বর্তমান

28th July, 2016

শরীর ও স্বাস্থ্য

বহু ক্যানসারই আজ আর অপরাজেয় নয়। তার মধ্যে অন্যতম প্রস্টেট ক্যানসার। সময়মতো ধরা পড়লে সম্পূর্ণ নিরাময়যোগ্য। এমনকী অ্যাডভান্সড পর্যায়ে পৌঁছালেও চিকিৎসাগুণে এই ক্যানসার নিয়ে দিব্যি বাঁচা যায়। জানালেন ইএমবাইপাস লাগোয়া অ্যাপোলো গ্লেনিগলস হসপিটালের সিনিয়র কনসালটেন্ট ইউরোলজিস্ট ডাঃ অমিত ঘোষ।

ডাঃ অমিত ঘোষ
• সিনিয়র কনসালটেন্ট ইউরোলজিস্ট
• অ্যাপোলো গ্লেনিগলস হসপিটাল

প্রস্টেট ক্যানসারকে এখন হারানো সম্ভব

তখন বনাম আজ: আগে এই ক্যানসারের বায়োপসি রিপোর্ট-এ বিস্তারিত কিছুই থাকত না। বোঝা যেত না, ক্যানসারটি ঠিক কী পর্যায়ে আছে। খোঁজ নেওয়া হত না রোগীর পরিবারে এই ক্যানসারের প্রবণতা আছে কিনা। চিকিৎসা বলতে ছিল হরমোন ম্যানিপুলেশন। তাই সে সময় প্রস্টেট ক্যানসারে আক্রান্ত হলে হার নিশ্চিত ছিল। আজ প্রস্টেট ক্যানসার বাড়ছে এটা যেমন ঠিক, তেমনি উন্নত চিকিৎসার গুণে এই রোগে অনেক কিছু করারও আছে। রোগটির গতিবিধির সঙ্গে চিকিৎসাবিজ্ঞানীদের ভালো পরিচিতি ঘটে গেছে। অনেক নিখুঁত অনুসন্ধানের পদ্ধতি আবিষ্কৃত হয়েছে। রেডিওথেরাপি কিংবা কেমোথেরাপির মতো চিকিৎসার খোঁজ মিলেছে। জেনেটিক ম্যাপিং হচ্ছে। রেডিক্যাল প্রস্টেটেক্টোমি'র মতো অস্ত্রোপচার আবিষ্কৃত হয়েছে। আর তাই প্রস্টেট ক্যানসারের এই প্রাবল্যের মধ্যেও আমরা ঘায়েল না হয়ে যুদ্ধ চালাতে পারছি এবং সিংহভাগ ক্ষেত্রে জিতছিও।

প্রস্টেট ক্যানসার বাড়ছে: প্রস্টেট ক্যানসার আজকের রোগ নয়। বহুদিন ধরেই এই রোগের সন্ধান মিলেছে। তবে কালের বিচারে প্রস্টেট ক্যানসারের সংখ্যা বর্তমানে হু হু করে বাড়ছে। আমেরিকার ন্যাশনাল ক্যানসার ইনস্টিটিউট থেকে পাওয়া হিসেব অনুসারে পুরুষদের ক্ষেত্রে নন-স্কিন ক্যানসারের শীর্ষে আছে প্রস্টেট ক্যানসার। দেখা যাচ্ছে, ফুসফুসের ক্যানসারের পরে এই ক্যানসারেই সবচেয়ে বেশি সংখ্যাক পুরুষ মারা যাচ্ছেন। কিছুদিন আগেও একে পশ্চিম গোলার্ধের রোগ বলে মনে করা হত, তবে ন্যাশনাল ইনস্টিটিউট অফ প্যাথোলজি প্রকাশিত প্রতিবেদন থেকে জানা যাচ্ছে ভারতেও প্রস্টেট ক্যানসার আশঙ্কাজনকভাবে বেড়ে চলেছে। দিল্লি, কলকাতা, পুনে ও তিরুবনন্তপুরমের মতো দেশের বড় শহরের পুরুষদের মধ্যে এই ক্যানসার আক্রান্তেরা সংখ্যায় এখন দ্বিতীয়। অন্যদিকে বেঙ্গালুরু ও মুম্বই-এ তৃতীয় স্থানে রয়েছেন। কারণ হিসাবে বলা হয়েছে সময়ের সঙ্গে গ্রামীণ মানুষেরা শহরমুখী হচ্ছেন, সচেতনতা বাড়ছে এবং চিকিৎসা পরিষেবা সহজসাধ্য হয়ে পড়ায় অনেক বেশি মানুষের মধ্যে এই রোগের বিস্তার ধরা পড়ছে। তাছাড়া ভারতের নাগরিকদের মধ্যে জীবনশৈলী, খাদ্যাভ্যাস এবং আর্থ-সামাজিক প্রতিবেশে বিস্তর পরিবর্তন এসেছে। অনুমান করা হচ্ছে যে ২০২০ সাল নাগাদ প্রস্টেট ক্যানসারে আক্রান্তের সংখ্যা আজকের তুলনায় দ্বিগুণ হবে।

