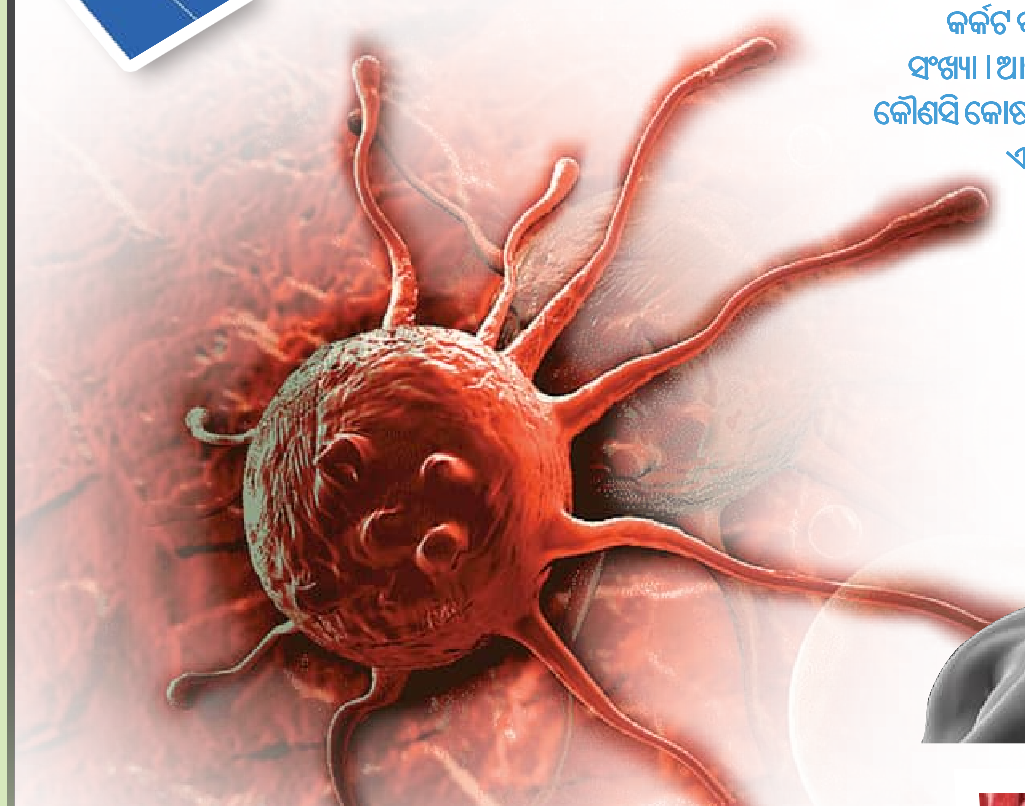
ସକାଳ THE SAKALA
ସିନ୍ଦୂରା
ରବିବାର
ଏପ୍ରିଲ୍ ୨୬-ମେ ୦୨, ୨୦୨୬
www.sakalaepaper.com

- ଚିକିତ୍ସା ପଦ୍ଧତି
- ଜେନେଟିକ୍ ମ୍ୟୁଟେସନ୍
- ଥେରାପି ଓ ପାର୍ଶ୍ୱ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା
- ଆହାର ଓ ପୋଷଣ
- କର୍କଟ ଚିକିତ୍ସାରେ କୃତ୍ରିମ ବୁଦ୍ଧିମତା

କ୍ୟାନ୍‌ସର ବା କର୍କଟ ଏକ ମାରାତ୍ମକ ରୋଗ । କର୍କଟର ନାଁ ଶୁଣିଲେ ଭୟରେ ଦେହ ଶୀତେଇ ଉଠେ । ଶତାଧିକ ପ୍ରକାର କର୍କଟ ରୋଗ ରହିଛି । ତେବେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ରୋଗର ଲକ୍ଷଣ ପରସ୍ପରଠାରୁ ଭିନ୍ନ । ସାରା ବିଶ୍ୱରେ ବଢ଼ିବାରେ ଲାଗିଛି କ୍ୟାନ୍‌ସର ରୋଗୀଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା । ପ୍ରାଣଘାତୀ କର୍କଟ ରୋଗରେ ପୀଡ଼ିତ ହୋଇ ଅକାଳରେ ଲିଭି ଯାଉଛି ଲକ୍ଷ ଲକ୍ଷ ଲୋକଙ୍କ ଜୀବନ ଦୀପ । କେଉଁଠି ଚିକିତ୍ସା ଅଭାବରୁ ତ କେଉଁଠି ଅର୍ଥାଭାବରୁ ରୋଗୀଙ୍କୁ ବଞ୍ଚାଇବା କଷ୍ଟକର ହୋଇପଡୁଛି । ଭାରତରେ ମଧ୍ୟ କ୍ୟାନ୍‌ସର ଆକ୍ରାନ୍ତଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ବଢ଼ିବାରେ ଲାଗିଛି । କର୍କଟ ରୋଗକୁ ନେଇ ଚାଲିଛି ଗବେଷଣା ପରେ ଗବେଷଣା । ତଥାପି ଏହି ରୋଗକୁ ଦମନ କରିବାରେ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ସଫଳତା ମିଳିପାରିନାହିଁ । ଏହି ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ କର୍କଟ ରୋଗର କାରଣ, ଲକ୍ଷଣ, ଚିକିତ୍ସା ପଦ୍ଧତି ଆଦିକୁ ନେଇ ଏଥର 'ସିନ୍ଦୂରା'ର ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଉପସ୍ଥାପନା ।

ପ୍ରସ୍ତୁତି 'ସକାଳ' ବ୍ୟୁରୋ



କର୍କଟ ବା କ୍ୟାନ୍‌ସର ଏକ ମାରାତ୍ମକ ରୋଗ । ଭାରତରେ ଦିନକୁ ଦିନ ବଢ଼ି ଚାଲିଛି କର୍କଟ ରୋଗୀଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା । ଆଗାମୀ ଦିନରେ କର୍କଟ ରୋଗୀଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ଆହୁରି ବୃଦ୍ଧି ପାଇବାର ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି । ଶରୀରର କୌଣସି କୋଷ ଅନାବଶ୍ୟକ ଭାବେ ବୃଦ୍ଧି ପାଇବାକୁ କ୍ୟାନ୍‌ସର ବା କର୍କଟ କୁହାଯାଏ । ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ଏହା ଟ୍ୟୁମରରେ ପରିଣତ ହୋଇଥାଏ । ଏପରିକି ଶରୀରର ଅନ୍ୟ ଭାଗକୁ ସଂକ୍ରମିତ କରିଥାଏ । ଫଳରେ ରୋଗୀ ପାଇଁ ଏହା ପ୍ରାଣଘାତୀ ସାଜିଥାଏ । ଶତାଧିକ ପ୍ରକାରର କର୍କଟ ରହିଛି । ଠିକ୍ ସମୟରେ ଏହାର ଉପଯୁକ୍ତ ଚିକିତ୍ସା କରାଗଲେ ରୋଗୀ ସୁସ୍ଥ ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି । କର୍କଟ ରୋଗର କାରଣ, ଲକ୍ଷଣ ଓ ନିରାକରଣକୁ ନେଇ ଏଇ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଉପସ୍ଥାପନା ।

