

रेडिएशन थेरेपी (विकिरण चिकित्सा) को समझना

कैंसर से पीड़ित लोगों के लिए मार्गदर्शिका

यह फैक्ट शीट रेडिएशन थेरेपी को और अधिक अच्छी तरह से समझने में आपकी मदद करने के उद्देश्य से बनाई गई है, यह कैंसर से पीड़ित कुछ लोगों को दिए जाने वाला उपचार है।

रेडिएशन थेरेपी क्या है?

रेडिएशन थेरेपी में कैंसर कोशिकाओं को नष्ट और क्षतिग्रस्त करने के लिए लक्षित रेडिएशन का उपयोग किया जाता है। रेडिएशन थेरेपी आम तौर पर केवल उपचारित हिस्से को ही प्रभावित करती है। इसका उपयोग शुरुआती कैंसर या एडवांस्ड कैंसर के उपचार के लिए किया जा सकता है।

इस उपचार को अंग्रेज़ी भाषा में "रेडिएशन थेरेपी" या "रेडियोथेरेपी" के नाम से जाना जाता है। इसे रेडिएशन ऑन्कोलॉजिस्ट विशेषज्ञ द्वारा निर्धारित किया जाता है, और उपचार रेडिएशन थेरेपिस्ट द्वारा दिया जाता है।

रेडिएशन थेरेपी क्यों करवानी चाहिए?

रेडिएशन थेरेपी का उपयोग विभिन्न कारणों से किया जाता है, जिनमें ये शामिल हैं:

कैंसर को कम करना या ठीक करना – रेडिएशन थेरेपी कुछ प्रकार के कैंसर का उपचार कर सकती है। यह कुछ कैंसर के आकार को कम कर सकती है या उन्हें फैलने से भी रोक सकती है।

अन्य उपचारों में मदद – रेडिएशन थेरेपी का उपयोग कीमोथेरेपी या सर्जरी जैसे अन्य उपचारों से पहले, बाद में या उनके साथ किया जा सकता है।

लक्षणों से राहत पाने में मदद – यदि कैंसर का उपचार नहीं हो सकता है, तो रेडिएशन थेरेपी लक्षणों को कम करने और आपको बेहतर महसूस कराने में मदद कर सकती है।

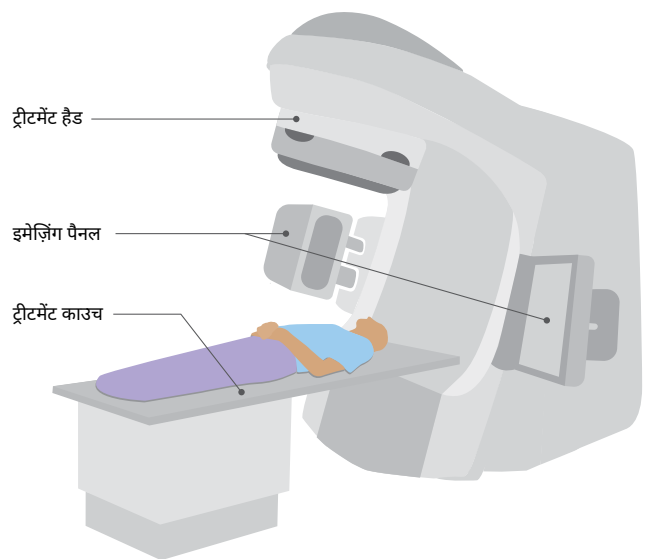
“हर विज़िट में असल उपचार में केवल कुछ ही मिनट का समय लगा। मुझे स्थिर रहने में कोई मुश्किल नहीं हुई, क्योंकि थेरेपिस्ट ने मुझे बहुत अच्छी तरह से पोज़िशन किया था और मेरी पोज़िशन को वेज जैसे मोल्ड से फिट किया गया था।” JACKIE

रेडिएशन थेरेपी कैसे दी जाती है?

