ़ की हड्डी के ट्यूमर का उपचार

मस्तिष्क और रीढ़ की हड्डी के ट्यूमर का इलाज करना अक्सर मुश्किल हो सकता है। आपका उपचार इस बात पर निर्भर करेगा कि आपको किस प्रकार का ट्यूमर है, यह कहाँ है, यह कितना बड़ा है और इसकी श्रेणी क्या है (वे कितनी तेज़ी से बढ़ते और फैलते हैं)। आपके उपचार के विकल्प कैंसर कोशिकाओं, आपके स्वास्थ्य और आपकी व्यक्तिगत प्राथमिकताओं पर किए गए परीक्षणों के परिणामों पर भी निर्भर करेंगे।

मस्तिष्क या रीढ़ की हड्डी के ट्यूमर से पीड़ित अधिकांश लोगों के लिए सर्जरी ही पहला उपचार है। इस्तेमाल की जाने वाली सर्जरी का प्रकार ट्यूमर के प्रकार, उसके स्थान और आकार पर निर्भर करता है।

यदि ट्यूमर सौम्य है, तो सर्जरी ही एकमात्र उपचार हो सकता है। यदि अन्य उपचार की आवश्यकता है, तो इसमें विकिरण, कीमो और लक्षित चिकित्सा, और ट्यूमर उपचार क्षेत्र (TTFields) या इलेक्ट्रिक फील्ड थेरेपी शामिल हो सकते हैं। आपको एक से अधिक प्रकार के उपचार की आवश्यकता हो सकती है। मस्तिष्क और रीढ़ की हड्डी के ट्यूमर के लक्षणों को रोकने या राहत देने में मदद करने के लिए कई उपचारों का उपयोग किया जा सकता है। कभी-कभी, उन्हें अन्य उपचारों के साथ दिया जाता है। आपका डॉक्टर आपको यह तय करने में मदद करेगा कि आपके लिए कौन से उपचार सबसे अच्छे हैं।

यह अवश्य पूछें:

- मुझे किस प्रकार का ट्यूमर है?
- ट्यूमर कहाँ है?
- ट्यूमर कितना बड़ा है? यह कितनी तेज़ी से बढ़ने की संभावना है?
- आपको क्या लगता है कि मेरे लिए कौन सा उपचार सबसे अच्छा है?
- उपचार का लक्ष्य क्या है?
- क्या उपचार में सर्जरी शामिल होगी?
- क्या ट्यूमर को पूरी तरह से हटाया जा सकता है? यदि नहीं, तो क्यों?
- क्या मुझे अन्य प्रकार के उपचार की भी आवश्यकता होगी?
- क्या मुझे अपने सर के बाल हटाने होंगे?

उपचार से पहले और उसके दौरान क्या अपेक्षा करें

आपकी कैंसर देखभाल टीम आपको आपकी उपचार योजना के बारे में बताएगी। इस टीम में अलग-अलग डॉक्टर, नर्स और अन्य स्वास्थ्य सेवा कर्मी शामिल हो सकते हैं, जो आपके उपचार की आवश्यकता पर निर्भर करता है। उदाहरण के लिए, यदि आपको विकिरण की आवश्यकता है, तो आप विकिरण ऑन्कोलॉजिस्ट के साथ मिलकर यह जानेंगे कि उपचार से पहले, उसके दौरान और बाद में क्या अपेक्षा करनी है। यदि आपको अन्य प्रकार के उपचार की आवश्यकता है, तो आपकी कैंसर देखभाल टीम बताएगी कि यह कैसे दिया जाता है, आपको इसके लिए तैयार होने में मदद करेगी, आपके स्वास्थ्य पर नज़र रखेगी और किसी भी दुष्प्रभाव से निपटने में आपकी मदद करेगी। आपका उपचार कितना कारगर है, यह देखने के लिए आपको कुछ समय पर रक्त परीक्षण, स्कैन या अन्य परीक्षण भी करवाने पड़ सकते हैं।