ପ୍ରାଣନାଶକ କର୍କଟ

କର୍କଟମୁକ୍ତ ଉପାୟ

ଧୂମପାନ ଯୋଗୁଁ ମଣିଷର ବିଭିନ୍ନ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଙ୍ଗରେ କର୍କଟ ରୋଗ ହୋଇଥାଏ । ସେଥିମଧ୍ୟରୁ ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍, ମୁଖ-ଗହ୍ୱର, ସ୍ୱରଯନ୍ତ୍ର, ଖାଦ୍ୟନଳୀ, ପାକସ୍ଥଳୀ, ଅଗ୍ନାଶୟ, ବୃକ୍କ କର୍କଟ ଅନ୍ୟତମ । ଭାରତରେ ପ୍ରାୟ ଏକ ତୃତୀୟାଂଶ ପୁରୁଷ ଧୂମପାନରେ ଅଭ୍ୟସ୍ତ । ଏହାଦ୍ୱାରା ହୃଦ୍‌ଘାତଜନିତ ମୃତ୍ୟୁ, ଉଚ୍ଚରକ୍ତଚାପ, ଶିରା- ଧମନୀରେ ରକ୍ତ ସଞ୍ଚାଳନରେ ବାଧା, କ୍ରମାଗତ କାଶ, କଫ ଓ ନିଃଶ୍ୱାସ ନେବାରେ ଅସୁବିଧା ଦେଖାଦିଏ । ଧୂମପାନ ଫଳରେ ଗର୍ଭବତୀ ମହିଳାମାନେ ସମୟ ପୂର୍ବରୁ ପ୍ରସବ ଏବଂ ସ୍ୱଳ୍ପ ଓଜନ ବିଶିଷ୍ଟ ଶିଶୁ ଜନ୍ମ ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ଥାଏ । ତମାଖୁସେବନକୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବେ ବର୍ଜନ କଲେ କର୍କଟ ରୋଗ ତଥା ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ରୋଗ ଧୀରେ ଧୀରେ ହ୍ରାସ ପାଇବାର ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି । ଅତ୍ୟାଧୁନିକ ଚିକିତ୍ସା ବ୍ୟବସ୍ଥା ତଥା ଜ୍ଞାନକୌଶଳ ପ୍ରୟୋଗ ଯଥା ଲିକ୍ୱିଡ଼ ବାୟୋପ୍ସି, ଆଇଏଚ୍‌ସି, ଜେନେଟିକ ସ୍କ୍ରିନିଂ, ପିଇଟି-ସିଟି, ୩-ଟେସ୍‌ଲା ଏମ୍‌ଆର୍‌ଆଇ ଇତ୍ୟାଦି ଯୋଗୁ ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ସ୍ତରରୁ ହିଁ କର୍କଟ ଚିହ୍ନଟ ସମ୍ଭବ ହୋଇପାରୁଛି । ଅତ୍ୟାଧୁନିକ ଲିନିୟର ଆକ୍ସିଲେଟର (ଲିନାକ୍), ଦ୍ୱାରା ସଠିକ୍ ସୂକ୍ଷ୍ମ କେନ୍ଦ୍ରୀଭୂତ ରଶ୍ମି ଚିକିତ୍ସା ସମ୍ଭବ ହୋଇପାରୁଛି । ଆଇଏମ୍‌ଆର୍‌ଟି, ଆଇଜିଆର୍‌ଟି ଏବଂ ରାପିଡାର୍କ ଟ୍ରିଟ୍‌ମେଣ୍ଟ ଦ୍ୱାରା କେବଳ କର୍କଟ ରୋଗାକ୍ରାନ୍ତ କୋଷ ଓ ଅଙ୍ଗକୁ ଚିକିତ୍ସା କରାଯାଇପାରୁଛି । ଏହାଦ୍ୱାରା ଚତୁଃପାର୍ଶ୍ୱରେ ଥିବା ସାଧାରଣ କୋଷ ଓ ଅଙ୍ଗଗୁଡ଼ିକକୁ ବିକିରଣ ରଶ୍ମିର ପାର୍ଶ୍ୱ ପ୍ରତିକ୍ରିୟାରୁ ସୁରକ୍ଷିତ ରହୁଛନ୍ତି । ଫଳରେ ବିନା ଗୁରୁତର ପାର୍ଶ୍ୱ ପ୍ରତିକ୍ରିୟାରେ କର୍କଟ ରୋଗର ସଫଳ ଚିକିତ୍ସା ସମ୍ଭବ । ସେହିପରି ଅତ୍ୟାଧୁନିକ ଷ୍ଟେରୋଟାକଟିକ୍ ରେଡିଓ ସର୍ଜରୀ (ଏସ୍‌ଆର୍‌ସି) ଚିକିତ୍ସାରେ ମସ୍ତିଷ୍କ, ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍ ତଥା ଯକୃତରେ ହେଉଥିବା କେତେକ ପ୍ରକାରର ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ କର୍କଟକୁ ପ୍ରାରମ୍ଭିକସ୍ତରରୁ ଚିହ୍ନଟ କରାଯାଇପାରୁଛି । ତେବେ କର୍କଟର କାରଣ, ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ଲକ୍ଷଣ ଓ ଚିକିତ୍ସା ବିଷୟରେ ଜାଣିଲେ ହିଁ ରୋଗମୁକ୍ତ ହେବା ସମ୍ଭବ ହୋଇପାରିବ ।

ରୋଗର କାରଣ

ଶରୀରର କୌଣସି କୋଷର ଅତ୍ୟଧିକ ବୃଦ୍ଧିକୁ କର୍କଟ ବା କ୍ୟାନ୍‌ସର ବୋଲି କୁହାଯାଏ । କର୍କଟ ଦୁଇ ପ୍ରକାରର । ବିନାଇନ୍ ଓ ମାଲିଗ୍ନାଣ୍ଟ କର୍କଟ । ବିନାଇନ୍ - ଧୀରେ ଧୀରେ ବଢୁଥିବା ରୋଗ ଓ ମାଲିଗ୍ନାଣ୍ଟ - ଖୁବ୍ ଶୀଘ୍ର ବଢୁଥିବା ରୋଗ । ଆରମ୍ଭ ସମୟରେ କର୍କଟ ରୋଗର କୌଣସି ଲକ୍ଷଣ ଦେଖାଯାଇ ନ ଥାଏ । ଯେଉଁ ଅଙ୍ଗକୁ ଏହି ରୋଗ ପ୍ରଭାବିତ କରିଥାଏ, ସେହି ଅନୁସାରେ ଲକ୍ଷଣ ଦେଖାଯାଏ । ଯେପରି ଯକୃତ କର୍କଟ ରୋଗରେ ଜଣ୍ଡିସ୍ ହେବା, ରକ୍ତ କର୍କଟରେ ରକ୍ତସ୍ରାବ ହେବା ଲକ୍ଷଣ ଦେଖାଦେଇଥାଏ । କର୍କଟ ରୋଗ କୌଣସି ଗୋଟିଏ କାରଣରୁ ହୋଇ ନ ଥାଏ । ଏହାର ବିଭିନ୍ନ କାରଣ ରହିଛି । ଦୂଷିତ ପରିବେଶ, ହାନିକାରକ ରାସାୟନିକ ଓ ବିକିରଣ ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆସିବା, ଜିନ୍‌ରେ ତ୍ରୁଟି ଦେଖାଦେବା, ସଂକ୍ରମିତ ଏବଂ କେତେକ ଜନ୍ମଗତ ରୋଗ ଏହାର ମୁଖ୍ୟ କାରଣ ଅଟେ ।