रेडिएशन थेरेपी मुख्य रूप से 2 तरीकों से दी जाती है – शरीर के बाहर से या शरीर के अंदर से। आपके कैंसर के प्रकार और दूसरे कारकों के आधार पर, आपको एक या दोनों तरह की रेडिएशन थेरेपी दी जा सकती है।

एक्सटर्नल बीम रेडिएशन थेरेपी (EBRT) – यह एक्स-रे करवाने जैसा ही है। आपको किसी मेज़ पर लिटाया जाता है और मशीन आपके चारों ओर घूमते हुए कैंसर पर रेडिएशन बीम डालती है (नीचे दिया गया चित्र देखें)। उपचार में केवल कुछ ही मिनटों का समय लगता है, हालाँकि सब चीज़ें तैयार करने में अधिक समय लग सकता है।

इंटरनल रेडिएशन थेरेपी – इंटरनल रेडिएशन थेरेपी का सबसे मुख्य तरीका ब्रैकीथेरेपी है। इसमें शरीर के अंदर, कैंसर के पास या कैंसर के अंदर सीलबंद रेडियोएक्टिव इम्प्लांट (बीज, तार या कैप्सूल) रखे जाते हैं। इम्प्लांट से रेडिएशन निकलता है जो कैंसर कोशिकाओं को क्षतिग्रस्त या नष्ट कर देता है, लेकिन इसके साथ ही उस क्षेत्र के आस-पास के टिशू और अंगों तक रेडिएशन की मात्रा को भी सीमित करता है।



यह लीनियर एक्सेलरेटर (LINAC) का सामान्य चित्रण है, जो EBRT देने के लिए सबसे अधिक उपयोग की जाने वाली मशीन है। आपके उपचार के लिए प्रयोग की जाने वाली LINAC मशीन कुछ अलग दिख सकती है।

मुझे कितने उपचार सेशन लेने की आवश्यकता होगी?

रेडिएशन थेरेपी उपचार प्रत्येक व्यक्ति की आवश्यकताओं के अनुसार दिया जाता है। आपके कैंसर के प्रकार, उसके स्थान, आकार और आपके सामान्य स्वास्थ्य के आधार पर आपके लिए आवश्यक सेशन निर्धारित किए जाते हैं। कुछ लोगों को केवल एक ही बार उपचार की आवश्यकता होती है, वहीं किसी अन्य को कई सप्ताह तक 5 दिन प्रति सप्ताह रेडिएशन थेरेपी की आवश्यकता हो सकती है।

यदि ब्रैकीथेरेपी उपचार का उपयोग किया जाता है, तो इम्प्लांट्स को कुछ मिनटों, कुछ दिनों या हमेशा के लिए उनके स्थान पर छोड़ा जा सकता है।

क्या रेडिएशन थेरेपी दर्दनायक होती है?

एक्सटर्नल बीम रेडिएशन थेरेपी (EBRT) – आप कुछ भी महसूस नहीं करेंगे/गी और मशीन आपको छुएगी भी नहीं। मशीन के चालू होने पर आपको भिनभिनाने जैसी आवाज़ सुनाई दे सकती है। उपचार करवाते वक्त अन्य लोगों के संपर्क में रहना सुरक्षित है।

ब्रैकीथेरेपी – आपको स्थानीय या सामान्य एनेस्थीसिया की आवश्यकता पड़ सकती है। ब्रैकीथेरेपी के दौरान आपको किसी भी प्रकार का कोई तीव्र दर्द नहीं होना चाहिए या आपको बीमार जैसा महसूस नहीं होना चाहिए। यदि आपको थोड़ा दर्द महसूस होता है, तो आपका डॉक्टर दर्द कम करने के लिए कोई दवा बता सकता है। जिन लोगों के अस्थायी इम्प्लांट लगते हैं, उन्हें इनके रहने तक अस्पताल में रुकने की आवश्यकता पड़ सकती है। इस दौरान, परिवार और मित्रों को आप से मिलने से रोका जा सकता है ताकि उन्हें रेडिएशन के जोखिम से बचाया जा सके।

“नर्सों ने मुझे उपचार क्षेत्र की त्वचा पर लगाने के लिए क्रीम और जैल दिया। मैंने इसका उपयोग उपचार शुरू होते ही और समाप्त होने के थोड़े समय बाद तक रोज़ाना किया। मेरे शरीर पर जलने जैसे गहरे निशान पड़ गए थे, लेकिन उनमें से अधिकांश अब हल्के हो गए हैं।” JACKIE

रेडिएशन थेरेपी के दुष्प्रभाव

रेडिएशन थेरेपी का प्रकार और खुराक और शरीर का वह हिस्सा जिसका उपचार किया जा रहा है, सहित कई चीज़ें आपके दुष्प्रभावों पर असर डाल सकती हैं। यदि आप किसी भी दुष्प्रभाव का सामना करते/ती हैं तो अपनी कैंसर उपचार टीम से बात करें।



