



## పొట్ట క్యాన్సర్.. ఐదు హెచ్చరికలు

పొట్ట క్యాన్సర్.. అంతగా చర్చకరాని తీవ్ర వ్యాధి. రుగ్మత లక్షణాలను గుర్తించకుండా నిర్లక్ష్యం చేస్తే మాత్రం ప్రాణాంతకంగా పరిణమిస్తుంది. పొట్ట క్యాన్సర్ విషయంలో ఐదు సాధారణ లక్షణాలను గమనించాలి. కచ్చితమైన నిర్ధారణ కోసం త్వరగా వైద్యులను సంప్రదించి, మంచి చికిత్స తీసుకుంటే ఫలితాలు మెరుగ్గా ఉంటాయి.

- కడుపులో అసౌకర్యం**  
కడుపులో తీవ్ర అసౌకర్యం, నొప్పి, దీన్ని అజీర్తిగానో, చిన్న పాటి జీర్ణ సమస్యగానో అపోహపడతారు చాలామంది. కడుపు పైభాగంలో ఎడతెగని నొప్పి ఉందంటే అది పొట్ట క్యాన్సర్ సంతకం కావచ్చు. మామూలు మందులు వాడినా, జీవశస్త్ర చికిత్సలు చేసినా... సమస్య తగ్గలేదంటే వైద్యులను సంప్రదించడం తప్పనిసరి.
- అలసత్వం బరువు తగ్గడం**  
ఎలాంటి ప్రయత్నాలూ లేకుండానే బరువు తగ్గడం పొట్ట క్యాన్సర్ కు తోటి హెచ్చరిక. బరువు తగ్గడం ఒక్కటి కాకుండా.. కడుపునొప్పి లాంటివి కూడా బాధిస్తుంటే జాగ్రత్తపడాలి సమయం వచ్చిందని అర్థం.
- వికారం, వాంతులు**  
విడువకుండా వికారం, వాంతులు ఇబ్బంది పెడుతుంటే.. ముఖ్యంగా ఆహారం తిన్న తర్వాత ఈ సమస్యలు ఉంటే తేలిగ్గా తీసుకోవద్దు. తక్షణం వైద్య చర్యలు చేయించుకోవాలి.
- మింగడంలో ఇబ్బంది**  
వైద్య పరిభాషలో ఈ ఇబ్బంది దిని డిస్ఫేజియా అని పిలుస్తారు. ఇది తక్షణమే దృష్టి సారించాల్సిన లక్షణం. మొదట్లో ఘన పదార్థాలు తినడం ఇబ్బందికరంగా ఉంటుంది. క్యాన్సర్ పెరుగుతున్న కొద్దీ ద్రవ పదార్థాలు కూడా లోపలికి వెళ్లవు.
- అకారణమైన అలసట**  
ఏ శ్రమ లేకుండానే అలసట, బలహీనత వీడిస్తున్నాయంటే.. పొట్ట క్యాన్సర్ సహజ బయటికి కనిపించని ఆరోగ్య సమస్యకు ఇది సంతకం కావచ్చు. రోజువారీ ఒత్తిళ్ల కారణంగా అలసటను అంతగా పట్టించుకోవద్దు చాలామంది. వెంటనే వైద్యులను సంప్రదించి విశ్లేషించుకోవాల్సిన అవసరం ఉంటుంది.

**బ్రెస్ట్ రీకన్స్ట్రక్షన్.. ఈ మధ్య కాలంలో ఎక్కువగా వినిపిస్తున్న శస్త్రచికిత్స పేరు. మహిళలకు ఇంకా వరం. ఒకప్పుడు ఇలాంటి సర్జరీలు సంవన్న వరాలకే పరిమితం. దీంతో, ఈ వైద్య విధానం గురించి సాధారణ ప్రజానికానికి తెలిసేదే కాదు. పెరుగుతున్న సాంకేతికత, ఆరోగ్య చైతన్యం.. తదితర కారణాల వల్ల బ్రెస్ట్ రీకన్స్ట్రక్షన్ శస్త్రచికిత్సల సంఖ్య పెరుగుతున్నది.**