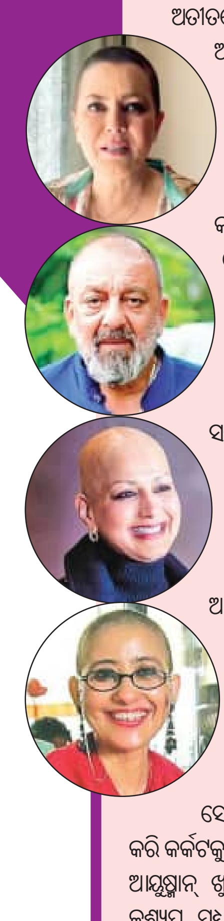
କର୍କଟର ପ୍ରକାର

ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର କର୍କଟ ରୋଗ ରହିଛି । ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଶତାଧିକ କର୍କଟକୁ ଚିହ୍ନଟ କରିସାରିଲେଣି । ସେଥିମଧ୍ୟରୁ ଜିଭ କର୍କଟ, ପାକସ୍ଥଳୀ କର୍କଟ, ଚକ୍ଷୁ କର୍କଟ, ମଳାଶୟ କର୍କଟ, ରକ୍ତ କର୍କଟ, ଚର୍ମ କର୍କଟ, ମସ୍ତିଷ୍କ କର୍କଟ, ଶିଶୁ କର୍କଟ, ମହିଳା କର୍କଟ, ଅଗ୍ନାଶୟ କର୍କଟ, ସ୍ତନ କର୍କଟ, ଜରାୟୁ କର୍କଟ, ଗଳା କର୍କଟ, ଫୁସଫୁସ୍ କର୍କଟ ପ୍ରମୁଖ ଅନ୍ୟତମ । ତେବେ ପ୍ରତିଟି କର୍କଟ ରୋଗର ଲକ୍ଷଣ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ । ରୋଗ ଚିହ୍ନଟ ପରେ ପରେ ଯଦି ଏହାର ଚିକିତ୍ସା ଆରମ୍ଭ କରାଯାଏ, ତେବେ ରୋଗୀ ସୁସ୍ଥ ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି ।

କର୍କଟ ପାଇଁ ସତର୍କତା

କର୍କଟ ରୋଗରୁ ରକ୍ଷା ପାଇବା ପାଇଁ ଉତ୍ତମ ପରିବେଶ, ଶରୀରର ଯତ୍ନ, ସୁଷମ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା, ଯଥେଷ୍ଟ ବିଶ୍ରାମ ନେବା, ନିଶାଠାରୁ ଦୂରେଇ ରହିବା ଆବଶ୍ୟକ । ସେଭଳି ସଂକ୍ରମିତ ରୋଗୀଠାରୁ ନିଜକୁ ରକ୍ଷା କରିବା, ହାନିକାରକ ରାସାୟନିକ ଦ୍ରବ୍ୟ ଓ ବିକିରଣଠାରୁ ଦୂରେଇ ରହିବା ଉଚିତ । ଥରେ କର୍କଟ ରୋଗ ଚିହ୍ନଟ ହେବା ପରେ ନିୟମିତ ଚିକିତ୍ସା କଲେ ଅଧିକାଂଶ ସମୟରେ ରୋଗରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ । ତେବେ ଯଦି ରୋଗୀ ଅବହେଳା କରନ୍ତି ପରିଣାମ ଭୟଙ୍କର ହୋଇଥାଏ ।

