



ಸಂದರ್ಶನ

**ಡಾ. ಸಂದೀಪ್ ನಾಯಕ್, ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ ವಿಭಾಗದ ಮುಖ್ಯಸ್ಥರು, ಫೋರ್ಟಿಸ್ ಆಸ್ಪತ್ರೆ, ಬೆಂಗಳೂರು**

◆ ಸ್ತನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನಿಂದ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿಸಿಕೊಂಡ ಬಳಿಕ ರೋಗಿಯ ಜೀವನಶೈಲಿ ಹೇಗಿರುತ್ತದೆ?

ಸ್ತನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಗುಣವಡಿಸಲು ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುತ್ತೇವೆ. ಕೆಲವರಿಗೆ ಸಣ್ಣ ಪುಟ್ಟ ಸರ್ಜರಿಗಳಿಂದಲೇ ಗುಣವಡಿಸಬಹುದು. ಇನ್ನೂ ಕೆಲವರಿಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ಸ್ತನವನ್ನೇ ತೆಗೆದುಹಾಕಲಾಗುತ್ತದೆ. ತಮ್ಮ ದೇಹದಿಂದ ಒಂದು ಅಂಗ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಬೇರ್ಪಟ್ಟು ಹೋಗುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯದ ವಿಷಯವಲ್ಲ. ಅದರಲ್ಲೂ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಸ್ತನವೆನ್ನುವುದು ತಮ್ಮ ಆತ್ಮಗೌರವವನ್ನು ಎತ್ತರಕ್ಕೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುವ ವಿಚಾರ. ಹೀಗಿರುವಾಗ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನ ಕಾರಣದಿಂದ ಸ್ತನವನ್ನೇ ತೆಗೆದಾಗ ಮಹಿಳೆಯ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಕುಗ್ಗುತ್ತದೆ. ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಗೂ ಮೊದಲು ಅವರಿಗೆ ತಮ್ಮ ಸ್ತನ ತೆಗೆಯುತ್ತಿರುವ ಬಗ್ಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡಿ, ಅವರ ಮನೋಬಲವನ್ನು ಗಟ್ಟಿಗೊಳಿಸುವ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ.

◆ ಸ್ತನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗೆ ಒಳಗಾದ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಸ್ತನ ತೆಗೆಯಬೇಕಾಗುವುದು ಅನಿವಾರ್ಯವೇ?

ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಸ್ತನ ತೆಗೆಯಬೇಕಿಲ್ಲ. ಈಗೀಗ ಅತ್ಯಾಧುನಿಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಬಂದಿರುವುದರಿಂದ ಸ್ತನ ಸರ್ಜರಿಯ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಬೀಳುವುದಿಲ್ಲ. ಶೇ. 80ರಷ್ಟು ಜನರಿಗೆ ಸಣ್ಣ ಪ್ರಮಾಣದ ಸರ್ಜರಿ, ಕಿಮೋಥರಪಿಗಳಿಂದಲೇ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಿ ಗುಣವಡಿಸುತ್ತೇವೆ. ತೀರಾ ಅನಿವಾರ್ಯವಾಗಿದ್ದಾಗ ಮಾತ್ರ ಸ್ತನವನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

◆ ಸರ್ಜರಿಯ ಬಳಿಕ ಮುಂದೆ ಅವರ ಜೀವನಶೈಲಿ ಹೇಗಿರಬೇಕು?