# బ్రెస్ట్ రీకన్స్ట్రక్షన్!

Breast Reconstruction

మనిషి శరీరంలో ప్రతి అవయవమూ ప్రధానమే. దేని ప్రత్యేకత దానిదే. ఏ ఒక్క భాగం లోపించినా దైనందిన జీవితంపై తీవ్ర ప్రభావం పడుతుంది. అందులో రొమ్ము ఒకటి. రొమ్ము మహిళ మాత్రమే కాకుండా బాగా, తీరైన ఆకృతికి ఆధారం. కొంతమందికి జన్మపరమైన సమస్యల కారణంగా పుట్టుకతోనే ఒక రొమ్ము చిన్నగా ఉంటుంది. మరికొందరికి మొత్తానికే ఉండదు. ఉన్నా కూడా రెండూ చిన్నగానే ఉంటాయి. దీంతో వైవాహిక జీవితంలో పలు ఇబ్బందులు ఎదురౌతుంటాయి. సామాజికంగా కూడా వివక్ష గురవుతారు. అప్పుడే వివాహానికి కూడా దూరంగా ఉండేవారు. ప్రమాదాలు, కాలిన గాయాలు, క్యాన్సర్ లాంటి రుగ్మతలు.. శాశ్వతంగా ఛాతీని దూరం చేస్తాయి. ఆ వెలితి జీవితకాలం వేదిం చేడి. సూటిపటి మాటలకు కారణం అయ్యేది. లైంగిక జీవితం మీద కూడా ప్రభావం చూపేది. బ్రెస్ట్ రీకన్స్ట్రక్షన్ సర్జరీ అందుబాటులో లేక, ఉన్నాకూడా చికిత్స చేయించుకునే స్థానం లేక.. జీవితాన్ని నిర్దిష్టంగా గడిపేవారు. కానీ నేడు వైద్యరంగంలో వచ్చిన అధునాతన పద్ధతులకు తోడు ప్రజల్లో పెరిగిన ఆరోగ్య అవగాహన వల్ల బ్రెస్ట్ రీకన్స్ట్రక్షన్ సర్జరీల సంఖ్య రోజు రోజుకు పెరుగుతున్నది.

**రీకన్స్ట్రక్షన్ సర్జరీ.. బాధలు**

- అత్యున్నత శక్తులు. దీంతో జీవిత లక్ష్యం మీద ఫోకస్ చేయవచ్చు.
- సర్జరీ తర్వాత సాధారణ వైవాహిక జీవితం గడవవచ్చు.
- జన్మకాలే ఛాతీ పరిమాణం తక్కువగా ఉన్నప్పుడు.. సర్జరీ ద్వారా లోపాన్ని సరిచేసుకోవచ్చు.
- క్యాన్సర్ లోని లక్షణాలు తొలగించాలి వచ్చినప్పుడు బ్రెస్ట్ రీకన్స్ట్రక్షన్ తిరుగులేని ప్రత్యామ్నాయం. దీనివల్ల రోగి మునుపటి జీవితాన్ని గడవవచ్చు.
- అగ్ని ప్రమాదాలు, ఇతర సంఘటనల్లో దెబ్బతిన్న ఛాతీని పూర్తి స్థితికి తీసుకురావచ్చు.

**అధినితీయ మామోప్లాస్టీ**  
కొంతమందిలో జన్మపరమైన కారణాల వల్ల ఒక రొమ్ము సాధారణ పరిమాణంలో ఉంటుంది.. మరో రొమ్ము చిన్నగా ఉంటుంది. ఇంకొందరిలో ఒక రొమ్ము పూర్తిగా ఉండదు. అంటే, బాల్యం నుంచీ వృద్ధి చెందదు. ఇంకొందరిలో రొమ్ములు రెండూ అతి తక్కువ పరిమాణంలో ఉంటాయి. ఒకవైపు రొమ్ము అగ్నినితీయ మామోప్లాస్టీ అనే బ్రెస్ట్ ఇంప్లాంట్ ద్వారా చికిత్స చేస్తారు. ఏవైనా దెబ్బలు తగిలితప్పుడు లేదా కాలిన గాయాలవల్ల ఉన్నా కూడా ఈ రకమైన చికిత్స చేస్తారు. లోపం ఉన్న ప్రాంతంలో చర్మం, కండ ఉన్నప్పుడు మాత్రమే ఈ శస్త్ర చికిత్స సాధ్యమవుతుంది. ఛాతీ పరిమాణంలో తేడాలున్న రొమ్ములకు రీకన్స్ట్రక్షన్ తరువాత.. రెండు రొమ్ములు యధావిధిగా పనిచేస్తాయి.