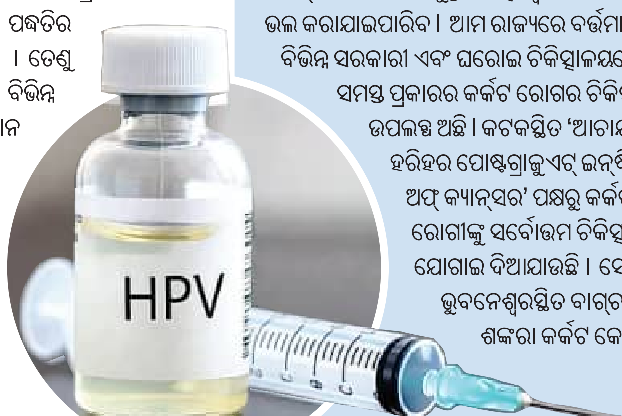
କର୍କଟରେ ପୀଡ଼ିତ ତାରକା



ଅତୀତରେ ସଫଳତାର ଶୀର୍ଷରେ ପହଞ୍ଚିଥିବା ଅନେକ ବଲିଉଡ୍ ତାରକା ଏହି ଘାତକ ରୋଗକୁ ସାମ୍ନା କରିଛନ୍ତି । ଏପରିକି ଜୀବନର ଶେଷ ମୁହୂର୍ତ୍ତ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେମାନେ କର୍କଟ ସହ ଲଢ଼ିଛନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ କେତେ ଜଣ କ୍ୟାନସର୍‌କୁ ମାତ୍ ଦେଇଛନ୍ତି ତ ଆଉ କେତେ ଜଣ ଜୀବନଯୁଦ୍ଧରେ ହାରି ଯାଇଛନ୍ତି । କିଛି ବର୍ଷ ପୂର୍ବରୁ ବଲିଉଡ୍ ଅଭିନେତ୍ରୀ ମହିମା ଚୌଧୁରୀ ସ୍ତନ କର୍କଟରେ ପୀଡ଼ିତ ଥିଲେ । ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ସେ ଏଥିରୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ସୁସ୍ଥ ହୋଇଥିଲେ । ସେହିପରି ବଲିଉଡ୍ ଅଭିନେତା ସଞ୍ଜୟ ଦତ୍ତ ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍ କର୍କଟରେ ପୀଡ଼ିତ ଥିଲେ । ଅବଶ୍ୟ ସେତେବେଳେ ସେ ଥିଲେ କର୍କଟର ଚତୁର୍ଥ ଷ୍ଟେଜ୍‌ରେ । ଆମେରିକାରେ ଚିକିତ୍ସିତ ହେବା ପରେ ସେ ସୁସ୍ଥ ହୋଇଥିଲେ । ବଲିଉଡ୍‌ର ଅନ୍ୟତମ ସୁନ୍ଦରୀ ଅଭିନେତ୍ରୀ ସୋନାଲି ବେନ୍ଦ୍ରେ ୨୦୧୮ ରେ ମେଟାଷ୍ଟେଟିକ୍ କ୍ୟାନସର୍‌ରେ ପୀଡ଼ିତ ଥିଲେ । ଆମେରିକା ଯାଇ ସେଠାରେ ପ୍ରାୟ ଦେଢ଼ ବର୍ଷ ଧରି ଚିକିତ୍ସା କରି କର୍କଟକୁ ହରାଇଥିଲେ । ସେହିପରି ଅଭିନେତା ଆୟୁଷ୍ମାନ୍ ଖୁରାନାଙ୍କ ନିର୍ଦ୍ଦେଶିକା ପତ୍ନୀ ତାହିରା କଶ୍ୟପ ମଧ୍ୟ ସ୍ତନ କର୍କଟରେ ପୀଡ଼ିତ ଥିଲେ । ଦୀର୍ଘ ଦିନ ଧରି କେମୋଥେରାପି ନେବା ପରେ ସେ ସୁସ୍ଥ ହୋଇଥିଲେ । ଅଭିନେତ୍ରୀ ଲିଜା ରାୟ ପ୍ଲାଜମା କର୍କଟରେ ପୀଡ଼ିତ ଥିଲେ । ବଲିଉଡ୍‌ର ଲୋକପ୍ରିୟ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଓ ଅଭିନେତା ରାକେଶ ରୋଶନ ୨୦୧୮ ରେ ଗଳା କର୍କଟରେ ପୀଡ଼ିତ ହୋଇଥିଲେ । ରାକେଶଙ୍କର ନିୟମିତ ଚିକିତ୍ସା ପରେ ସେ କ୍ୟାନ୍‌ସରକୁ ଜିତିଥିଲେ । ଫିଲ୍ମ ନିର୍ମାତା ଅନୁରାଗ ବସୁ ୨୦୦୪ରେ କର୍କଟରେ ପୀଡ଼ିତ ଥିଲେ । ଏପରିକି ସେ ମାତ୍ର ୩-୪ ମାସ ବଞ୍ଚିବେ ବୋଲି ଡାକ୍ତର ତାଙ୍କୁ କହିଥିଲେ । ମାତ୍ର ଜୀବନ ଜିଇଁବାର ଇଚ୍ଛା ଯୋଗୁଁ ସେ କର୍କଟକୁ ହରାଇ ପାରିଥିଲେ । ବଲିଉଡ୍ ଅଭିନେତ୍ରୀ ମନୀଷା କୋଇରାଲା ୨୦୧୨ରେ ଜରାୟୁ କର୍କଟରେ ପୀଡ଼ିତ ହୋଇଥିଲେ । ତେବେ ନ୍ୟୁୟର୍କରେ ଚିକିତ୍ସିତ ହେବା ପରେ ସେ କର୍କଟମୁକ୍ତ ହୋଇଥିଲେ । ବଲିଉଡ୍‌ର ବରିଷ୍ଠ ଅଭିନେତ୍ରୀ କିରଣ ଖେର୍ ମଲଟିପଲ ମାୟଲୋମାରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ହେଲେ । ଯାହାକି ଥିଲା ଏକପ୍ରକାରର ରକ୍ତ କର୍କଟ । ତେବେ କିରଣଙ୍କର ଉପଯୁକ୍ତ ଚିକିତ୍ସା ବ୍ୟବସ୍ଥା କରାଯିବାରୁ ତାଙ୍କୁ ଏହି ଘାତକ ରୋଗରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଛି । ବଲିଉଡ୍‌ର ଲୋକପ୍ରିୟ ଅଭିନେତ୍ରୀ ମୁମତାଜ, ଅଭିନେତା ଇରଫାନ୍, ବଲିଉଡ୍‌ର ବରିଷ୍ଠ ଅଭିନେତା ବିନୋଦ ଖାନ୍ନା, ଲୋକପ୍ରିୟ ନାୟିକା ନର୍ଗିସ ଦତ୍ତ, ରାଜେଶ ଖାନ୍ନା, ଋଷି କପୁର, ଫିରୋଜ ଖାନ୍ ପ୍ରମୁଖ ମଧ୍ୟ କର୍କଟ ରୋଗରେ ପୀଡ଼ିତ ହୋଇଥିଲେ । ଅନେକ ଏହି ମାରାତ୍ମକ କ୍ୟାନ୍‌ସରକୁ ହରାଇ ଥିଲେ । ଅବଶ୍ୟ କେତେ ଜଣଙ୍କ ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଥିଲା ।

ଚିକିତ୍ସା ପଦ୍ଧତି

କର୍କଟ ରୋଗ ପାଇଁ ମୁଖ୍ୟତଃ ୩ ପ୍ରକାରର ଚିକିତ୍ସା ପଦ୍ଧତି ଉପଲବ୍ଧ ରହିଛି । କେମୋଥେରାପି, ରେଡିଓ ଥେରାପି ଏବଂ ସର୍ଜରୀ ଚିକିତ୍ସା ପଦ୍ଧତି ଦ୍ୱାରା ରୋଗୀ ଅନେକ ପରିମାଣରେ ଭଲ ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି । କେତେକ କର୍କଟ ରୋଗକୁ ଚିକିତ୍ସା କରିବା ପାଇଁ ବୋନ୍ ମ୍ୟାରୋ ଟ୍ରାନ୍ସପ୍ଲାଣ୍ଟ କରାଯାଏ । ପିଲାମାନଙ୍କର କର୍କଟ ରୋଗର ଚିକିତ୍ସା ପଦ୍ଧତି ବୟସ୍କ ଲୋକଙ୍କଠାରୁ ଅଲଗା ରହିଥାଏ । କାରଣ ପିଲାମାନେ କେମୋଥେରାପିକୁ ସହି ପାରନ୍ତି । ପିଲାମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏହା ଫଳପ୍ରଦ ହୋଇଥାଏ । ତେବେ କର୍କଟ ଚିକିତ୍ସା ପଦ୍ଧତିର କେତେକ ପାର୍ଶ୍ୱପ୍ରତିକ୍ରିୟା ମଧ୍ୟ ରହିଛି । ତେଣୁ ଏହାର କୁପ୍ରଭାବକୁ ଏଡ଼ାଇବା ପାଇଁ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ଆନୁଷଙ୍ଗିକ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଦାନ କରାଯାଏ । ସେଥିମଧ୍ୟରୁ ରକ୍ତ ନେବା, ଆଣ୍ଟିବାୟୋଟିକ ଚିକିତ୍ସା ଅନ୍ୟତମ । ସମସ୍ତ କର୍କଟ ରୋଗରୁ କୌଣସି ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ପ୍ରତିରୋଧକ ଚିକିତ୍ସା ଉପଲବ୍ଧ ହୋଇପାରିନାହିଁ । କେତେକ କର୍କଟ ରୋଗ ସର୍ଭିକାଲ କ୍ୟାନ୍‌ସର ଟିକା ମାଧ୍ୟମରେ ନିବାରଣ କରାଯାଇପାରେ ।



