लिवर कैंसर के निदान के बाद

American Cancer Society®

लिवर कैंसर एक प्रकार का कैंसर है जो लिवर में शुरू होता है। लिवर आपके दाहिने पसलियों के नीचे स्थित एक बड़ा अंग है जो शरीर को भोजन पचाने में मदद करता है। यह अपशिष्ट उत्पादों से भी छुटकारा दिलाता है और रक्त के थक्के में मदद करता है। आप लिवर के बिना नहीं रह सकते। अगर आपको बताया गया है कि आपको लिवर कैंसर है, तो संभवतः आपने पहले ही रक्त परीक्षण, 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 लिवर कैंसर है, यह किस चरण में है और कौन सा उपचार मददगार हो सकता है।

लिवर कैंसर का इलाज

आपका उपचार लिवर कैंसर के प्रकार और अवस्था पर निर्भर करेगा। आपके उपचार के विकल्प कैंसर कोशिकाओं पर किए गए परीक्षणों के परिणामों, आपके स्वास्थ्य और आपकी व्यक्तिगत प्राथमिकताओं पर भी निर्भर करेंगे।

ट्यूमर के स्थान के आधार पर हो सकता है की सर्जरी संभव नहीं हो सकती है। ट्यूमर को हटाने के लिए सर्जरी की जा सकती है और कभी-कभी ट्यूमर के पास लीवर के एक हिस्से को भी हटाया जा सकता है। इसे आंशिक हेपेटेक्टोमी कहा जाता है। कभी-कभी, पूरे लीवर को हटाकर लीवर ट्रांसप्लांट करना सबसे अच्छा विकल्प होता है। अपने डॉक्टर से बात करें कि आपको किस तरह की सर्जरी की आवश्यकता हो सकती है और आप क्या उम्मीद कर सकते हैं।

लिवर कैंसर के लिए अन्य उपचार में ट्यूमर एब्लेशन, रेडिएशन, कीमो, लक्षित थेरेपी और इम्यूनोथेरेपी शामिल हो सकते हैं। अक्सर, एक से अधिक प्रकार के उपचार की आवश्यकता होती है। लिवर कैंसर 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 लिवर कैंसर है?
- मेरा लिवर कैंसर किस चरण में है, और इसका क्या मतलब है? क्या मुझे और परीक्षण करवाने की ज़रूरत है?
- आपको क्या लगता है कि मेरे लिए कौन सा उपचार सबसे अच्छा रहेगा?
- उपचार का लक्ष्य क्या है?
- क्या उपचार में सर्जरी शामिल होगी? क्या ट्यूमर को पूरी तरह से हटाया जा सकता है?
- क्या मुझे अपने लिवर का कुछ हिस्सा या पूरा हिस्सा निकालने की ज़रूरत है? अगर मुझे ट्रांसप्लांट की ज़रूरत है, तो अगला कदम क्या होगा?
- क्या मुझे अन्य प्रकार के उपचार की भी ज़रूरत होगी?

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 लिए आवश्यक उपचार के प्रकार पर निर्भर करता है। उदाहरण के लिए, यदि आपको सर्जरी की आवश्यकता है, तो आपको होने वाले दुष्प्रभाव इस बात पर निर्भर करते हैं कि आपका लीवर कितना निकाला गया 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 निश्चित समय पर परीक्षण भी करवाने पड़ सकते हैं।

लीवर कैंसर के इलाज से गुजरने वाले हर व्यक्ति को एक जैसे साइड इफ़ेक्ट नहीं होंगे। उदाहरण के लिए, किसी व्यक्ति को ट्यूमर वाले लीवर के हिस्से को निकालने के लिए सर्जरी करवानी पड़ सकती है या लीवर ट्रांसप्लांट करवाना पड़ सकता है। इन सर्जरी के साइड इफ़ेक्ट रेडिएशन, कीमो या लक्षित थेरेपी के साइड इफ़ेक्ट से अलग होते हैं। और एक ही उपचार करवा रहे लोगों को अलग-अलग साइड इफ़ेक्ट 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 मुझे उपचार के दौरान अपने खाने में बदलाव करने की ज़रूरत है?
- अगर मुझे लिवर ट्रांसप्लांट की ज़रूरत है, तो घर जाने के बाद क्या होगा? क्या मुझे कोई विशेष दवाएँ लेने की ज़रूरत है?
- क्या कोई क्लिनिकल 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 का 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 करेगा।