**మూడు సంవత్సరాలలో..**  
ప్రధానంగా మూడు సంవత్సరాలలో బ్రెస్ట్ రీకన్స్ట్రక్షన్ శస్త్రచికిత్స చేస్తారు. 1. రొమ్ము క్యాన్సర్ బాధితులకు. 2. పుట్టుకతోనే రొమ్ము పరిమాణంలో తేడా ఉన్నవారికి. 3. రొమ్ము అసాధారణ పరిమాణంలో ఉన్నప్పుడు.

**క్యాన్సర్ బాధితులకు**  
సాధారణంగా క్యాన్సర్ బాధితులకు రొమ్మును పూర్తిగా తొలగించాలి ఉంటుంది. రోగి ఆమోదాన్ని, ఆర్థిక స్థానాన్ని బట్టి.. ఆ ప్రదేశంలో బ్రెస్ట్ రీకన్స్ట్రక్షన్ సర్జరీ ద్వారా కృత్రిమమైన రొమ్మును అమరుస్తారు. కొంతమందికి ఇంప్లాంట్ తోపాటు ఫ్యాప్ (కండ) వేస్తారు. పొట్టపై ఉన్న కొవ్వు, రక్తనాళాలతో సహా కండాలను సేకరించి బ్రెస్ట్ ఇంప్లాంట్ సాయంతో ఫ్యాప్ తో రొమ్మును పునర్నిర్మిస్తారు. చర్మం సరిగ్గా లేనప్పుడు టిష్యూ ఎక్స్ పాండర్ సహకారంతో తీసుకుంటారు. ఇంప్లాంట్ తోపాటు ఫ్యాప్ గ్రాఫ్టింగ్ చేస్తారు. ఈ విధంగా రీకన్స్ట్రక్షన్ చేసిన రొమ్ము.. సహజమైన రొమ్ములా పని చేయలేదు. కేవలం ఓ అలంకారంగా ఉంటుంది.

**లక్ష్య మామోప్లాస్టీ**  
కొందరు మహిళల్లో 'ఫ్యాట్ ఎడినోమా' అనే గడ్డల ప్రభావంతో రొమ్ములు మరీ పెద్దగా ఉంటాయి. ఇతర కారణాల వల్ల కూడా రొమ్ములు అసహజ పరిమాణంలో ఉండవచ్చు. దీనివల్ల ఆరోగ్య సమస్యలతోపాటు సామాజిక ఇబ్బందులూ ఎదురవుతాయి. దీన్ని అధిగమించడానికి 'బ్రెస్ట్ రీకన్స్ట్రక్షన్ మామోప్లాస్టీ'



# ప్రాణాంతకం.. పాలిఫార్మసీ!

అవసరానికి మించి మందులు వాడటాన్నే 'పాలిఫార్మసీ' అంటారు. ఏ ప్రెస్క్రిప్షన్ లేకుండా.. ఒకేసారి నాలుగైదు రకాల ఔషధాలు వేసుకుంటున్నామంటే అది పాలిఫార్మసీ కిందికే వస్తుంది. దీనివల్ల మరిన్ని వైద్య సమస్యలు తలెత్తే అవకాశం ఉంది. జీవనశైలిలోనూ ప్రతికూల మార్పులు వస్తాయి. ఒక మందు మరో మందుతో కలవడం వల్ల ముప్పు పెరుగుతుంది.

**పాలిఫార్మసీ..** మామూలుగా ఒక మందు బదులుగా మరో మందు వాడితే వచ్చే సాధారణ రియాక్షన్ లాంటిది కాదు. ఇది శరీరంపై తీవ్ర ప్రతికూల ప్రభావం చూపుతుంది. ఆ ఔషధాలు క్రమంగా ఆ వ్యక్తి శరీరంపై సమర్థంగా పని చేయవు. ఇదే పుణ్య వ్యయం కూడా.