পিএসএ একটি মস্ত হাতিয়ার: প্রস্টেট ক্যানসার নির্ধারণে মস্ত হাতিয়ার পিএসএ বা প্রস্টেট স্পেসিফিক অ্যান্টিজেন টেস্ট। এটি একটি সামান্য রক্তের পরীক্ষা। পিএসএ এমন একটি উপাদান যা শুধু প্রস্টেট গ্ল্যান্ডেই তৈরি হয়। স্বাভাবিক অবস্থায় রক্তের পিএসএ মাত্রা ১ থেকে ৪-এর মধ্যে থাকে। তবে পিএসএ পরীক্ষায় প্রাপ্ত ফল স্বাভাবিকের চেয়ে বেশি হওয়া মানেই যে মানুষটির প্রস্টেট ক্যানসার হয়েছে এমন ভাবনা বিভ্রান্তিকর।

পিএসএ বেশি মানেই ক্যানসার নয়: বংশগত ধারা বজায় রাখতে পুরুষ শরীরে যে সিমেন তৈরি হয়, তার একটি বিশেষ উপাদান প্রস্টেট গ্ল্যান্ড তরল আকারে সরবরাহ করে। আর এই উপাদানের অন্যতম অংশ হল পিএসএ। পিএসএ আদতে একটি প্রোটিন-জাতীয় উপাদান। মনে রাখতে হবে, সিমেনে মেশার পাশাপাশি কিছু পিএসএ একই সঙ্গে রক্তে গিয়েও মেশে। আর এরা পরিমাপযোগ্য। যেহেতু পুরুষমাত্রেরই প্রস্টেট গ্ল্যান্ড থাকে, তাই তাঁদের রক্তে পিএসএ পাওয়াটা অস্বাভাবিক কিছু নয়। এটা জেনে রাখা ভালো, প্রস্টেট গ্ল্যান্ড যত বড় হবে তা থেকে পিএসএ বেরনোর পরিমাণও বেশি হবে। স্বাভাবিকভাবেই তাই কমবয়সিদের তুলনায় বয়স্কদের রক্তে বেশি পিএসএ মিলবে। কারণ বয়স বাড়ার সঙ্গে সঙ্গে প্রস্টেট গ্ল্যান্ডও বড় হতে থাকে।সুতরাং, কারও পিএসএ বেশি হওয়ার অর্থ এই নয় যে, তাঁর ক্যানসার হয়েছে।