मस्तिष्क या रीढ़ की हड्डी के ट्यूमर के इलाज करवाने वाले हर व्यक्ति पर एक जैसे दुष्प्रभाव नहीं होंगे। उदाहरण के लिए, अगर सर्जरी नहीं की जा सकती है तो व्यक्ति को केवल विकिरण मिल सकता है। इस उपचार के दुष्प्रभाव सर्जरी, कीमो या लक्षित चिकित्सा के दुष्प्रभावों से अलग हैं। और एक ही उपचार प्राप्त करने वाले लोगों पर अलग-अलग दुष्प्रभाव हो सकते हैं।

यह अवश्य पूछें:

- मुझे क्या दुष्प्रभाव हो सकते हैं, और मैं उनके बारे में क्या कर सकता हूँ?
- हमें कैसे पता चलेगा कि उपचार काम कर रहा है या नहीं?
- मुझे कितनी बार उपचार करवाना होगा? यह कितने समय तक चलेगा?
- मैं उपचार करवाने के लिए कहाँ जाऊँगा? क्या मैं खुद गाड़ी चला सकता हूँ?
- क्या मैं अपनी सामान्य गतिविधियाँ, जैसे काम और व्यायाम करना जारी रख पाऊँगा?
- क्या कोई नैदानिक परीक्षण है जो मेरे लिए सही हो सकता है?

उपचार के बाद क्या अपेक्षा करें

उपचार के बाद, अपने कैंसर के डॉक्टर से उपचार सारांश और अनुवर्ती योजना के लिए पूछें। इसे उत्तरजीविता देखभाल योजना कहा जाता है। आपके कैंसर के डॉक्टर आपके परिवार या प्राथमिक देखभाल चिकित्सक के साथ मिलकर उपचार से होने वाले दुष्प्रभावों को प्रबंधित करने और आपके सामान्य स्वास्थ्य की जांच करने में मदद करेंगे। यह जांचने के लिए कि आपका कैंसर वापस आ गया है या आपके शरीर के किसी अन्य हिस्से में कोई नया कैंसर शुरू हो गया है, आपको नियमित रूप से जांच करानी होगी।

उपचार के बाद आपके शरीर में कई तरह के बदलाव हो सकते हैं। अगर आपने सर्जरी करवाई है तो आपके शरीर पर निशान रह सकते हैं। आपके बाल भी झड़ सकते हैं। कुछ उपचारों से आपके मस्तिष्क के काम करने के तरीके में समस्याएँ हो सकती हैं। डॉक्टर से ज़रूर पूछें कि आपको क्या उम्मीद करनी चाहिए और अगर आपको कोई समस्या है तो उन्हें बताएँ।

जिन लोगों को मस्तिष्क या रीढ़ की हड्डी का ट्यूमर हुआ है, उन्हें दोबारा होने या कुछ अन्य प्रकार के कैंसर होने का जोखिम होता है। यदि आप उपचार समाप्त करने के बाद ठीक महसूस करते हैं, तो भी अपने कैंसर देखभाल दल से अनुवर्ती परीक्षणों के लिए नियमित कार्यक्रम के बारे में पूछना महत्वपूर्ण है, ताकि यह पता लगाया जा सके कि आपका कैंसर वापस तो नहीं आया है।

कुछ लोगों के लिए, कैंसर पूरी तरह से खत्म नहीं हो सकता है। उन्हें उपचार मिलना जारी रह सकता है, तथा यह देखने के लिए कि यह कितना कारगर है, परीक्षणों की आवश्यकता होगी।

यह अवश्य पूछें:

- मुझे अपने उपचार सारांश और अनुवर्ती योजना की प्रति कहाँ से मिलेगी?
- मुझे अपनी कैंसर देखभाल टीम से कितनी बार मिलना होगा?
- मुझे उनसे कब और कैसे संपर्क करना चाहिए?
- क्या मुझे यह देखने के लिए परीक्षण की आवश्यकता होगी कि मेरा ट्यूमर वापस आया है या नहीं, या मेरे उपचार से कोई समस्या तो नहीं हुई है?
- क्या मुझे अन्य कैंसरों का जल्द पता लगाने के लिए मैमोग्राम या कोलोनोस्कोपी जैसे किसी स्क्रीनिंग परीक्षण की आवश्यकता है?
- क्या उपचार के कारण कोई कुछ दिन बाद उभरने वाले या दीर्घकालिक दुष्प्रभाव होते हैं, जिन पर मुझे नज़र रखनी चाहिए?
- उपचार के बाद मैं अपने मेडिकल रिकॉर्ड कहाँ पा सकता हूँ?