ଚିକିତ୍ସା ସୁବିଧା

ସଂପ୍ରତି କର୍କଟ ରୋଗର ଚିକିତ୍ସା କ୍ଷେତ୍ରରେ ଅନେକ ଉନ୍ନତି ଘଟିଛି । ଅତ୍ୟାଧୁନିକ ଚିକିତ୍ସା ଦ୍ୱାରା କର୍କଟ ପୀଡ଼ିତ ରୋଗୀ ଆରୋଗ୍ୟ ଲାଭ କରୁଛନ୍ତି । ଭଲ ଚିକିତ୍ସା ଦ୍ୱାରା ଅଧିକାଂଶ କର୍କଟ ରୋଗୀ ସୁସ୍ଥ ହୋଇ ଘରକୁ ଫେରୁଛନ୍ତି । ଅଧିକାଂଶ ପିଲାମାନଙ୍କର କର୍କଟ ରୋଗ ଚିକିତ୍ସା ଦ୍ୱାରା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭଲ ହୋଇଥାଏ । ଭୟ ନ କରି ସଠିକ୍ ସମୟରେ ଉପଯୁକ୍ତ ଚିକିତ୍ସା ଦ୍ୱାରା ଏହି ରୋଗକୁ ଭଲ କରାଯାଇପାରିବ । ଆମ ରାଜ୍ୟରେ ବର୍ତ୍ତମାନ ବିଭିନ୍ନ ସରକାରୀ ଏବଂ ଘରୋଇ ଚିକିତ୍ସାଳୟରେ ସମସ୍ତ ପ୍ରକାରର କର୍କଟ ରୋଗର ଚିକିତ୍ସା ଉପଲବ୍ଧ ଅଛି । କଟକସ୍ଥିତ 'ଆଚାର୍ଯ୍ୟ ହରିହର ପୋଷ୍ଟଗ୍ରାଜୁଏଟ୍ ଇନ୍‌ଷ୍ଟିଚ୍ୟୁଟ୍ ଅଫ୍ କ୍ୟାନ୍‌ସର' ପକ୍ଷରୁ କର୍କଟ ରୋଗୀଙ୍କୁ ସର୍ବୋତ୍ତମ ଚିକିତ୍ସା ଯୋଗାଇ ଦିଆଯାଉଛି । ସେହିପରି ଭୁବନେଶ୍ୱରସ୍ଥିତ ବାଗ୍‌ଚୀ ଶ୍ରୀ ଶଙ୍କରା କର୍କଟ କେନ୍ଦ୍ର ଓ ଗବେଷଣା ପ୍ରତିଷ୍ଠାନ କର୍କଟ ରୋଗର ଚିକିତ୍ସା ପାଇଁ ଏକ ଅତ୍ୟାଧୁନିକ ଚିକିତ୍ସାଳୟ । ବାଙ୍ଗାଲୁରୁର ଶ୍ରୀ ଶଙ୍କରା କ୍ୟାନ୍‌ସର ଫାଉଣ୍ଡେସନ୍ ଏବଂ ଓଡ଼ିଶା ସରକାରଙ୍କ ମିଳିତ ସହଯୋଗରେ ଏହି ଡାକ୍ତରଖାନା ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରାଯାଇଛି । ଓଡ଼ିଶାର ଏହି ଦୁଇଟି ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ କର୍କଟ ଡାକ୍ତରଖାନାରେ ଅନେକ ଅଭିଜ୍ଞ ଚିକିତ୍ସକ ରହିଛନ୍ତି । କେମୋଥେରାପି, ଡିଜିଟାଲ୍ ମ୍ୟାମୋଗ୍ରାଫି, ସିଟି ସ୍କାନ୍, ଅଲଟ୍ରା ସୋନୋଗ୍ରାଫି ଏବଂ ଏକ୍ସ-ରେ ଆଦି ସେବା ଏହି ଡାକ୍ତରଖାନାରେ ଉପଲବ୍ଧ । ଥୋରାସିକ୍ ଏବଂ ନ୍ୟୁରୋ ସର୍ଜରୀ ବ୍ୟତୀତ ସମସ୍ତ ଉନ୍ନତ କର୍କଟ ସର୍ଜରୀ, ଲାପ୍ରୋସ୍କୋପି ସର୍ଜରୀ ମଧ୍ୟ ଏଠାରେ କରାଯାଇଥାଏ । ରାଜ୍ୟ ତଥା ରାଜ୍ୟ ବାହାରର ରୋଗୀମାନେ ଏଠାରେ ଚିକିତ୍ସା ସୁବିଧା ପାଇ ପାରୁଛନ୍ତି ।

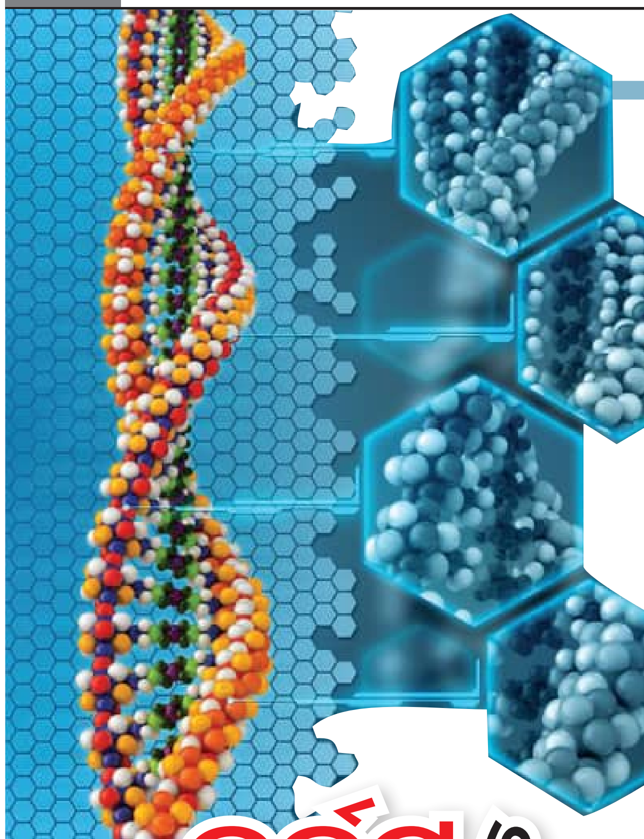
ସେହିପରି ମୁମ୍ବାଇର ଟାଟା ମେମୋରିଆଲ ହସ୍‌ପିଟାଲ, ଦିଲ୍ଲୀର ରାଜୀବ ଗାନ୍ଧୀ କର୍କଟ ପ୍ରତିଷ୍ଠାନ ଏବଂ ଅନୁସନ୍ଧାନ କେନ୍ଦ୍ର, ବେଙ୍ଗାଲୁରୁର କିଡ୍‌ୱାଇ ମେମୋରିଆଲ୍ ଇନ୍‌ଷ୍ଟିଚ୍ୟୁଟ୍ ଅଫ୍ ଅଙ୍କୋଲୋଜି, ଥିରୁବନ୍ତପୁରମ୍‌ର ରିଜିଓନାଲ କ୍ୟାନ୍‌ସର ସେଣ୍ଟର, ଉତ୍ତର ପ୍ରଦେଶର ବାରାଣସୀସ୍ଥିତ ହୋମି ଭାବା କ୍ୟାନ୍‌ସର ହସ୍‌ପିଟାଲ, ମୁମ୍ବାଇର କ୍ୟାନ୍‌ସର୍ କେୟାର ଫାଉଣ୍ଡେସନ୍ ଅଫ୍ ଇଣ୍ଡିଆ, ନୂଆଦିଲ୍ଲୀର ଅଲ୍ ଇଣ୍ଡିଆ ଇନଷ୍ଟିଚ୍ୟୁଟ୍ ଅଫ୍ ମେଡିକାଲ ସାଇନ୍ସ, ଅହମ୍ମଦାବାଦର କର୍କଟ ଏବଂ ଅନୁସନ୍ଧାନ ପ୍ରତିଷ୍ଠାନ, ଚେନ୍ନାଇର ଆପୋଲୋ ସ୍ପେଶାଲିଷ୍ଟ ହସ୍‌ପିଟାଲ ଆଦି ବିଭିନ୍ନ ସରକାରୀ ଓ ବେସରକାରୀ କର୍କଟ ଚିକିତ୍ସା କେନ୍ଦ୍ର ରହିଛି । ଏହି ସବୁ ଡାକ୍ତରଖାନାଗୁଡ଼ିକ କର୍କଟ ରୋଗୀମାନଙ୍କୁ ସର୍ବୋତ୍ତମ ଚିକିତ୍ସା ଯୋଗାଇ ଆସୁଛି ।

