

## ലോക കാർസർവ്വിനാചരണം റീജണൽ കാർസർ സെന്ററിൽ നിന്നുള്ള റിപ്പോർട്ട്

ഈ വർഷത്തെ ലോകകാർസർ ദിനാചരണം 4.2.2018 ത്ത് റീജണൽ കാർസർ സെന്ററിൽ വച്ച് കേരള ആരോഗ്യ സർവ്വകലാശാല വൈസ്ചാർസിലർ ഡോ.എം.കെ.സി നായർ ഉത്തരാടനം ചെയ്തു. തന്റെ പ്രസംഗത്തിൽ ഈ വർഷം, സർവ്വകലാശാല, എല്ലാ മാസവും ഒരു മെഡിക്കൽ സ്കെപ്പിംഗും കീഴിൽ മുൻ വർഷം ഉണ്ടായിട്ടുള്ള വികസനങ്ങളും പുതിയ അറിവുകളും എന്ന പേരിൽ പ്രഭാഷണപരമ്പര നടത്താൻ തീരുമാനിച്ചതായി അറിയിച്ചു. ഇതിലെ ആദ്യ പ്രഭാഷണം മാർച്ച് 3-ാം തീയതി റീജണൽ കാർസർ സെന്ററിൽ വച്ച് പ്രസിദ്ധ കാർസർ ചികിത്സകനായ ഡോ. എം.വി. പിള്ള നടത്തുന്നതാണ്. കാർസർ നിയന്ത്രണമാർഗ്ഗങ്ങളുടെ അറിവ് സമൂഹ മദ്ദുത്തിൽ എത്തിക്കുന്നതിന്റെ പ്രാധാന്യവും, കാർസർ സ്കെപ്പിംഗ് വഴി രോഗത്തെ നേരത്തെ കണ്ടുപിടിക്കാനുള്ള സാമ്പത്തകളും മനസ്സിലാക്കി പുതുതായി സേവന രംഗത്ത് പ്രവേശിക്കുന്ന യുവ ഡോക്ടർമാർ എത്തു സ്കെപ്പിംഗും കാർസർ നിയന്ത്രണ പദ്ധതികളുമായി സഹകരിച്ച് പ്രവർത്തിക്കണമെന്ന് മുഖ്യ പ്രഭാഷണം നടത്തിയ ആർ.സി. സി. ഡയറക്ടർ ഡോ. പോൾ സെബാസ്റ്റ്യൻ പറഞ്ഞു. സമേളനത്തിന്റെ മുഖ്യ അതിമിയായിരുന്ന ഡോ. എം.വി. പിള്ള കാർസർ നിയന്ത്രണ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ആധുനിക ചികിത്സാ ഡോക്ടർമാരെപ്പോലെ നശ്സിംഗ് മേഖലയിലും മറ്റു ചികിത്സാ രീതികളിലും പ്രവർത്തിക്കുന്നവരെയും പരിശീലിപ്പിച്ചു, പകുട്ടപ്പിക്കണമെന്ന് അഭിപ്രായപ്പെട്ടു.

ഡി.എം.ഇ. ഡോ.റംലാബീവി അദ്ദുക്കശയായിരുന്നു. മെഡിക്കൽ കോളേജ് പ്രിൻസിപ്പാൾ ഡോ. തോമസ് മാത്യു, ഡോക്ടർമാരെ പരിശീലിപ്പിക്കുന്നതിനായി ആർ.സി.സിയിലെയും കൊച്ചിൻ കാർസർ സെന്ററിലേയും വിദ്യാർത്ഥിരാക്കിയ പുസ്തകം പ്രകാശിപ്പിച്ചു. ഡോ. ബാബു മാത്യു സ്പാസതവും, ഡോ. നൈബു അബൈഹാം ജോർജ്ജ് കൃതജ്ഞതയും പറഞ്ഞു.

തുടർന്നു നടന്ന ശില്പശാലയിൽ 57 യുവ ഡോക്ടർമാർ പകുട്ടായിരുന്നു. ഡോ. രാമദാസ്, ഡോ. ബാബുമാത്യു, ഡോ. ഇക്ബാൽ അഹമ്മദ്, ഡോ. ജയകുഷ്ണൻ, ഡോ. ജിജി തോമസ്, ഡോ. ചന്ദ്രമോഹൻ, ഡോ. നൈബു അബൈഹാം ജോർജ്ജ്, ഡോ.മീരാ വർ, ഡോ. ശിവരണ്ടജിത്, ഡോ. നീതു ശൈയരൻ എന്നിവർ കൂടാന്നുകൾ എടുക്കുകയും ചർച്ച കൾ നയിക്കുകയും ചെയ്തു. കാർസർ നിയന്ത്രണത്തിനു നിംഫോസിസ് സംസ്ഥാനത്തു നടപ്പാക്കേണ്ട പരിഷ്കാരങ്ങളും, മാറ്റങ്ങളും എന്താക്കേയെന്ന അഭിപ്രായങ്ങൾ അംഗീകരിച്ചേണ്ടം ശില്പശാല അവസ്ഥാനിച്ചു.

**2018 ലോക കാർസർ ദിനത്തോടനുബന്ധിച്ച് യുവദ്യോക്കർമ്മാർക്കായി നടത്തിയ  
കാർസർ നിയന്ത്രണ ശില്പപാലയിൽ ഉദ്ഘതിക്കിരുത്തെ തീരുമാനങ്ങളും ശൃംഗരകളും**

ശില്പപാലയിൽ 57 യുവദ്യോക്കർമ്മാർ പങ്കെടുത്ത ആർ.സി.സിയിലെയും കൊച്ചിൻ കാർസർ റിസർച്ച് സെന്ററിലെയും ദ്യോക്കർമ്മാർ കാർസർ നിയന്ത്രണത്തിന്റെ വിവിധവശങ്ങളുടെ കൂട്ടുകൾ എടുത്തു. അതിനുശേഷം വിദഗ്ദ്ധപാനലും പങ്കെടുത്തവരും ഒരുമിച്ച് ചർച്ച ചെയ്ത് താഴെപറയുന്ന തീരുമാനങ്ങളും ശൃംഗരകളും എടുക്കുകയുണ്ടായി.

1. കാർസറിന്റെ കാരണങ്ങളും, ലക്ഷ്യങ്ങളും, രോഗനിർണ്ണയവും ചികിത്സയുമൊക്കെ മെഡിക്കൽ വിദ്യാർത്ഥികൾ വിശദമായി പറിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിലും, കാർസർ പ്രതിരോധനിയന്ത്രണ മാർഗ്ഗങ്ങളും സമൂഹത്തിൽ കാർസർ നിയന്ത്രണം എങ്ങനെന്ന സാധ്യമാക്കാം എന്നതും ഇപ്പോൾ പാട്യവിഷയങ്ങൾ അല്ല. കാർസർ നിയന്ത്രണം വ്യക്തി എന്ന നിലയിലും സമൂഹത്തിലും എങ്ങനെന്ന ഫലപ്രദമായി നിർവ്വഹിക്കാം എന്നു പറിപ്പിക്കുന്ന ഭാഗം കമ്മ്യൂണിറ്റി മെഡിസിൻ ടെസ്റ്റുബുക്കുകളിൽ ഉൾപ്പെടുത്തുകയും ഹയസ് സർജന്സി സമയത്തു ഇതിനുള്ള പ്രായോഗിക പരിശീലനം നൽകുകയും വേണം.
2. ഹയസ് സർജന്സി തുടങ്ങുന്നതിനു മുമ്പുള്ള ഓറിയേന്റേഷൻ സമയത്തു പുതിയ എല്ലാവരെയും ഉൾപ്പെടുത്തി കാർസർ ഒരു അർദ്ധദിനശില്പപാല നടത്തണം. ആർ.സി.സിയിലെയും മെഡിക്കൽ കോളേജുകളിലെയും വിദഗ്ദ്ധ ദ്യോക്കർമ്മാർ സീനിയർ ബാച്ചിലുള്ള ഹയസ് സർജനാരെ പരിശീലിപ്പിച്ച് അവരെക്കൊണ്ടു പുതിയ ബാച്ചിന് കൂൺസിറ്റുപ്പിക്കുന്നത് സന്ദേശങ്ങളുടെ സ്വീകാര്യത വർദ്ധിപ്പിക്കും. ഈത്തുടർന്ന് ഒരു രീതിയിൽ എല്ലാ തലങ്ങളിലും നടത്താനാവശ്യമായ ഒരു മോഡ്യൂൾ ഡി.എം.എ തയ്യാറാക്കുകയും പരിശീലനത്തിനാവശ്യമായ കൂൺസിറ്റുകൾ എടുക്കാനുള്ള പ്രസന്നേഷനുകൾ ആർ.സി.സി യിലെ വിദഗ്ദ്ധർ തയ്യാറാക്കുകയും വേണം.
3. കാർസർ നിയന്ത്രണത്തിന് ബോധവത്കരണം പ്രധാനമാണ്. ഈ കാലത്ത് പുതു മാല്യമങ്ങളിലൂടെ അസ്ഥാനങ്ങളും അർദ്ധസ്ഥാനത്തുങ്ങളുമായ അനേകം സന്ദേശങ്ങൾ സമൂഹത്തിൽ പ്രചരിക്കുന്നുണ്ട്. ഇതിനെതിരായി തെളിവുകളുടെ അടിസ്ഥാനപ്പെടുത്തി ഫലപ്രദമാണ് തെളിയിക്കപ്പെട്ടിട്ടുള്ള രോഗചികിത്സാരീതികളും പ്രതിരോധ മാർഗ്ഗങ്ങളും രോഗനിർണ്ണയമാർഗ്ഗങ്ങളും മറ്റും ഏതെന്നും പൊതുജനങ്ങളെ മനസ്സിലാക്കി കൊടുക്കണം. ഇതിനായി ലേവനങ്ങളും ലഘുലേവകളും വീഡിയോക്ലീപ്പുകളും തയ്യാറാക്കണം.
4. ഫല സന്നദ്ധസംഘടനകളും, കാർസർ രോഗനിർണ്ണയ കൂണ്ടുകൾ സംസ്ഥാനത്തുട നീളും നടത്തിവരുന്നു. പ്രകടമായ രോഗലക്ഷ്യങ്ങളില്ലാത്ത എന്നാൽ കാർസർ വരാൻ കൂടുതൽ സാഖ്യതയുള്ളവർിൽ കാർസർ ഉണ്ടാ എന്ന് കണ്ടുപിടിക്കാനുള്ള ശാരീരിക പരിശോധനകളും ലഭ്യാര്ഥി ടെസ്റ്റുകളുമാണെങ്കിൽ ചെയ്യു നാൽ. ഇൻഡിസ്റ്റ്രിയൽ കൂടുതലായി കണ്ടു വരുന്ന കാർസറുകളുടെ സ്കൈനിംഗിനായി പൊതുവായ മാർഗ്ഗനിർദ്ദേശങ്ങളിലൂം. അതുകൊണ്ടു കേരളത്തിലെ സ്കൈനിംഗിനായി താഴെപറയുന്ന മാർഗ്ഗനിർദ്ദേശങ്ങൾ മുന്നോട്ടു വകുന്നു.
4. (എ) വായ: 35 വയസ്സിനു മുകളിലുള്ള പുകയില വലിക്കുന്ന / പുകയില ചവയ്ക്കുന്ന / പാൻമസാലകൾ ഉപയോഗിക്കുന്ന / മദ്യം ഉപയോഗിക്കുന്ന എല്ലാവരും വർഷത്തിൽ ഒരി

കൽ ഒരു ദന്തഡ്യാക്ടറോക്സാൻഡ് വായ് പരിശോധിക്കണം. പരിശോധനയിൽ കാൻസർ റിന്റെ മുന്നോടിയായ രോഗങ്ങൾ ഉണ്ടെങ്കിൽ ഡോക്ടറുടെ നിർദ്ദേശം പ്രകാരം ചികിത്സയെയുടുക്കണം. കാൻസറവുണ്ടെങ്കിൽ കഴിയുന്നതും ഭേദം ഒരു കാൻസർ ചികിത്സാ കേന്ദ്രത്തിലെത്തി ചികിത്സയെയുടുക്കണം.

**4 (ബി) സ്ത്രീക്കൾ:** 35 വയസ്സിനു മുകളിലുള്ള എല്ലാവരും സ്വയംസ്ഥനു പരിശോധന നടത്തുക. 45 വയസ്സിനു മുകളിലുള്ളവർ വർഷത്തിൽ ഒരിക്കൽ ഒരു ഡോക്ടറോക്സാൻഡ് സ്ത്രീപരിശോധന ചെയ്യിക്കുക. സംശയകരമായ മാറ്റങ്ങൾ കണ്ടാൽ ഡോക്ടറുടെ നിർദ്ദേശപ്രകാരമുള്ള ടെസ്റ്റുകൾക്കു വിധേയയാകണം. കേരളത്തിൽ ഇപ്പോൾ പ്രായം കുറഞ്ഞവരിലും സ്ത്രീകൾബുദ്ധം കുടുതലായി കണ്ടുവരുന്നു. അതുകൊണ്ട് സ്വയം സ്ത്രീ പരിശോധന 20 വയസ്സു മുതൽ ആരംഭിച്ചാൽ നന്ന്. 45-ാം വയസ്സിൽ സാധിക്കുമെങ്കിൽ ഒരു ബൈയസ് ലൈൻ മാമോഗ്രാഫ് എടുക്കുന്നത് നല്ലതാണ്. രക്തബന്ധുകൾക്കു സ്ത്രീകൾബുദ്ധം വന്നിട്ടുള്ളവരും, മറ്റു സ്ത്രീകൾബുദ്ധം ഉണ്ടാകാനുള്ള ആവേക്ഷിത അവകാശ സാദ്ധ്യത കൂടിയവും 3 വർഷത്തിൽ ഒരിക്കൽ ഒരു മാമോഗ്രാഫ് എടുക്കുക.

**4 (സി) ഗർഭാശയഗളം:** 35 വയസ്സിനു മുകളിലുള്ള/ ലൈംഗിക ബന്ധത്തിൽ ഏർപ്പെട്ടിട്ടുള്ള/ പ്രസവിച്ചിട്ടുള്ള എല്ലാ സ്ത്രീകളും ലഭ്യമായ ബൈയസ് ലൈൻ പാപ്സ്മീയർ ടെസ്റ്റിനോ, എച്ച്.പി.വി ടെസ്റ്റിംഗിനോ, VIA പരിശോധനയ്ക്കോ വിധേയയാകണം. ആരോഗ്യ പ്രവർത്തകരായ ആൾ/കുടുംബസ്ത്രീ പ്രവർത്തകരെ ഉപയോഗിച്ച് പരിശോധനകൾക്കായി വരാൻ സ്ത്രീകളെ പ്രേരിപ്പിക്കുക. സ്കൈനിംഗ് ടെസ്റ്റുകളിൽ ഗർഭപാത്ര കാൻസറിന്റെ മുന്നോടിയായ രോഗങ്ങൾ ഉണ്ടെന്നു കണ്ടാൽ ഒരു ഗൈനക്കോളജിസ്റ്റിനെ കൊണ്ട് ചികിത്സപ്പിക്കണം. കാൻസർ ഉണ്ടെങ്കിൽ നേരെ ഒരു കാൻസർ ചികിത്സാ സഹകര്യമുള്ള ആശുപ്രതിയിലേക്കു റഹർ ചെയ്യുക. കൗമാരപ്രായത്തിൽ പെൻകുട്ടികൾക്ക് എച്ച്.പി.വി വാക്സിൻ നൽകുക.

5. ഫൈസ്കുൾ വിദ്യാർത്ഥികളുടെ പാംപുക്സതകത്തിൽ കാൻസറിനെക്കുറിച്ചിരിക്കുന്ന അടിസ്ഥാന വിവരങ്ങൾ നൽകുന്ന ഒരു പാംപ് Language Text-ൽ ഉൾപ്പെടുത്തുക.

6. പരിശീലനം ലഭിച്ച യുവഡോക്ടർമാർ പുതിയ അറിവിന്റെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ കാൻസർ നിയന്ത്രണത്തിനായി എന്തെല്ലാം ചെയ്തു/ ചെയ്യുന്നു എന്ന മോണിറ്റർ ചെയ്യുക. ഫലവത്തായി പ്രവർത്തിക്കുന്നതിനായി പുതിയ വിവിരസാങ്കതിക വിദ്യകൾ തുടർന്നും അവർക്കു ലഭ്യമാക്കുക.

7. പുകയിലു നിവർത്തന ക്ലിക്കുകൾ ആരംഭിക്കുക, FNA ചെയ്യാനുള്ള പരിശീലനം, VIA/Pap Smear എന്നിവ ചെയ്യാനുള്ള പരിശീലനം, സ്ത്രീകളുടെ സിസ്റ്റമാറ്റിക്കായുള്ള പരിശോധന, വായിലെയും കഴുത്തിലെയും കഴലകളുടെയും പരിശോധന, എന്നിവക്കുള്ള ഹൃസ്യ CME കൾ സംഖ്യാനുടന്നുനീളം ലഭ്യമാക്കുക. ഇൻസർവ്വീസ് ടെയിനിംഗിന്റെ ഭാഗമായി യുവഡോക്ടർമാരെ ഇവയിൽ പങ്കെടുപ്പിക്കുക.

ശില്പശാല സംഘടപ്പിച്ച RCC സന്നദ്ധസംഘടനകളായ, RCA, TOC, KASO, CCFI എന്നിവയോടുള്ള നന്ദി പ്രകടപ്പിച്ചതിനു ശേഷം 2 മണിയോടുകൂടി ശില്പശാല അവസാനിച്ചു.