ಸ್ತನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗೆ ಒಳಗಾದವರು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಸಹಜ ಜೀವನ ನಡೆಸಬಹುದು. ಸೇವಿಸುವ ಆಹಾರದ ಬಗ್ಗೆ ಗಮನ ಇರಬೇಕು. ವ್ಯಾಯಾಮ, ಯೋಗ ಸಹಕಾರಿ. ದಿನವೂ ನಡಿಗೆ ಮಾಡಲೇಬೇಕು. ಒಮ್ಮೆ ಸ್ತನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗೆ ಒಳಗಾದವರು ಅಲಕ್ಷ್ಯ ವಹಿಸಿದರೆ ಮತ್ತೆ ಅದು ಮರುಕಳಿಸುವ ಅಪಾಯ ಇದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಪ್ರತಿ ಮೂರು ತಿಂಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ಆರೋಗ್ಯ ತಪಾಸಣೆ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲೇಬೇಕು. ಐದು ವರ್ಷದ ಬಳಿಕ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ಒಮ್ಮೆ ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಿಸಿಕೊಂಡರೂ ಸಾಕು.

◆ ಸ್ತನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗೊಳಗಾದವರ ಮಾನಸಿಕ ಸ್ಥಿತಿಗತಿ ಮುಂದೆ ಹೇಗಿರುತ್ತದೆ?

ಸ್ತನ ಸರ್ಜರಿ ಮಾಡಿಸಿಕೊಂಡು ಸಹಜ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಮರಳಿದ ಬಳಿಕ ಅವರಿಗೆ ಧೈರ್ಯ ತುಂಬುವ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕು. ದೊಡ್ಡ ಯುದ್ಧ ಗೆದ್ದು ಬಂದವರೆಂದು ಇವರನ್ನು ಗೌರವಿಸಬೇಕು. ತಮ್ಮ ದೇಹ ಸೌಂದರ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಅವಹೇಳನದ ರೀತಿ ಮಾತನಾಡುವುದು ಅಥವಾ ಅವರನ್ನು ತಿರಸ್ಕಾರ ಮನೋಭಾವದಿಂದ ನೋಡುವುದು ಸರಿಯಿಲ್ಲ.



ಸ್ತನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಕುರಿತು ಜಾಗೃತಿ ಮೂಡಿಸುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ನಡೆದ 'ಪಿಂಕ್ ಬೈಕಥಾನ್'ನಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಪ್ತಿ ಜೋಸ್ ಮತ್ತು ಜೋಸ್ಮಾ ಎಂ.ಜಿ. ಇಬ್ಬರೂ ಸ್ತನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗೆ ಒಳಗಾಗಿ ಪಾರಾಗಿ ಬಂದವರು. ಫೋಟೋ: ಪ್ರಶಾಂತ್ ಎಚ್.ಜಿ.

ಜೀವನದಲ್ಲಿ 'ಯು ಹ್ಯಾವ್ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್' ಅಂತ ಪದ ಕೇಳಿ ಬಂದಿತ್ತು. ಇದರಿಂದ ನನ್ನ ಜೀವನಶೈಲಿಯೇ ಬದಲಾಯ್ತು.

ನನಗೆ ಬ್ರೆಸ್ಟ್ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಬಂದು 27 ವರ್ಷ ಆಯ್ತು. ಅದು ಗೊತ್ತಾದಾಗ ಆಗಲೇ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಮೂರನೇ ಹಂತ ತಲುಪಿತ್ತು. ನನ್ನ ಮಗಳಿಗೆ ಆಗ 11 ತಿಂಗಳು. ಹಾಲು ಕುಡಿತಾ ಇದ್ದಳು. ಅವಳಿಗೆ ಸೆರೆಬ್ರಲ್ ಪಾಲ್ಸಿ ಎಂಬ ಕಾಯಿಲೆ ಇದ್ದುದರಿಂದ ಬೆಂಗಳೂರು ಚಿಲ್ಡ್ರನ್ ಹಾಸ್ಪಿಟಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಕೊಡಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ. ಅಲ್ಲೇ ನನಗೂ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಆರಂಭವಾಯ್ತು. ಕಿಮೋಥರಪಿ ಬಳಿಕ ಒಂದು ಸ್ತನವನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಬೇಕಾಯಿತು.

ಚಿಕ್ಕಂದಿನಿಂದಲೂ ನಾನು ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ಬಜಾರಿ, ಗಯ್ಯಾಳಿ ಅಂತ ಹೆಸರುವಾಸಿಯಾಗಿದ್ದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಎಲ್ಲರೂ ನನ್ನನ್ನು ದೂರ ಇಟ್ಟಿದ್ದರು. ಆದರೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಬಂದಿದೆ ಎಂದು ಗೊತ್ತಾದ ಮೇಲೆ ನೆಂಟರು, ಸ್ನೇಹಿತರು ಎಲ್ಲ ಓಡಿ ಬಂದ್ರು. 'ನೀನು ಸತ್ತೇ ಹೋಗ್ತೀಯಾ, ಕೊನೆ ಸಲ ನೋಡಿಬಿಡೋಣ ಅಂತ ಈಗಲೇ ಬಂದೆ' ಅಂತ ತಮಾಷೆಯಾಗಿ ಹೇಳ್ತಾ ಇದ್ದು.

'ನಿಂಗೆ ಬ್ರೆಸ್ಟ್ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಹೇಗೆ ಬಂತು?' ಅಂತ ಕೇಳೋಕೆ ಶುರು ಮಾಡಿದ್ದು. ಆಗ 'ಅದು ನನ್ನನ್ನು ಕೇಳಿ ಬಂದಿಲ್ಲ' ಅಂತ ಉತ್ತರ ಕೊಡ್ತಾ ಇದ್ದೆ. ಸರ್ಜರಿ ಆದ ಬಳಿಕ ಹೊರಗಡೆ ಓಡಾಡಲು ಸ್ವಲ್ಪ ಮುಜುಗರ ಆಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಇನ್ನೂ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ದೇಹದ ಒಂದು ಭಾಗ ಹೋದರೆ ಏನೂ ಅಂದ್ಯೋಬಾರದು ಅಂತ ಮನಸ್ಸು ಗಟ್ಟಿಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವೆ, ಇನ್ನೂ ಕೆಲವು ಗೆಳತಿಯರು, ಸರ್ಜರಿ ಆದ ಭಾಗ ನೋಡಬೇಕು ಅಂತ ಕೇಳ್ತಾರೆ. ಅದಕ್ಕೂ ಸಿದ್ಧ ಉತ್ತರ ನನ್ನ ಬಳಿ ಇದೆ.

ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಗುಣ ಆದ ಮೇಲೆ ಗಂಡ ದುಬ್ಬಿಗೆ ಹೋದ್ದು. ಎರಡು ವರ್ಷ ಅಲ್ಲೇ ಇದ್ದರು. ನಮಗೆ ಸಂಪರ್ಕವೇ ಇರಲಿಲ್ಲ. ಹೀಗಾಗಿ ಬಟ್ಟೆ ಹೊಲಿಯುವುದು, ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಕ್ಯಾಂಟೀನ್ ನಡೆಸೋದು ಮಾಡ್ತಿದ್ದೆ. ಕೋವಿಡ್ ಬಳಿಕ ಇದೂ ನಿಂತುಹೋಯ್ತು. ಅದಾದ ಮೇಲೆ 'ಕೌನ್ಸಿಲಿಂಗ್' ಅಂಡ್ 'ಸೈಕೊಥರಪಿ'ಯಲ್ಲಿ ಎಂ.ಎಸ್. ಮಾಡಿದೆ. ಇದನ್ನು ಸದುಪಯೋಗಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ವಿಶೇಷ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ 'ಪ್ರಿ

‘ನಿಂಗೆ ತೆಗೆದಿರುವುದು ಟ್ಯೂಮರ್ ಮಾತ್ರ, ಸೆನ್ಸ್ ಆಫ್ ಹ್ಯೂಮರ್ ಅಲ್ಲ’  
-ಫರೀದಾ ರಿಜ್ವಾನಾ, ಸಾಮಾಜಿಕ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆ

