ಪರೀಕ್ಷೆ ವಿಳಂಬ ಬೇಡ

ಹಿಂದೆಲ್ಲ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಗರ್ಭಕೊರಳಿನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಬಹುದೊಡ್ಡ ಕಂಟಕ ಎಂಬಂತಿತ್ತು. ಕಳೆದ 10 ವರ್ಷಗಳಿಂದೀಚೆಗೆ ಸ್ತನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಇತರ ಎಲ್ಲ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗಿಂತಲೂ ಮೇಲ್ಪಂಕ್ತಿ ಹಾಕುತ್ತಿದೆ. ನಮ್ಮ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಮಹಿಳೆಯರನ್ನು ಕಾಡುವ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ತನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ನಂಬರ್ 1. ಯುವತಿಯರಲ್ಲಿ ಸ್ತನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕಾಡುತ್ತಿದೆ.

ಆನುವಂಶಿಕವಾಗಿ ಈ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಬರುವುದು ಶೇ. 5–10 ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ. ಜೀವನಶೈಲಿ ಬದಲಾವಣೆ, ತಡವಾಗಿ ಮದುವೆಯಾಗುವುದು, ಮಕ್ಕಳಾಗದೇ ಇರುವುದು, ಮಕ್ಕಳೇ ಬೇಡ ಎಂದು ನಿರ್ಧರಿಸಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಗುಳಿಗೆ, ಇಂಜೆಕ್ಷನ್‌ಗಳು, ಬೊಜ್ಜು, ಅಪ್ರಾಪ್ತ ವಯಸ್ಸಿಗೆ ಮುಟ್ಟಾಗುವುದು (ಮೆನಾರ್ಕೆ) ಹಾಗೂ ಮುಟ್ಟು ನಿಲ್ಲುವ ವೇಳೆಯಲ್ಲಾಗುವ ಹಾರ್ಮೋನಿನ ಏರುಪೇರು – ಇವೆಲ್ಲವೂ ಸ್ತನಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಹೆಚ್ಚಾಗಲು ಕಾರಣ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ತಜ್ಞೆ ಡಾ. ಪಿ.ಪಿ. ಬಾಪ್ಸಿ.

ಡಾ. ಪಿ.ಪಿ. ಬಾಪ್ಸಿ
ದೇಶದ ಮೊದಲ 'ಮಹಿಳಾ ಮೆಡಿಕಲ್ ಆಂಕಾಲಜಿಸ್ಟ್'

ನಾಲ್ಕು ದಶಕಗಳ ಹಿಂದೆ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವು ಇರಲಿಲ್ಲ. ಈಗ ಸಾಕಷ್ಟು ಅರಿವು ಇದ್ದರೂ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಹಿಂದೇಟು ಹಾಕುವುದು, ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಿಸದೇ ಇರುವುದು, ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಬಂದಿರುವುದನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲು ಭಯ ಪಡುವುದು, ಸರಿಯಾದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯದೇ ಇರುವುದು... ಮುಂತಾದವು ಈ ಸಮಸ್ಯೆ ಹೆಚ್ಚಲು ಕಾರಣ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಅವರು.

ಈಗ ಸ್ತನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಬಂದರೆ ಇಡೀ ಸ್ತನವನ್ನೇ ತೆಗೆದುಹಾಕಬೇಕಿಲ್ಲ. ಗಡ್ಡೆಯನ್ನು, ಲಿಂಪ್‌ನೋಡ್ಸ್ ಅನ್ನು ಮಾತ್ರ ತೆಗೆದು ಹಾಕುವಂತಹ 'ಬ್ರೆಸ್ಟ್ ಕನ್ಸರ್ವೇಷನ್' ಥೆರಪಿ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಆಶಾಕಿರಣ. ಈಗ ಅತ್ಯಾಧುನಿಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಲಭ್ಯವಿದ್ದು, ರೇಡಿಯೇಷನ್‌ನಿಂದ ಹೆಚ್ಚಿನ ಅಡ್ಡಪರಿಣಾಮಗಳಿಲ್ಲ. ಟಾರ್ಗೆಟೆಡ್ ಥೆರಪಿ ಕೂಡ ಈಗ ಜನಪ್ರಿಯವಾಗುತ್ತಿದೆ.