**మలబద్ధకం**  
ట్రైసిక్లిక్ యాంటీడెప్రెసివెంట్స్, ఓపియాయిడ్స్ అనల్జిక్స్, క్యాల్షియం సప్లిమెంట్లు, మొదటి తరం యాంటిబయోఫ్టోస్, వెరాపమిల్ లేదా డిలిటియాజెం లాంటి మందులు మలబద్ధకానికి కారణమవుతాయి.

**నోరు, కండ్లు పాడిబారడం**  
నోరు, కండ్లు పాడిబారడాన్ని ఓరల్ పాలిఫార్మసీ అంటారు. డైయాలిటిక్స్, డికోస్టెనోస్, యాంటిబయోఫ్టేస్ మందులు కండ్లను పాడిబారస్తాయి. పెద్దల్లో నోరు పాడిబారడం సాధారణం. పాలిఫార్మసీ దాన్ని మరింత తీవ్రం చేస్తుంది. నోరు పాడిబారడం- డైమాట్ సిండ్రోమ్ లేదా జిరోస్టోమియా సమస్య గుండె రక్తనాళాల మందులు, సెడేటివ్స్, యాంటీడిప్రెసివెంట్స్, సెంట్రల్ అనల్జిక్స్, యాంటి-సిడ్స్ మొదలైన వాటివల్ల వస్తుంది.

**పోషకలేపం**  
పెద్దల్లో పోషకాల సమస్యలు కూడా సహజంగా వచ్చేవే. పాలిఫార్మసీ వాటికి తోడ్పడుతుంది. 75 ఏండ్లు దాటిన పెద్దల్లో పాలిఫార్మసీ, పోషకలేపానికి సంబంధం ఉందని కొన్ని అధ్యయనాలు వేర్వేరైతాయి. ఒకే సమయంలో వివిధ రకాల మందులు వేసుకోవడం వల్ల అహార చక్రం దెబ్బతింటుంది. జీవక్రియలపైనా వేటు పడుతుంది. దీంతో పోషకాల సమస్య తలెత్తుతుంది.

**మూత్రం అవుకోలేక..**  
పాలిఫార్మసీ పెద్దల్లో మూత్రం అవుకోలేకపోయే ఇబ్బందికి దారితీస్తుంది. హార్మోన్ రిఫ్లెక్సివెంట్, యాంటిబయోటిక్స్, బెనోడయాజెప్టైన్స్, యాంటీడిప్రెసివెంట్స్ మొదలైన మందులు ఈ సమస్యకు కారణమవుతాయి.

**తలతిప్పడం**  
మందుల కారణంగా పెద్దల్లో తలతిప్పడం సహజమే. అయితే, మందులు ఎక్కువయ్యే కొద్దీ ఈ సమస్య ఇంకా తీవ్రమవుతుంది. కేంద్రనాడి మండల రుగ్మతలకు వాడే మందుల కారణంగా ఈ సమస్య తలెత్తుతుంది. గుండె రక్తనాళాల సమస్యలు, నిద్రలేమి, కుంభాబాతు, అదోజిన్ లాంటి మానసిక సమస్యల చికిత్సకు వాడే మందులు దీనికి కారణాలు.



**హైపోగ్లైసిమియా**  
దయాబెటిస్ ఉన్న పెద్దలు మోతాదుకు మించి మందులు వేసుకోవడం వల్ల హైపోగ్లైసిమియా ముప్పు ఉంది. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు అవసరమైన దానికి కంటే తక్కువ కావడమే హైపోగ్లైసిమియా.

**జ్ఞాపకశక్తి సమస్యలు**  
బెనోడయాజెప్టైన్స్, యాంటిబయోఫ్టేస్, ఓపియాయిడ్స్ అనల్జిక్స్, ఆక్సిబ్యుటిన్ లాంటివి జ్ఞాపకశక్తి సమస్యలకు కారణమవుతాయి. ఈ మందులు వాడే పెద్దలు కొత్త విషయాలను నేర్చుకోవడం, కొత్త వాటిని గుర్తుంచుకోవడం, రోజువారీ పనుల్లో నిర్ణయాలు తీసుకోవడం కష్టంగా మారుతుంది.