ପୀଡ଼ିତଙ୍କ ପାଇଁ ପରାମର୍ଶ

କର୍କଟ ରୋଗ ନେଇ ସନ୍ଦେହ ଆସିବା ମାତ୍ରେ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ନେବା ଉଚିତ । ଆମ ରାଜ୍ୟରେ କର୍କଟ ରୋଗର ଚିହ୍ନଟ ଏବଂ ଚିକିତ୍ସା ପାଇଁ ସମସ୍ତ ପ୍ରକାରର ସୁବିଧା ଉପଲବ୍ଧ ଅଛି । କର୍କଟ ରୋଗର ଚିକିତ୍ସା ପାଇଁ ଆମ ସରକାରଙ୍କର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ସହଯୋଗ ଅଛି । ଭୟଭୀତ ନ ହୋଇ ସଠିକ୍ ପ୍ରଣାଳୀରେ ଚିକିତ୍ସା ଦ୍ୱାରା ଏହିଭଳି ଭୟଙ୍କର ରୋଗକୁ ଆୟତ୍ତ କରାଯାଇପାରିବ । ବିଭିନ୍ନ ଏନ୍‌ଜିଓ ସଂସ୍ଥା ଏବେ କର୍କଟ ରୋଗର ନିରାକରଣ, ଚିକିତ୍ସା ଏବଂ ଅବଗତି ପାଇଁ ଆମ ରାଜ୍ୟରେ କାର୍ଯ୍ୟରତ ଅଛନ୍ତି ।

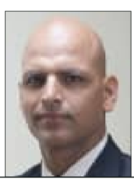
କର୍କଟ ରୋଗର ଅତ୍ୟାଧୁନିକ ଚିକିତ୍ସା ସହିତ ଅନେକେ ଆୟୁର୍ବେଦ ଓ ହୋମିଓପାଥି ଚିକିତ୍ସା ମଧ୍ୟ କରି ଆରୋଗ୍ୟ ହେଉଥିବା ଜଣାଯାଏ । ତେବେ ଠିକ୍ ସମୟରେ ଯଦି ଉପଯୁକ୍ତ ଚିକିତ୍ସା କରାଯାଏ, ନିଶ୍ଚିତ ଭାବେ ରୋଗୀକୁ ମରଣ ମୁହଁ ବଞ୍ଚାଯାଇପାରିବ ବୋଲି ଚିକିତ୍ସକମାନେ କହନ୍ତି । ଡାକ୍ତରଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ଅନୁଯାୟୀ ଚିକିତ୍ସା କଲେ ଏହି ଅସାଧ ରୋଗରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳି ପାରିବ, ଏଥିରେ ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ ।

ସିନ୍ଦୂର
ସକାଳ www.sakalaepaper.com



କର୍କଟ ଓ ଜେନେଟିକ୍ ମ୍ୟୁଟେସନ୍

କ୍ୟାନ୍ସର ବା କର୍କଟ ଏକ ଜୀବନଘାତକ ରୋଗ । ଯଦି ଠିକ୍ ସମୟରେ ଏହାର ଉପଯୁକ୍ତ ଚିକିତ୍ସା କରା ନ ଯାଏ, ତେବେ ରୋଗୀର ମୃତ୍ୟୁ ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି । କର୍କଟ ଚିହ୍ନଟ ହେଲା ପରେ ଶୀଘ୍ର ଏହାର ଚିକିତ୍ସା କରାଯିବା ଉଚିତ । ତୁରନ୍ତ ଚିକିତ୍ସା କରାଗଲେ ରୋଗୀକୁ ମୃତ୍ୟୁମୁଖରୁ ରକ୍ଷା କରାଯାଇପାରିବ । ବିଭିନ୍ନ କାରଣରୁ କ୍ୟାନ୍ସର ହୋଇଥାଏ । ବିଶେଷକରି କ୍ୟାନ୍ସର ସହିତ ସମ୍ପର୍କିତ ଜେନେଟିକ୍ ମ୍ୟୁଟେସନ୍ । ଅର୍ଥାତ୍ ଆମ ଶରୀରର ଡିଏନ୍ଏ ମୂଳରେ ଏହା ପରିବର୍ତ୍ତନ କରାଇଥାଏ । କର୍କଟ କୋଷଗୁଡ଼ିକକୁ କିପରି ବୃଦ୍ଧି, ବିଭାଜନ ଏବଂ ମାରିବାକୁ ହେବ ତାହା ଜେନେଟିକ୍ ମ୍ୟୁଟେସନ୍ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରେ ।



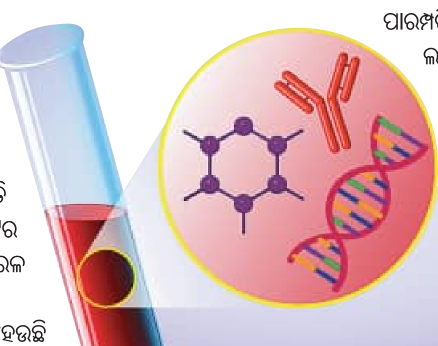
ଡାକ୍ତର ସଂଜୟ କୁମାର ମିଶ୍ର

ଯେତେବେଳେ ଶରୀରରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଘଟେ, କିଛି କୋଷ ସାଧାରଣତଃ ଅନିୟନ୍ତ୍ରିତ ଭାବେ ବଢ଼ିବା ଆରମ୍ଭ କରେ । ସେତେବେଳେ କର୍କଟ ରୋଗ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ । ଧୂମପାନ, ପ୍ରଦୂଷଣ, ବିକିରଣ କିମ୍ବା ବୟସ ବଢ଼ିବା ଆଦି କାରଣରୁ ଏହି ପରିବର୍ତ୍ତନ ହୋଇଥାଏ । କିଛି ପରିବାରରେ ଏହି ପରିବର୍ତ୍ତନ ଜନ୍ମଗତ ଭାବେ ପିତାମାତାଙ୍କଠାରୁ ସନ୍ତାନଙ୍କୁ ମଧ୍ୟ ଯାଇପାରେ । ତେବେ ସମସ୍ତ ମ୍ୟୁଟେସନ୍ କ୍ୟାନ୍ସର ସୃଷ୍ଟି କରେ ନାହିଁ ।