यह जांचने के लिए आपको नियमित रूप से जांच करानी होगी की आपका लिवर कैसा काम कर रहा है, क्या आपका कैंसर वापस आ गया है, या आपके शरीर के किसी दूसरे हिस्से में कोई नया कैंसर शुरू हो गया है।

उपचार के बाद आपको अपने शरीर में होने वाले बदलावों का सामना करना पड़ सकता है। सर्जरी और अन्य उपचार आपके लिवर के काम करने के तरीके को बदल सकते हैं। यह आपके शरीर को अलग-अलग तरीकों से प्रभावित कर सकता है। आपको पाचन संबंधी कुछ समस्याएं हो सकती हैं। यदि आपका लिवर ट्रांसप्लांट हुआ है, तो संक्रमण को रोकने में मदद के लिए अक्सर विशेष दवाओं की आवश्यकता होती है। आपको अपने शरीर को नए लिवर को अस्वीकार करने से रोकने के लिए भी दवा की आवश्यकता हो सकती है। डॉक्टर से ज़रूर पूछें कि आपको क्या उम्मीद करनी चाहिए, और अगर आपको कोई समस्या है तो उन्हें बताएं।

जिन लोगों को लीवर कैंसर हो चुका है, उन्हें दोबारा लीवर कैंसर होने या कुछ अन्य प्रकार के कैंसर होने का जोखिम रहता है। भले ही आप उपचार समाप्त करने के बाद ठीक महसूस करें, लेकिन अपने कैंसर देखभाल दल से नियमित रूप से अनुवर्ती परीक्षणों के लिए शेड्यूल के बारे में पूछना महत्वपूर्ण है, ताकि यह पता लगाया जा सके कि आपके लीवर का कैंसर वापस तो नहीं आया है।

कुछ लोगों के लिए, कैंसर पूरी तरह से खत्म नहीं हो सकता है। उन्हें इलाज जारी रखना पड़ सकता है, और यह देखने के लिए अभी भी परीक्षण की आवश्यकता होगी कि यह कितना अच्छा काम कर रहा है।

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 कैंसर वापस आ गया है या नहीं, या मेरे उपचार से कोई समस्या तो नहीं हुई है?
- क्या मुझे यह जाँचने के लिए परीक्षण की आवश्यकता होगी कि मेरा लीवर कैसे काम कर रहा है?
- क्या मुझे अन्य कैंसरों का जल्दी पता लगाने के लिए मैमोग्राम या कोलोनोस्कोपी जैसी किसी स्क्रीनिंग जाँच की आवश्यकता है?
- क्या उपचार के कारण कोई 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 अपने डॉक्टर या 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 करना और शराब न पीना कैंसर के बढ़ने या वापस आने के जोखिम को कम करने में मदद कर सकता है। अगर आपको हेपेटाइटिस बी या हेपेटाइटिस सी है, तो संक्रमण का इलाज करवाने से आपके लीवर को होने वाले किसी भी नुकसान को कम करने में मदद मिल सकती है। स्वस्थ वजन प्राप्त करना और उसे बनाए रखना, अच्छा खाना और सक्रिय रहना भी आपको स्वस्थ रहने में मदद कर सकता है और अन्य कैंसर होने के जोखिम को कम कर सकता है। अगर आपने लीवर ट्रांसप्लांट करवाया है, तो आपको कुछ ऐसी दवाइयाँ लेने की ज़रूरत हो सकती है जो आपके शरीर को इसके अनुकूल होने में मदद करें और संक्रमण को रोकने में मदद करें। इनकी ज़रूरत थोड़े या लंबे समय के लिए हो सकती है।

अपनी भावनाओं से निपटना

लिवर कैंसर होने पर 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 या निरास महसूस करना ठीक है, लेकिन अगर आपको ये भावनाएँ कुछ दिनों से ज़्यादा समय तक रहती हैं, तो अपनी कैंसर देखभाल टीम को बताएँ।
- अगर आपका डॉक्टर कहता है कि यह ठीक है, तो अपनी पसंद की चीज़ें करना जारी रखें, जैसे बाहर समय बिताना, फ़िल्म या खेल 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. HIN084006 Rev. 5/25

BBB. ACCREDITED CHARITY
bbb.org/charity