

ಸ್ಕೂಲ್ ಶುರು ಮಾಡಿದ್ದೀನಿ. ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನಿಂದ ಹೊರ ಬಂದ ಮೇಲೆ ತುಂಬ ಸಾಧಿಸಲಿಕ್ಕಾಯಿತು ಎಂಬುದನ್ನು ಹೇಳಬಲ್ಲೆ. ಕೆಲವರು 'ನಿನ್ನ ಬ್ರೆಸ್ಟ್ ತೆಗೆದಿದ್ದಾರಲ್ಲಾ' ಅಂತಾರೆ. ಆಗ, 'ನಂಗಿ ತೆಗೆದಿರುವುದು ಟ್ಯೂಮರ್ ಮಾತ್ರ, ಸೆನ್ಸ್ ಆಫ್ ಹ್ಯೂಮರ್' ಅಲ್ಲ ಅಂತ ತಮಾಷೆ ಮಾಡ್ತೀನಿ. ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗಿಗಳು ಗುಣವಾದ ಬಳಕೆ ಖುಷಿಯಾಗಿ ಇರಬೇಕು ಅಂತ ಆಗಾಗ ಉಪನ್ಯಾಸ, ಹಾಸ್ಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಮಾಡ್ತಾ ಇರ್ತೀನಿ. ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ರಾಜ್‌ಕುಮಾರ್ ಹಾಡಿದ 'ಆಡಿಸಿ ನೋಡು, ಬೀಳಿಸಿ ನೋಡು ಉರುಳಿ ಹೋಗದು' ಎಂಬ ಹಾಡು ನೆನಪಿಗೆ ಬರುತ್ತದೆ, ಇದನ್ನು ಅಣ್ಣಾವು ನನಗೇ ಹೇಳಿರೋದು ಅಂದುಕೊಂಡು ಸಂತ್ಯಷ್ಟಿಯ ಜೀವನ ನಡೆಸಿೇನಿ."

ಡಾ. ಗಿರಿಜಾ ನಾಡಗೌಡರ್, ಸಂಗೀತ ಕಲಾವಿದೆ, ರಿಜ್ಜಾನಾ - ಈ ಮೂವರು ಮಹಿಳೆಯರ ಬದುಕಿನ ಕಥಾನಕ ಸ್ವನ ಛೇದನ ಮಾಡಿಸಿಕೊಂಡ ಅಥವಾ ಆ ಆತಂಕ ಎದುರಿಸುವ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಧೈರ್ಯ ತುಂಬುವಂತಹದ್ದು. ಬದುಕಿನ ಅಡೆತಡೆಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿಕೊಂಡು ಹೊಸ ಬದುಕು ಕಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳಲು ಸ್ಫೂರ್ತಿ ನೀಡುವಂತಹದ್ದು. ಸ್ವನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಪ್ರಕರಣಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿರುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಂತೂ ಇಂಥ ಸ್ಫೂರ್ತಿಕಥನಗಳಿಗೆ ವಿಶೇಷ ಮಹತ್ವವಿದೆ.

ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿದೆ ಸ್ವನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್

ವಿಶ್ವ ಆರೋಗ್ಯ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಮಾಹಿತಿಯಂತೆ,

ಕಳೆದ 5 ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ 78 ಲಕ್ಷ ಮಹಿಳೆಯರು ಸ್ವನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಭಾರತೀಯ ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ವನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಪ್ರಮುಖವಾದದ್ದು. ಶೇ. 28ರಷ್ಟು ಮಹಿಳೆಯರು ಸ್ವನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಜೀವನಶೈಲಿ ಬದಲಾವಣೆ, ವಂಶವಾಹಿ ಕಾರಣಗಳಿಂದಲೇ ಸ್ವನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಪತ್ತೆಯಾಗುತ್ತಿದೆ. ಹದಿಹರೆಯದ ಹುಡುಗಿಯರಿಂದ ಮೆನೊಪಾಸ್ ಆದ ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲೂ ಸ್ವನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಕಂಡುಬರಬಹುದು.

ಅತಿತೂಕ, ಮದ್ಯಸೇವನೆ, ಹಾರ್ಮೋನ್‌ಗಳ ಏರುಪೇರು, ಗರ್ಭಿಣಿರೋಧಕ ಮಾತ್ರೆಗಳ ಅತಿ ಬಳಕೆ, ವಿಕಿರಣಕ್ಕೆ ಮೈಲಿಬಿಟ್ಟಿದ್ದು, ಅತಿಯಾದ ಲೈಟಿಂಗ್‌ಯೂಟಿಲಿಟಿ ಸೇವನೆ, ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡ, ಆನುವಂಶೀಯತೆ, ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಸ್ವನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗೆ ಕಾರಣಗಳನ್ನಾಗಿ ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಬಹುದು. ಜೊತೆಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಜನರ ಜೊತೆ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದಿರುವ ಅಥವಾ ಮಗುವಿಗೆ ಎದೆಹಾಲುಣಿಸಬೇಕೆಂದು ಇರುವ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಸ್ವನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಬಾಧಿಸುವ ಅಪಾಯವಿದೆ.

ಅನೇಕ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ತಮಗೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಇದೆ ಎಂಬುದೇ ಗೊತ್ತಿರುವುದಿಲ್ಲ. ತಪಾಸಣೆಗಾಗಿ ಹೋದಾಗ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಪತ್ತೆಯಾದರೆ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಜರ್ಜರಿತರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಜೀವನವೇ ಮುಗಿಯಿತು ಎಂದು ಹಠಾಶೆಗೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ. ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಬಂದಾಗ, ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯುವಾಗ

ಮತ್ತು ಗುಣಮುಖರಾದ ಮೇಲೂ ಖಿನ್ನತೆ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಸ್ವನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗೆ ಒಳಗಾದ ಮಹಿಳೆಯರು ಮುಜುಗರವನ್ನೂ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಮುಂದೇನು ಎಂಬ ಆತಂಕವೂ ಅವರಲ್ಲಿ ಮನೆ ಮಾಡಿರುತ್ತದೆ.

ಸ್ವನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಲಕ್ಷಣಗಳು

ಸ್ವನದ ಗಾತ್ರ, ಬಣ್ಣ, ಸ್ವರೂಪದಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆ ಕಾಣಿಸಬಹುದು. ಮೊಲೆತೊಟ್ಟು ಒಳಮುಖವಾಗಿ ಮಡಿಚಿಕೊಂಡು ಅದರಿಂದ ರಕ್ತ ಅಥವಾ ಕೀವು ಸ್ರವಿಸಬಹುದು.

ಮಹಿಳೆಯರು ತಮ್ಮ ಸ್ವನದಲ್ಲಿ ಆಗುತ್ತಿರುವ ಎಲ್ಲ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಿದ್ದು ತೊಂದರೆ ಇದ್ದರೆ ಸಂಕೋಚಪಡದೇ ತಜ್ಞವೈದ್ಯರಿಂದ ತಪಾಸಣೆಗೆ ಒಳಗಾಗಬೇಕು. ಮ್ಯಾಮೋಗ್ರಫಿ, ಎಂಆರ್‌ಐ, ಅಲ್ಟ್ರಾಸೌಂಡ್ ಮುಂತಾದ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಆರಂಭಿಕ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಸೆಂಟಿನೆಲ್ ನೋಡ್ ಬಯಾಪ್ಸಿ ಮಾಡಿಸಬೇಕು, ಕಿಮೋಥೆರಪಿ, ರೇಡಿಯೋಥೆರಪಿ, ಹಾರ್ಮೋನ್ ಥೆರಪಿ ಹಾಗೂ ಟಾರ್ಗೆಟೆಡ್ ಥೆರಪಿಯಂತಹ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಒಳಪಡಿಸಬಹುದು.

ಸ್ವನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚುವಿಕೆಯಲ್ಲಿನ ಮೊದಲನೇ ಹಂತ, 'ಸೆಲ್ಫ್ ಬ್ರೆಸ್ಟ್ ಎಕ್ಸಾಮಿನೇಷನ್' (ಸ್ವನವನ್ನು ಮುಟ್ಟಿ ಗಂಟುಗಳಿವೆಯೇ, ಏನಾದರು ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳಿವೆಯೇ ಎಂಬುದನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚುವುದು). ಮುಟ್ಟು ಆದ ಮೇಲೆ ನಾಲ್ಕು ದಿನದ ಬಳಿಕ ಈ ಟೆಸ್ಟ್ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಹುಬ್ಬಳ್ಳಿಯಲ್ಲಿ ಸ್ವನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ವಿರುದ್ಧ 'ಕೆಎಲ್‌ಇ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು' ನಡೆಸಿದ ಆಂದೋಲನದಲ್ಲಿ ಮಾನವ ರಿಬ್ಬನ್.