थकान (थकावट महसूस करना)

थकान रेडिएशन थेरेपी के दुष्प्रभावों में से सबसे सामान्य है, आप उपचार के दौरान थकावट महसूस करना शुरू करते/ती हैं जो इसके समाप्त होने के बाद भी कई महीनों तक रह सकती है।



उपचार क्षेत्र की त्वचा में बदलाव

रेडिएशन थेरेपी से उपचार क्षेत्र की त्वचा रूखी, खुजलीदार और पपड़ीदार हो सकती है। कभी-कभार त्वचा में काफी जलन भी हो सकती है।



उपचार क्षेत्र से बालों का झड़ना

यदि उपचार क्षेत्र पर बाल हैं, तो ऐसा हो सकता है कि कुछ या सारे बाल झड़ जाएँ। आमतौर पर उपचार समाप्त होने के बाद बाल दोबारा आ जाते हैं।



आंत्र और मूत्राशय में बदलाव

पेल्विक क्षेत्र में रेडिएशन के परिणामस्वरूप मूत्राशय पर नियंत्रण खो सकता है, दस्त लग सकते हैं और मूत्र या मल त्याग करते समय परेशानी का सामना करना पड़ सकता है।



भूख कम लगना और जी मिचलाना

पेट, पेल्विक क्षेत्र और सिर पर रेडिएशन थेरेपी से लोगों को बीमार जैसा महसूस हो सकता है या खाने में उनकी रूचि भी कम हो सकती है।



लिम्फोएडेमा

त्वचा के नीचे द्रवीय पदार्थ एकत्रित होने और सूजन होने से लिम्फोएडेमा होता है। सर्जरी के बाद रेडिएशन थेरेपी करवाने से जोखिम बढ़ जाता है।



मुँह और गले की समस्याएँ

सिर, गर्दन या छाती पर रेडिएशन थेरेपी से स्वाद में बदलाव, खाना निगलने में मुश्किल और मुँह सूखने जैसी समस्याएँ हो सकती हैं।

दुष्प्रभाव आम तौर पर अस्थायी होते हैं और इनका उपचार किया जा सकता है। कुछ दुष्प्रभाव अधिक समय तक रह सकते हैं या कुछ उपचार समाप्त होने के बाद भी दिख सकते हैं। आप अपने डॉक्टर से दीर्घकारिक या देर से होने वाले दुष्प्रभावों को प्रबंधित करने में मदद पा सकते/ती हैं।

कीमोरेडिएशन क्या है?

जब किसी पीड़ित व्यक्ति को कीमोथेरेपी के साथ ही रेडिएशन थेरेपी भी दी जाती है, तो इसे कीमोरेडिएशन के नाम से जाना जाता है। कीमोथेरेपी की दवाएँ कैंसर कोशिकाओं को रेडिएशन के प्रति अधिक संवेदनशील बना देती हैं। कुछ प्रकार के कैंसर के लिए रेडिएशन थेरेपी और कीमोथेरेपी, दोनों एक साथ करवाना अधिक प्रभावशाली हो सकता है। आप कीमोथेरेपी और रेडिएशन थेरेपी एक ही दिन में या विभिन्न दिनों में अलग-अलग समय पर करवा सकते/ती हैं।

कीमोरेडिएशन के दुष्प्रभाव आपकी कीमोथेरेपी दवाओं, रेडिएशन की खुराक, शरीर के जिस हिस्से का उपचार किया जा रहा है और उपचार की अवधि जैसे कारकों पर निर्भर करेंगे। अपनी उपचार टीम से इस बारे में बात करें कि आपको क्या उम्मीद करनी चाहिए और आप अपने दुष्प्रभावों का प्रबंधन कैसे कर सकते/ती हैं।

► अपनी भाषा में हमारी कीमोथेरेपी को समझना - फैक्ट शीट को देखें।

क्या रेडिएशन थेरेपी से प्रजनन क्षमता प्रभावित होती है?

