NHS choices

স্তনের ক্যান্সার, পুরুষ

ভূমিকা

সাধারণত স্তনের ক্যান্সারকে মহিলাদের রোগ হিসাবেই ভাবা হয়, কিন্তু প্রায় 1% স্তনের ক্যান্সার পুরুষদের হয়ে থাকে। প্রতি বছর প্রায় 300 জন পুরুষের স্তনের ক্যান্সার সনাক্ত করা হয়।

পুরুষদের স্তনবৃন্তের পশ্চাতে অল্প পরিমাণ কোষকলা থাকে, এবং এটি মহিলাদের মত বেশি না হওয়া সত্ত্বেও এই স্থানটিতে ক্যান্সার হতে পারে।

60 বছরের চেয়ে অধিক বয়সের পুরুষদের ক্ষেত্রে পুরুষদের স্তনের ক্যান্সার অধিক সচরাচর দেখা যায়। খুব অল্প সংখ্যক পুরুষই এই বিষয়ে অবগত আছেন এবং এটি সাধারণত মহিলাদের তুলনায় দেরীতে সনাক্ত হয়। সেইজন্য যখন ক্যান্সারটি ধরা পড়ে তখন এটির অনেক বেশি গুরুতর হয়ে ওঠার সম্ভাবনা থাকে এবং চিকিৎসা করা কঠিন হয়ে পড়ে।

রোগলক্ষণগুলি

পুরুষদের স্তনের ক্যান্সারের অনেক বিভিন্ন ধরনের রোগলক্ষণ থাকতে পারে। যে রোগলক্ষণটি সবচেয়ে সচরাচর দেখা যায় তা হল স্তনের পিন্ড অথবা পিন্ডসমূহ। অন্যান্য রোগলক্ষণগুলির অন্তর্ভুক্ত হল স্তনের আয়তন, আকার অথবা ত্বকের পরিবর্তন, স্তনবৃন্তের আকৃতির পরিবর্তন, স্তনবৃন্ত থেকে নিঃসরণ হওয়া, স্তনের উপরে ক্ষত, অথবা স্তনবৃন্তের উপরে বা চারপাশে ফুসকুড়ি। স্তনে যন্ত্রণা হওয়া স্তনের ক্যান্সারের একটি বিরল রোগলক্ষণ।

পুরুষদের স্তনের জায়গায় উপবৃদ্ধি এবং নরম হয়ে যাওয়া মানে এই নয় যে নিশ্চিতরূপে আপনার ক্যান্সার হয়েছে। গাইনিকোম্যাসটিয়া নামক রোগাবস্থার কারণে এটি প্রায়শই হয়ে থাকে। এটি রক্তে ইস্ট্রোজেনের (মহিলাদের যৌন হর্মোন) পরিমাণের বৃদ্ধি এবং এন্ড্রোজেনের (পুরুষদের হর্মোন) পরিমাণ হ্রাসের কারণে হয়ে থাকে। যাইহোক, আপনি যদি আপনার স্তনে কোনও পরিবর্তন অনুভব করেন অথবা কোনও পিন্ড খুঁজে পান, তাহলে সর্বদা এগুলি আপনার জিপি-কে দিয়ে পরীক্ষা করিয়ে নেওয়া উচিত।

কারণগুলি

আপনার কোনও নিকট আত্মীয়ের (পুরুষ বা মহিলা) স্তনের ক্যান্সারের ইতিহাস থাকলে, আপনার স্তনের ক্যান্সারের ঝুঁকি অধিক থাকে। যদি একাধিক নিকট আত্মীয় এতে আক্রান্ত হয়ে থাকেন, যদি আত্মীয়ের বয়স 40-এর কম হয়, অথবা যদি তাদের এটি উভয় স্তনেই থাকে তাহলে ঝুঁকিটি তুলনায় বেশি থাকে।

যদি আপনার ইস্ট্রোজেনের (মহিলাদের যৌন হর্মোন) মাত্রা বেশি থাকে, এন্ড্রোজেনের (পুরুষদের হর্মোন) মাত্রা কম থাকে, অথবা ক্লাইনফেলটার'স সিনড্রোম জাতীয় বিরল জিনবাহিত রোগ থাকে সেক্ষেত্রেও আপনার অধিকতর ঝুঁকি থাকে।

উচ্চ মাত্রার রশ্মি বিকিরণের সংস্পর্শে আসাও, উদাহরণস্বরূপ পূর্বে বিকিরণ সহযোগে চিকিৎসার কারণে, আপনার ঝুঁকি বৃদ্ধি করে।

রোগনির্ণয়

যদি আপনার ক্ষেত্রে পুরুষদের স্তনের ক্যান্সারের রোগলক্ষণগুলি দেখা যায় তাহলে আপনার জিপি আপনাকে একজন বিশেষজ্ঞের কাছে পাঠাবেন। এর অর্থ এই নয় যে আপনার ক্যান্সার আছে, কিন্তু পরবর্তী পরীক্ষাগুলি করানো প্রয়োজন।

 © Queen's Printer and Controller of HMSO 2008

পরীক্ষাগুলির অন্তর্ভুক্ত হল স্তনের আলট্রাসাউন্ড যেটি স্তনের কোষকলার পরিবর্তনগুলি দেখায় এবং সূক্ষ্ম সূচ এসপিরেশন, যেখানে পরীক্ষার জন্য স্তনের কোষ এবং তরল বের করার জন্য একটি সরু সূচ ব্যবহার করা হয়।
স্তনের ক্যান্সারকে গাইনিকোম্যাসটিয়া (স্তনের অস্বাভাবিক স্ফীতি) থেকে পৃথক করার জন্য একটি শারীরিক পরীক্ষা করা হয়।