ଜେନେଟିକ୍ ମ୍ୟୁଟେସନ୍ କେତେ ପ୍ରକାର

ଜେନେଟିକ୍ ମ୍ୟୁଟେସନ୍ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଅଛି । ସେମାନେ ଶରୀରକୁ ବିଭିନ୍ନ ଭାବରେ ପ୍ରଭାବିତ କରନ୍ତି । କିଛି ମ୍ୟୁଟେସନ୍ ଡିଏନ୍ଏରେ ଅତି ଅଳ୍ପ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରି କୋଷର ବ୍ୟବହାରକୁ ଟିକେ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିଥାନ୍ତି । ଅନ୍ୟ କେତେକରେ ଡିଏନ୍ଏରେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହୋଇ ଅସାଧାରଣ ଭାବେ କୋଷ ବୃଦ୍ଧି କରିଥାଏ ।

କେତେକ ସମୟରେ ଡିଏନ୍ଏର ବଡ଼ ଅଂଶ ପୁନର୍ବିନ୍ୟାସ ହୁଏ କିମ୍ବା ଅଦଳବଦଳ ହୁଏ, ଯାହା କୋଷର ସାଧାରଣ କାର୍ଯ୍ୟକୁ ଗଭୀର ଭାବେ ବିକୃତ କରେ । ଏହି ପରିବର୍ତ୍ତନ କେବେ କେବେ କର୍କଟ କୋଷକୁ ବଢ଼ାଇଥିବା ଜିନ୍‌କୁ ସକ୍ରିୟ କରେ । ଅଥବା କର୍କଟରୁ ସୁରକ୍ଷା ଦେଉଥିବା ଜିନ୍‌କୁ ନିଷ୍କ୍ରିୟ କରେ । ଆଜିକାଲି ଡାକ୍ତରମାନେ ଆଧୁନିକ ପରୀକ୍ଷା ମାଧ୍ୟମରେ ଏହି ବିଶେଷ ପରିବର୍ତ୍ତନକୁ ଚିହ୍ନଟ କରନ୍ତି, ଯାହା ଅନୁଯାୟୀ ସଠିକ୍ ଚିକିତ୍ସା ପଦ୍ଧତି ବାଛି ପାରନ୍ତି । ଏହା ଦ୍ୱାରା କର୍କଟର ଚିକିତ୍ସା ଅଧିକ ସଠିକ୍ ଏବଂ ସରଳ ହୋଇପାରିଥାଏ ।



ଜେନେଟିକ୍ ମ୍ୟୁଟେସନ୍ ହେଉଛି ଡିଏନଏରେ ହେଉଥିବା ପରିବର୍ତ୍ତନ, ଯାହା କୋଷ ବୃଦ୍ଧିର ସାଧାରଣ ନିୟନ୍ତ୍ରଣକୁ ଭଙ୍ଗ କରି କ୍ୟାନ୍ସରୁ ଜନ୍ମ ଦେଇପାରେ । ସହଜ ଭାବେ କହିଲେ, ଜିନ୍‌ମାନେ ଶରୀରକୁ ବୃଦ୍ଧି କରିବା, ବିଭାଜନ କରିବା ଓ ବନ୍ଦ କରିବାକୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଥାନ୍ତି ।

ଆଜି ଅନେକ କର୍କଟରେ ଜେନେଟିକ୍ ମ୍ୟୁଟେସନକୁ ଟାର୍ଗେଟ କରି ଫଳପ୍ରଦ ଚିକିତ୍ସା ଦିଆଯାଉଛି । ତନ୍ମଧ୍ୟରୁ ଅନେକ ଜେନେଟିକ୍ ମ୍ୟୁଟେସନ୍ ସୃଷ୍ଟି କରୁଥିବା କର୍କଟରେ ନିମ୍ନଲିଖିତ ଔଷଧ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ । ଉଦାହରଣସ୍ୱରୂପ-:

- ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍ କ୍ୟାନ୍ସରରେ EGFR ମ୍ୟୁଟେସନ୍ ଥିଲେ osimertinib ଭଳି ଔଷଧ ଉପକାରୀ ।
- ସ୍ତନ କର୍କଟରେ HER2-positive ମ୍ୟୁଟେସନ୍ ଥିଲେ ରୋଗୀଙ୍କୁ trastuzumab ଔଷଧ ଦିଆଯାଏ ।
- ରକ୍ତ କ୍ୟାନ୍ସରରେ (CML)ରେ BCR-ABL gene ପାଇଁ imatinib ଔଷଧ ଦିଆଯାଇଥାଏ ।
- କଲୋନ୍ କ୍ୟାନ୍ସରରେ KRAS ଓ BRAF ଯାଞ୍ଚ କରି ଡାକ୍ତର ରୋଗୀଙ୍କୁ Petuximab ଔଷଧ ଯୋଗାଇ ଦିଅନ୍ତି ।
- BRCA1/BRCA2 ସହିତ କ୍ୟାନ୍ସରରେ olaparib ଔଷଧ ଦିଆଯାଏ ।
- PDL-1 ପଜିଭିବ୍ କ୍ୟାନ୍ସରରେ Pembrolizumab or Nivolumab ଔଷଧ ଦିଆ ଯାଇଥାଏ ।
- ROS-1 ମ୍ୟୁଟେସନ୍‌ରେ Crizotinib ଔଷଧ ଦିଆଯାଏ ।