গ্লিসান স্কোর গ্রেড: প্রস্টেড ক্যানসারের শ্রেণি-চরিত্র বোঝার জন্য ফলাফল ভিত্তিক গ্রেডের ব্যবস্থা রয়েছে। শ্রেণি নির্ধারণের এই পদ্ধতিটি ১৯৬৬ সালে আবিষ্কৃত হয়। আবিষ্কর্তা ডাঃ ডোনাল্ড গ্লিসান-এর নামানুসারে একে 'গ্লিসান স্কোর' বলা হয়। কোনও ক্যানসারের গ্রেড নির্ধারণের জন্য আক্রান্ত অংশের দুটি গুরুত্বপূর্ণ জায়গা থেকে নমুনা নিয়ে পরীক্ষার পরে নমুনা দুটিকে ১ থেকে ৫-এর ভিত্তিতে নাম্বার দেওয়া হয়। প্রাপ্ত দুটি নম্বরকে যোগ করে দেখা হয় মোট নম্বর কত হল। ধরা যাক, এক নমুনার ক্যানসার পরীক্ষা করে ২ নম্বর এবং অন্য আর এক নমুনার ক্যানসার পরীক্ষা করে ৩ নম্বর দেওয়া হল। তাহলে মোট প্রাপ্ত নম্বর হবে ২+৩= ৫। অর্থাৎ পূর্ণমান ১০ (৫+৫)-এর মধ্যে প্রাপ্ত নম্বর হল ৫। এই ক্ষেত্রে ক্যানসারের গ্রেডকে ৫/১০ হিসাবে লেখা হবে। বলা বাহুল্য, প্রাপ্ত নম্বর যত কম হবে ক্যানসার সারার সম্ভাবনা তত বেশি। সুতরাং, বলা বাহুল্য সবচেয়ে খারাপ নম্বর ১০/১০। প্রাপ্ত নম্বর যত কম হবে রোগটির ঝুঁকি তত কম। গ্লিসান স্কোর ১০ হওয়া মানে অত্যন্ত খারাপ।

ক্যানসারের স্টেজ নির্ধারণ: বিস্তারের পরিপ্রেক্ষিতে ক্যানসারকে চারটি স্টেজে ভাগ করা হয়। এরা হল প্রথম স্টেজ, দ্বিতীয় স্টেজ, তৃতীয় স্টেজ ও চতুর্থ স্টেজের ক্যানসার। প্রথম ও দ্বিতীয় স্টেজের ক্যানসার প্রস্টেটের ভেতরে সীমাবদ্ধ থাকে। অর্থাৎ, এরা বাইরে ছড়িয়ে পড়েনি। ক্যানসারটি প্রথম পর্যায়ের হবে, না দ্বিতীয় পর্যায়ের তা আয়তনের ওপরে নির্ভর করে। অপেক্ষাকৃত ছোট আকারের টিউমারকে প্রথম পর্যায়ের এবং তুলনামূলকভাবে কিছুটা বড় টিউমারকে দ্বিতীয় পর্যায়ের টিউমার বলা হয়। তৃতীয় পর্যায়ের ক্যানসার বাড়তে বাড়তে প্রস্টেটের বহিরাবরণ ক্যাপসুলকে স্পর্শ করে ফেলে। এই ক্রমবর্ধমান টিউমার যখন বাড়তে বাড়তে ক্যাপসুল ফুঁড়ে বেরিয়ে অন্য অঙ্গ বা হাড়কে স্পর্শ করে ফেলে তখন সেটিকে চতুর্থ পর্যায়ের ক্যানসার হিসাবে চিহ্নিত করা হয়।

আবার অন্য এক ভাবেও ক্যানসারের স্টেজ ঘোষণা করা যেতে পারে। সেটি হল ক্যানসারটি কোন স্টেজের, আর্লি, নাকি লেট। আর্লি ক্যানসার তাকেই বলা হবে যেখানে রোগটি প্রস্টেট গ্ল্যান্ডের মধ্যে সীমাবদ্ধ রয়েছে। গ্ল্যান্ড ছেড়ে বাইরে বেরিয়ে যায়নি। প্রস্টেট গ্ল্যান্ডের ক্যাপসুলের ঠিক বাইরে পর্যন্ত ক্যানসারের বিস্তৃতি প্রারম্ভিক বা আর্লি পর্যায়ের ক্যানসার নির্দেশ করে। ক্যাপসুল ছাড়িয়ে যদি সেটি পাশের কোনও অঙ্গ, যেমন লিভার কিংবা হাড়ে পৌঁছায় তখন সেটা লেট পর্যায়ের বলে ধরে নিতে হবে।