ಸ್ತನ ಸರ್ಜರಿ ಬಳಿಕ...

ಸ್ತನ ಎಂಬುದು ಮಹಿಳೆಯರ ಐಡೆಂಟಿಟಿ. ಸ್ತನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಬಂದ ಕೆಲವರಿಗೆ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ ಅನಿವಾರ್ಯವಾಗಿ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಸ್ತನವನ್ನೇ ತೆಗೆದುಹಾಕಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಆರೋಗ್ಯದ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಹಿತವಾದರೂ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಇದು ಮುಜುಗರದ ವಿಷಯವೂ ಹೌದು. ತನ್ನ ಅಸ್ತಿತ್ವಕ್ಕೇ ಹೊಡೆತ ಬಿದ್ದ ಅನುಭವ. ಇದರಿಂದ ದೈಹಿಕ ವೇದನೆ ಜೊತೆಗೆ ಮಾನಸಿಕ ಯಾತನೆಯನ್ನೂ ಮಹಿಳೆ ಅನುಭವಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನಿಂದ ಮುಕ್ತಳಾಗಲು ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ, ಧೈರ್ಯ, ಛಲ ಬೇಕು. ಏನು ಬಂದರೂ ಎದುರಿಸುವೆ ಎನ್ನುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ರೇಡಿಯೇಷನ್, ಕಿಮೋಥೆರಪಿ, ಆ್ಯಂಟಿ ಬಯೊಟಿಕ್ಸ್‌ಗಳ ಅಡ್ಡಪರಿಣಾಮದಿಂದ ತಲೆಗೂದಲು ಉದುರಿ, ಸ್ತನಗಳೂ ಇಲ್ಲದೆ ಮಹಿಳೆ ಹೊರಗೆ ಹೋಗಲು ಹಿಂಜರಿಯಬೇಕಾದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಒದಗಿಬರುತ್ತದೆ. ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆದು ಸಂಪೂರ್ಣ ಗುಣಮುಖರಾದವರಿಗೂ ಮುಂದೆ ಕಾಯಿಲೆ ಮರುಕಳಿಸಿದರೆ? ಸಮಸ್ಯೆ ಹೆಚ್ಚಾದರೆ? ನೆಮ್ಮದಿ ಹಾಳಾದರೆ? ಎಂಬ ಆತಂಕದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳೂ ಎದುರಾಗುತ್ತವೆ.

ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಹೆಣ್ಣಿಗೆ ನೆಮ್ಮದಿ ಬೇಕು. ಸಾಂತ್ವನ, ಸಮಾಧಾನದ ಅಗತ್ಯವೂ ಇದೆ. ಇದಕ್ಕೆ 'ಸಪೋರ್ಟಿವ್ ಕೇರ್' ಇಂದಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಅಗತ್ಯ.

'ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನಂತಹ ಮಹಾಮಾರಿಯಿಂದ ಬಳಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಗುಣಮುಖರಾಗಿದ್ದವರೂ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಡಿಪ್ರೆಷನ್‌ಗೆ ಹೋಗ್ತಾರೆ. ಇವರನ್ನು ಪೋಷಿಸಿ, ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಕೊಡಿಸಿ ಆರೈಕೆ ಮಾಡಿದ

ಮಗಳೊಂದಿಗೆ ಗಿರಿಜಾ ನಾಡಗೌಡರ್. ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನಿಂದ ಕೂದಲು ಕಳೆದುಕೊಂಡ ತಾಯಿಗೆ ನೈತಿಕ ಬೆಂಬಲ ನೀಡಲು ಮಗಳೂ ತಲೆಗೂದಲು ಬೋಳಿಸಿಕೊಂಡಿರುವುದು.