আপনি যদি আপনার পরিবারের মধ্যে স্তনের ক্যান্সার প্রবাহিত হওয়ার কারণে উদ্বিগ্ন হন এবং আপনার জিপি মনে করেন যে গড়ের তুলনায় আপনার ঝুঁকি বেশি আছে, তাহলে পরীক্ষা এবং পরামর্শের জন্য আপনি একটি পারিবারিক জিনবাহিত ক্যান্সার সংক্রান্ত চিকিৎসাকেন্দ্রে যেতে পারেন।

চিকিৎসা

ক্যান্সারটি সনাক্ত হওয়ার পরে এটি কতটা গুরুতর অবস্থায় আছে তার উপর চিকিৎসার বিকল্পগুলি নির্ভর করে।

পুরুষদের ক্ষেত্রে সাধারণত লাম্পেকটমি (যেখানে কেবলমাত্র পিন্ডটি অপসারণ করা হয়) করা যায় না কারণ স্তনে কোষকলার পরিমাণ খুবই কম থাকে, এবং ক্যান্সারটি সাধারণত স্তনবৃন্তের নিকটে থাকে। সাধারণত ম্যাসটেকটমি (সম্পূর্ণ স্তনটি অপসারণ করার অস্ত্রোপচার) করা হয়। ক্যান্সারটি যদি ছড়িয়ে পড়ে সেক্ষেত্রে সাধারণত পার্শ্ববর্তী লসিকা পর্বগুলিও (উদাহরণস্বরূপ, বাহুর তলদেশের) অপসারণ করা হয়।

পরবর্তী চিকিৎসার প্রয়োজন আছে কিনা তা আপনার বিশেষজ্ঞ সিদ্ধান্ত নেবেন, যার অন্তর্ভুক্ত হতে পারে রেডিওথেরাপি, কেমোথেরাপি, হর্মোন থেরাপি অথবা হার্সেপ্টিন।

জটিলতাগুলি

স্তনের ক্যান্সারের প্রধান জটিলতাটি হল দেহের অন্যান্য অংশে ক্যান্সারটি ছড়িয়ে পড়া। ক্যান্সারঘটিত উপবৃদ্ধিগুলি (টিউমার) ফুসফুস, হাড়, যকৃত, মস্তিষ্ক, এবং বগলের লসিকা পর্ব জাতীয় স্থানগুলিতে ছড়িয়ে পড়তে পারে।

ক্যান্সার প্রাথমিক অবস্থায় এবং ছড়িয়ে পড়ার পূর্বে ধড়া পড়লে এটির চিকিৎসা আরো কার্যকরী হয়। তাই যত শীঘ্র সম্ভব কোনওপ্রকার পিন্ড অথবা অন্যান্য রোগলক্ষণগুলি আপনার জিপিকে দিয়ে পরীক্ষা করিয়ে নেওয়া গুরুত্বপূর্ণ।

প্রতিরোধ

যদিও স্তনের ক্যান্সার প্রতিরোধ করার কোনও সুনিশ্চিত উপায় নেই, তবুও প্রাথমিকভাবে ক্যান্সার ধরা পড়া এটি ছড়িয়ে পড়া প্রতিরোধে সহায়তা করতে পারে। আপনার স্তনের আকৃতি এবং স্পর্শের দ্বারা অনুভব সম্পর্কে অবগত থাকা গুরুত্বপূর্ণ, বিশেষ করে আপনার পরিবারে যদি স্তনের ক্যান্সারের একটি ইতিহাস থাকে। আপনার যদি অস্বাভাবিক কোনোকিছু নজরে পড়ে তাহলে আপনার জিপি-র সঙ্গে দেখা করুন।

একটি স্বাস্থ্যকর জীবনধারা ক্যান্সার সহ একাধিক রোগ প্রতিরোধে সহায়তা করতে পারে। এর অর্থ হল ধূমপান পরিহার করা, মদ্যপান (পুরুষদের ক্ষেত্রে দিনে 4 ইউনিটের বেশি নয়) পরিমিত মাত্রায় করা, কম চর্বিযুক্ত খাদ্যগ্রহণ করা, এবং অধিক তন্তু, ফল এবং শাকসব্জি খাওয়া। নিয়মিত শরীরচর্চাও সহায়তা করবে।

© Queen's Printer and Controller of HMSO 2008

গোপনীয় অনুবাদ পরিষেবা

আপনি কল করার কয়েক মিনিটের মধ্যেই NHS ডায়রেক্ট অনেক ভাষায় গোপনীয় দোভাষী প্রদান করতে পারে।

আমাদের সরল 3টি ধাপের নির্দেশ অনুসরণ করুন :

ধাপ 1- NHS ডায়রেক্ট এর টেলিফোন নম্বর 0845 4647-এ কল করুন।

ধাপ 2 - আমরা আপনার কলের উত্তর দেওয়ার পরে ইংরেজীতে বলুন যে আপনি কোন ভাষাটি ব্যবহার করতে চান। আপনাকে একজন দোভাষীর সাথে সংযুক্ত না করা পর্যন্ত লাইনে অপেক্ষা করুন, আপনার যে স্বাস্থ্য সংক্রান্ত তথ্য বা পরামর্শ প্রয়োজন, ইনি আপনাকে তা প্রদান করতে NHS ডায়রেক্ট-কে সাহায্য করবেন।

ধাপ 3 - বিকল্প হিসাবে আপনি একজন বন্ধু বা আত্মীয়কে আপনার হয়ে কল করার জন্য বলতে পারেন। আপনি কেন কল করেছেন তা ব্যাখ্যা করার আগে একজন দোভাষী লাইনে আসা অবধি অপেক্ষা করুন।

© Queen's Printer and Controller of HMSO 2008