আর্লি গ্রেড ক্যানসার: তুষার বন্দ্যোপাধ্যায় নামে এক ব্যক্তি বেড়ে যাওয়া পিএসএ নিয়ে এসেছিলেন। তবে ইউরিন কালচারে কোনও সংক্রমণের সন্ধান না পাওয়ায় তাঁকে এম আর আই করতে বলা হয়। সেখানে ইতিবাচক সংকেত মিলতেই বায়োপসি করা হয়। বায়োপসিতে কিন্তু ক্যানসারের খোঁজ মিলল। তুষারবাবুর গ্লিসান স্কোর ছিল ৫-এরও কম। অর্থাৎ তাঁর লো গ্রেড ক্যানসার হয়েছিল। এবারে পারিবারিক ইতিহাস ও খাদ্যাভ্যাসের বিষয়ে বিস্তারিত জেনে অন্য কোনও ঝুঁকির সন্ধান না পেয়ে নাগবাবুকে দীর্ঘকালীন পর্যবেক্ষণে রাখা হল। বছর বছর এম আর আই করে পাঁচ বছর বাদে দেখা গেল তিনি সম্পূর্ণ সুস্থ হয়ে গেছেন।

অ্যাডভান্সড স্টেজের প্রস্টেট ক্যানসার: তুষারবাবুর মতো সবার যে লো গ্রেড ক্যানসার হয় এমন নয়। স্বর্ণেন্দুশেখর সামন্তের কথা বলা যাক। বর্ধিত পিএসএ'র পাশাপাশি তাঁর গ্লিসান স্কোর ছিল ৭। এম আর আই করে স্ক্যান করে জানা যায় রোগের বিস্তার হয়নি। তবে স্বর্ণেন্দুবাবুর পরিবারে প্রস্টেট ক্যানসারের ইতিহাস ছিল। সুতরাং, তাঁর ক্ষেত্রে ঝুঁকি ছিলই। স্বর্ণেন্দুবাবুকে বলা হয়, অস্ত্রোপচার করে তাঁকে সম্পূর্ণ সুস্থ করে তোলা সম্ভব। রেডিওথেরাপি'ও করা যেতে পারে। তবে তাতে পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া অনেক বেশি। যেহেতু তাঁর বয়স সত্তরের আশপাশে, কোনওরকম কার্ডিয়াক সমস্যা নেই, অন্যান্য ঝুঁকিও কম, তাই তাঁর পক্ষে অস্ত্রোপচারই ভালো।

র‍্যাডিক্যাল প্রস্টেটেক্টোমি: প্রস্টেট ক্যানসার রোধে র‍্যাডিক্যাল প্রস্টেটেক্টোমি নামের অস্ত্রোপচারটিকে গোল্ড স্ট্যান্ডার্ড মানা হয়। এই অস্ত্রোপচারের সাহায্যে প্রস্টেট গ্ল্যান্ড ও গ্ল্যান্ড-সংলগ্ন লিম্ফ নোডকে সম্পূর্ণ বাদ দিয়ে দেওয়া হয়। নানাভাবে এই অস্ত্রোপচার করা হয়। যেমন, ওপেন র‍্যাডিক্যাল প্রস্টেটেক্টোমি, ল্যাপারোস্কোপিক র‍্যাডিক্যাল প্রস্টেটেক্টোমি এবং রোবট-অ্যাসিস্টেড র‍্যাডিক্যাল প্রস্টেটেক্টোমি। শেষ পদ্ধতিতে ল্যাপারোস্কোপ করতে গিয়ে রোগীর শরীরে যে যন্ত্র প্রবেশ করাতে হয়, সেই যন্ত্রগুলিকে নিজের হাতে চালনা না করে এখানে একটি দূরনিয়ন্ত্রিত রোবটিক ব্যবস্থার সাহায্যে গোটা পদ্ধতিটি নিয়ন্ত্রণ করা হয়। আর সেই রোবটের নিয়ন্ত্রক হিসাবে থাকেন সার্জেনরা।