ಭರವಸೆ ಮೂಡಿಸುವ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೀನಿ. ಹುಬ್ಬಳ್ಳಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಪುನಶ್ಚೇತನಗೊಳಿಸುವ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದಲ್ಲದೆ, ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಪುನರ್ವಸತಿ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಕೌಶಲ್ಯ ತರಬೇತಿ ನೀಡುತ್ತಿದ್ದೀನಿ. ಆಸ್ಟ್ರೇಲಿಯಾದಲ್ಲಿ ಮಗಳ ಮನೆಗೆ ಹೋದಾಗ ಅಲ್ಲಿನ ಮೆಡಿಕಲ್ ಸ್ಟೂಡೆಂಟ್ಸ್‌ಗೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಸರ್ವೈವರ್ಸ್‌ಗೆ ಉಪನ್ಯಾಸ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಮಾಡಿದ್ದೀನಿ.

ಸ್ತನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಸರ್ವೈವರ್ಸ್‌ಗಳಿಗಾಗಿಯೇ ಹೆಸರಾದ ಸ್ವಯಂಸೇವಾ ಸಂಸ್ಥೆ 'ಪಿಂಕ್ ಹೋಮ್ ಸೊಸೈಟಿ'ಯ ಸಕ್ರಿಯ ಸದಸ್ಯಳಾಗಿ ಗುಣಮುಖರಾದವರಿಗೆ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸುವ ಕೆಲಸ ಖುಷಿ ತರುತ್ತಿದೆ. ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಸಮಾವೇಶದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದೀನಿ, ಅರಿವು ಮೂಡಿಸಿದ್ದೀನಿ. ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಗೆದ್ದವರಿಗೆ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ, ಧ್ಯಾನದ ಬಗ್ಗೆ ತರಬೇತಿ, ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡುವ ಕೆಲಸ ಮಾಡ್ತಿದ್ದೀನಿ. 'ಮಹಿಳೆ ಮತ್ತು ಹೋಮಿಯೊಪತಿ' ಎಂಬ ಪುಸ್ತಕ ಬರೆದಿದ್ದೇನೆ.

ಎರಡು ಬಾರಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಬಂದಾಗಲೂ ನಾನು ಕುಗ್ಗಿಲ್ಲ, ಗೆದ್ದು ಬಂದಿದ್ದೀನಿ. ಈಗೀಗ ಸಣ್ಣ ವಯಸ್ಸಿನವರಿಗೆ ಸ್ತನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಬರುತ್ತದೆ. ಅವರು ಖಿನ್ನತೆಗೆ ಹೋಗ್ತಾರೆ; ಆದರೆ ಅದನ್ನೆಲ್ಲ ಮೀರಿ ನಿಲ್ಲುವ ಛಲ ಇರಬೇಕು.''

'ಮುಜುಗರ ಬೇಡ; ಬಿ ಪಾಸಿಟಿವ್'

ಕಿರಣ (ಹೆಸರು ಬದಲಿಸಿದೆ), ಕರ್ನಾಟಕ ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಸಂಗೀತ ಕಲಾವಿದೆ. ನನಗೆ ಸ್ತನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಹೇಗೆ ಬಂತು ಎಂಬುದು ಇನ್ನೂ ಯಕ್ಷಪ್ರಶ್ನೆಯೇ ಎನ್ನುವ ಕಿರಣ, ತಮ್ಮ ಅನುಭವದ ಬುತ್ತಿಯನ್ನು ಬಿಚ್ಚಿಟ್ಟದ್ದು ಹೀಗೆ.

''2023ರ ಆರಂಭದ ದಿನಗಳು. ನನಗಾಗ ಐವತ್ತೊಂದು ವರ್ಷ.