स्वस्थ रहना

यदि उपचार के कोई दुष्प्रभाव दूर नहीं होते हैं या आपको कोई नया लक्षण दिखाई देता है, तो अपनी कैंसर देखभाल टीम को अवश्य बताएं।

उपचार के दौरान और उसके बाद खुद को स्वस्थ रखने के लिए आप कुछ चीजें कर सकते हैं। धूम्रपान न करने से आपको दूसरा कैंसर होने की संभावना कम हो सकती है। स्वस्थ वजन प्राप्त करना और उसे बनाए रखना, अच्छा खाना, सक्रिय रहना और शराब से बचना भी आपको स्वस्थ रहने में मदद कर सकता है और अन्य कैंसर होने का जोखिम कम कर सकता है।

कुछ ऐसी स्थितियाँ जो किसी व्यक्ति के मस्तिष्क और रीढ़ की हड्डी के ट्यूमर के जोखिम को बढ़ाती हैं, वे परिवारों में चली आ सकती हैं। कभी-कभी यह जानने के लिए आनुवंशिक परीक्षण किया जाता है कि क्या आपको कोई ऐसा प्रकार है जो विरासत में मिला हो सकता है। यह पता लगाने के लिए कि क्या आनुवंशिक परीक्षण आपके लिए सही है, अपनी कैंसर देखभाल टीम से बात करें।

अपनी भावनाओं से निपटना

मस्तिष्क या रीढ़ की हड्डी में ट्यूमर होने से आपको डर, उदासी या घबराहट महसूस हो सकती है। ऐसी भावनाएँ होना सामान्य है, और इनसे निपटने में आपकी मदद करने के तरीके हैं।

- अपनी भावनाओं से अकेले निपटने की कोशिश न करें। चाहे वे कुछ भी हों, उनके बारे में बात करें।
- कभी-कभी उदास होना या निरास महसूस करना ठीक है, लेकिन अगर आपको ये भावनाएँ कुछ दिनों से ज़्यादा रहती हैं, तो अपनी कैंसर देखभाल टीम को बताएँ।
- अगर आपके डॉक्टर कहते है कि यह ठीक है, तो अपनी पसंद की चीज़ें करना जारी रखें, जैसे बाहर समय बिताना,फ़िल्म या खेलकूद के कार्यक्रम में जाना या खाना खाने के लिए बाहर जाना।
- खाना पकाने और सफ़ाई जैसे कामों में मदद लें।

आप अपने दोस्तों, परिवार या धार्मिक गुरुओं या समूहों से संपर्क करना चाह सकते हैं। काउंसलिंग भी मददगार हो सकती है। कुछ लोगों को ऐसे लोगों से बात करना मददगार लगता है जो ऐसी ही परिस्थितियों से गुज़रे हैं। एक सहायता समूह ऐसा कर सकता है। अपनी कैंसर देखभाल टीम को बताएं कि आप कैसा महसूस कर रहे हैं। वे आपको सही सहायता पाने में मदद कर सकते हैं।

अधिक जानकारी और सहायता के लिए, अमेरिकन कैंसर सोसाइटी की वेबसाइट cancer.org/hindi पर जाएँ या हमें **1-800-227-2345** पर कॉल करें। जब भी आपको हमारी ज़रूरत हो, हम आपकी मदद के लिए मौजूद हैं।

American Cancer Society®

©2025, American Cancer Society, Inc.
No. HIN084306 Rev. 5/25

BBB. ACCREDITED CHARITY
bbb.org/charity