কেন রোবটিক সার্জারি: প্রচলিত সার্জারির তুলনায় এতে অনেক সুবিধে। রোগীর শরীরের ভেতরটা খুব স্পষ্টভাবে দেখা যায়। কোনওরকম ধকলও হয় না। প্রচলিত ল্যাপারোস্কোপিতে যে সুবিধে তার চেয়ে ঢের বেশি সুবিধে মেলে এখানে। আগের দিনহাসপাতালে ভরতি হয়ে পর দিন পঁচটা ফুটো করে এই ব্যবস্থায় প্রস্টেট গ্ল্যান্ড সম্পূর্ণভাবে বাদ দিয়ে দেওয়া হয়। রক্তক্ষরণ ও ব্যথা প্রায় হয় না বললেই চলে। রোগী দু'দিনের মধ্যে বাড়ি চলে গিয়ে দ্রুত স্বাভাবিক জীবনে ফিরে যেতে পারেন।

লেট স্টেজের ক্যানসার: অনেক রোগীই আসেন, যাঁদের পিএসএ হয়তো ৫০-এরও বেশি এবং গ্লিসান স্কোর ১০। অর্থাৎ আগ্রাসী চরিত্রের ক্যানসারের শিকার তাঁরা। হাড়ের স্ক্যান করে পজিটিভ ফল পাওয়া গেলে হরমোন চিকিৎসা শুরু করা হয়। তাতে ২-৩ বছর দিব্যি ভালো থাকেন তাঁরা। তার পরে কেমোথেরাপি শুরু করে আরও ২ বছর পর্যন্ত তাঁদের বাঁচিয়ে রাখা যায়। এর অর্থ ক্যানসার নির্ধারণের পরে প্রায় ৫-৬ বছর এঁরা ভালোভাবেই বেঁচে থাকেন। পিএসএ কিছুটা বেশি থাকলেও জীবনের গুণগত মানে কোনও হেরফের হয় না।

শেষে: শুধুমাত্র পিএসএ পরীক্ষা ও পরে বায়োপসির ওপরে নির্ভর করে দেখা গিয়েছে, অস্ট্রেলিয়া/নিউজিল্যান্ড, পশ্চিম ও উত্তর ইউরোপ এবং উত্তর আমেরিকায় গোটা বিশ্বের মধ্যে সর্বাধিক সংখ্যক প্রস্টেট ক্যানসার হয়।

এছাড়া ক্যারাবিয়ান, দক্ষিণ আমেরিকা ও সাব-সাহারান আফ্রিকায় প্রস্টেট ক্যানসার আক্রান্তদের সংখ্যা অসম্ভব দ্রুত হারে বাড়ছে।

এ দেশের বিপুল সংখ্যক জনসংখ্যার তুলনায় অতিরিক্ত অশিক্ষা ও সচেতনতার অভাব এই রোগকে ক্রমেই বাড়াচ্ছে।

তাই বলব, পঞ্চাশোর্ধ্ব বয়সে নির্মোহ উদাসীন না থেকে বছরে একবার পিএসএ টেস্ট করান, যা 'প্রস্টেট ক্যানসারের স্ক্রিনিং'-এর একটি অঙ্গ। এতে আপনি অনেক বেশি নিশ্চিন্তে থাকতে পারবেন।এক সময়ের অজেয় এই রোগ আজ হাতের মুঠোয়।

অনুলিখন: নিজস্ব প্রতিনিধি
যোগাযোগ: ৯৮৩১১৭৭১৮৮

ছবি : সংগৃহীত সংস্থার সৌজন্যে