बांझपन (गर्भ धारण करने में मुश्किल) होने का जोखिम शरीर के उपचारित भाग, रेडिएशन की खुराक और उपचार सेशन की संख्या पर निर्भर करेगा।

यदि आपको बांझपन जैसे दुष्प्रभाव होने की संभावना है, तो आपका रेडिएशन ऑन्कोलॉजिस्ट उपचार शुरू होने से पहले आपसे इस बारे में बात करेगा। यदि आप भविष्य में बच्चे चाहते/ती हैं तो उन्हें इस बारे में बताएँ और वे आपको विकल्पों के बारे में बताएँगे।

कुछ ऐसे प्रश्न जो आप अपने डॉक्टर से पूछना चाहेंगे/गी

प्रश्न पूछने से आपको सूचित निर्णय लेने में मदद मिलती है। कुछ ऐसे प्रश्न जो आप अपने डॉक्टर से पूछ सकते/ती हैं:

- मुझे रेडिएशन थेरेपी क्यों करवानी चाहिए?
- मेरे लिए रेडिएशन थेरेपी के क्या लाभ और नुकसान हैं?
- जिस कैंसर से मैं पीड़ित हूँ, उसके लिए रेडिएशन थेरेपी कितनी सफल है?
- मुझे किस तरह की रेडिएशन थेरेपी दी जाएगी?
- उपचार में कितना समय लगेगा? यह कैसे किया जाएगा?
- मैं यह उपचार कहाँ से करवा सकता/ती हूँ?
- रेडिएशन थेरेपी के संभावित जोखिम और दुष्प्रभाव क्या हैं?
- क्या रेडिएशन उपचार के दौरान सेक्स करना सुरक्षित है?
- और अधिक प्रश्नों के बारे में जानने के लिए, अपनी भाषा में *अपने डॉक्टर से पूछे जाने वाले प्रश्न* - फैक्ट शीट देखें।

अपनी भाषा में मदद और जानकारी कहाँ से प्राप्त करें

- **Cancer Council** को 13 11 20 पर कॉल करें। हम आपको दुभाषिया सेवाओं से जोड़ सकते हैं और आपकी भाषा में संसाधन भी दे सकते हैं।
- **TIS नेशनल** को 131 450 पर कॉल करें। यह निशुल्क दुभाषिया सेवा है जो आपको अपनी मेडिकल अपॉइंटमेंट के लिए या Cancer Council से संपर्क करने के लिए किसी दुभाषिए से जोड़ सकती है।

- **How to find this resource in English and other languages.** Visit our multilingual hub at cancercouncil.com.au/multilingual or scan this QR code.



SCAN ME

अभिस्वीकृति

इस फैक्ट शीट को Cancer Council NSW ने Cancer Council Australia की Understanding Cancer serie (कैंसर को समझना) श्रृंखला से मिली जानकारी को स्रोत-सामग्री के तौर पर उपयोग करके बनाया है। हम इस जानकारी पर काम करने वाले सभी स्वास्थ्य पेशेवरों और उपभोक्ताओं के प्रति आभार व्यक्त करते हैं।

इस फैक्ट शीट के लिए विशेषज्ञ और उपभोक्ता समीक्षकों की सूची के लिए हमारी वेबसाइट देखें।

पाठकों के लिए ध्यान रखने योग्य बात

अपने स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले मामलों के बारे में सदैव अपने डॉक्टर से सलाह लें। यह फैक्ट शीट सामान्य जानकारी के तौर पर बनाई गई है और यह किसी भी प्रकार की पेशेवर मेडिकल, कानूनी या वित्तीय सलाह का विकल्प नहीं है। मेडिकल और अनुसंधान समुदायों द्वारा कैंसर के बारे में जानकारी को हमेशा अपडेट और संशोधित किया जाता है। हालांकि प्रकाशन के समय सटीकता सुनिश्चित करने पर पूरा ध्यान दिया गया है, लेकिन Cancer Council Australia और इसके सदस्य इस फैक्ट शीट में दी गई जानकारी के उपयोग या निर्भरता से होने वाली किसी भी चोट, हानि या क्षति के लिए सभी दायित्वों से मुक्त हैं।

इस अनुवाद को NSW के लोगों की उदारता से धन-राशि प्राप्त है। Cancer Council की सहायता करने के लिए, 1300 780 113 पर कॉल करें या cancercouncil.com.au पर जाएँ।



Cancer Council NSW पूरे ऑस्ट्रेलिया में देश के पारंपरिक मालिकों और भूमि, समुद्र और समुदायों के साथ उनके निरंतर जुड़ाव को मान्यता प्रदान करता है। हम एबोरिजिनल और टोरेस स्ट्रेट आइलैंड संस्कृति और भूतपूर्व और वर्तमान बुजुर्गों के प्रति अपना सम्मान प्रकट करते हैं।