ଏହି ସମସ୍ତ ଚିକିତ୍ସା ଭାରତରେ ମଧ୍ୟ ଉପଲବ୍ଧ ଓ ଫଳଦାୟକ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ଚିକିତ୍ସା ଅଧିକ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଏବଂ ସଠିକ୍ ହୋଇଛି । ଜେନେଟିକ୍ ଆଧାରିତ କ୍ୟାନ୍ସର ଚିକିତ୍ସା ଏବେ ଓଡ଼ିଶାରେ ମଧ୍ୟ ଉପଲବ୍ଧ । ଫୁସଫୁସ୍, ସ୍ତନ, ରକ୍ତ ଓ କଲୋନ୍ କ୍ୟାନ୍ସରରେ ପ୍ରଥମେ ଜେନେଟିକ୍ ପରୀକ୍ଷା କରାଯାଇ ପରେ ଚିକିତ୍ସା ପାଇଁ ବଛା ଯାଉଛି । ଓଡ଼ିଶାର କଟକସ୍ଥିତ ଆଚାର୍ଯ୍ୟ ହରିହର କ୍ୟାନ୍ସର ଇନ୍‌ଷ୍ଟିଚ୍ୟୁଟ୍, ଭୁବନେଶ୍ୱର ଏମ୍ସ, ଉତ୍କଳ ହସ୍ପିଟାଲ, ସମ୍ ହସ୍ପିଟାଲ ଆଦି କେତେକ ଡାକ୍ତରଖାନାରେ ଏହାର ଚିକିତ୍ସା ଉପଲବ୍ଧ ରହିଛି । ଜେନେଟିକ୍ ଟେଷ୍ଟିଂ, ଆଧୁନିକ ଚିକିତ୍ସା ଉପଲବ୍ଧ ଓ ଶୀଘ୍ର ରୋଗ ଚିହ୍ନଟକୁ କରାଯାଉଥିବାରୁ ରୋଗୀମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଫଳପ୍ରଦ ହେଉଛି ।

ଜେନେଟିକ୍ ମ୍ୟୁଟେସନ୍ କ'ଣ ବୁଝିବା ଦ୍ୱାରା କ୍ୟାନ୍ସର ଚିକିତ୍ସା କରିବା ସହଜ ହୋଇପାରିବ । ଏବେ ଚିକିତ୍ସା ପଦ୍ଧତି ପାରମ୍ପରିକ ଭାବେ ନୁହେଁ, ବରଂ ରୋଗୀର ଲକ୍ଷଣ ଅନୁଯାୟୀ କରାଯାଉଛି । ରୋଗକୁ ଚିହ୍ନଟ କରିବା ପରେ ତଦନୁଯାୟୀ ଚିକିତ୍ସା କରାଯାଉଛି । ଫଳରେ ରୋଗୀ ଶୀଘ୍ର ଆରୋଗ୍ୟ ଲାଭ କରୁଛନ୍ତି । ତେଣୁ ଆନୁବଂଶିକ କର୍କଟ ରୋଗ ପାଇଁ ଭୟଭୀତ ନ ହୋଇ, ଉପଯୁକ୍ତ ଚିକିତ୍ସା କରିବା ଆବଶ୍ୟକ । ■

ଉତ୍କଳ ହସ୍ପିଟାଲ୍, ଭୁବନେଶ୍ୱର

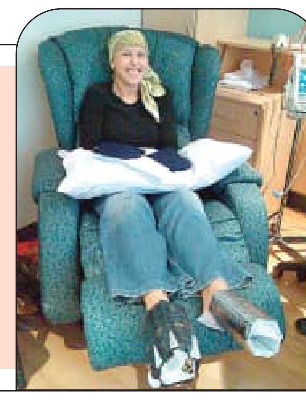
କର୍କଟ ଥେରାପି ଓ ପାର୍ଶ୍ୱ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା

ଡା. ସନ୍ଦୀପ ବାରିକ

ବର୍ତ୍ତମାନ କର୍କଟ ରୋଗ ଅନେକଙ୍କ ପାଇଁ ପ୍ରାଣଘାତୀ ସାଜିଛି । ସର୍ଜରୀ ପରି କର୍କଟରୁ ଆରୋଗ୍ୟ ଲାଭ ପାଇଁ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଥେରାପି ମଧ୍ୟ ରହିଛି । ଥେରାପି କର୍କଟ ପୀଡ଼ିତଙ୍କ ପାଇଁ ଏକ ଜୀବନ ରକ୍ଷକ ଉପଚାର । ତେବେ ଏହାର କେତେକ ପାର୍ଶ୍ୱ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ମଧ୍ୟ ରହିଛି । କର୍କଟ ରୋଗର ଚିକିତ୍ସା ପାଇଁ କେତୋଟି ଥେରାପି ଓ ତା'ର ପାର୍ଶ୍ୱ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ସଂପର୍କରେ ଜାଣିବା ଉଚିତ ।

କେମୋଥେରାପି

କେମୋଥେରାପି ଏଭଳି ଏକ ଚିକିତ୍ସା ପଦ୍ଧତି ଯାହା କର୍କଟର କୋଷଗୁଡ଼ିକକୁ ନଷ୍ଟ କରିଥାଏ । କେଉଁ ପ୍ରକାର କେମୋଥେରାପି ଦିଆଯିବ, ରୋଗୀ କେଉଁ କର୍କଟରେ ପୀଡ଼ିତ ସେ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରିଥାଏ । କେମୋଥେରାପିରେ ବିଶେଷ ଔଷଧ ବ୍ୟବହାର ଦ୍ୱାରା କ୍ୟାନ୍ସର କୋଷଗୁଡ଼ିକକୁ ନଷ୍ଟ କରିବା ଓ କୋଷ ବୃଦ୍ଧିକୁ ରୋକିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଏହି ଔଷଧ ରକ୍ତ ମାଧ୍ୟମରେ



ସାରା ଶରୀରରେ ପ୍ରବେଶ କରି କ୍ୟାନ୍ସର କୋଷକୁ ଧ୍ୱଂସ କରେ । କେମୋଥେରାପି ଏକାକୀ କିମ୍ବା ସର୍ଜରୀ ଓ ରେଡିଏସନ୍ ଥେରାପି ସହିତ ମିଶି ଦିଆଯାଇପାରେ । ଯଦିଓ କେମୋଥେରାପି ସମୟରେ କେଶ ଝଡ଼ିବା, ବାନ୍ତି, ଦୁର୍ବଳତା, ଭୋକ କମିଯିବା, ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ କ୍ଷମତା କମିଯିବା, ରକ୍ତହୀନତା ଭଳି ପାର୍ଶ୍ୱ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଦେଖାଯାଏ, ତଥାପି ଏହା ଜୀବନ ରକ୍ଷା ପାଇଁ ବେଶ୍ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । ତଥାପି ଆଧୁନିକ ଚିକିତ୍ସା ବିଜ୍ଞାନରେ ଏହି ପ୍ରଭାବକୁ କମାଇବା ପାଇଁ ନୂତନ ଔଷଧ ଓ ସହାୟକ ଚିକିତ୍ସା ଉପଲବ୍ଧ ହୋଇଛି ।

ବ୍ରାକି ଥେରାପି

ବାକ୍ରି ଥେରାପିରେ ବିକିରଣ ଉତ୍ସକୁ ସିଧାସଳଖ ଶରୀର ମଧ୍ୟରେ ଥିବା ଟ୍ୟୁମର୍ ପାଖରେ ରଖାଯାଇଥାଏ । ସ୍ତନ କର୍କଟର ସର୍ଜରୀ ପରେ ବିକିରଣ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରାୟ ୪ରୁ ୬ ସପ୍ତାହ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଦିଆଯାଇଥାଏ । ଏବେ ଅତ୍ୟାଧୁନିକ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀ 'ଇଣ୍ଟରଷ୍ଟିସିଆଲ୍ ଇମ୍ପ୍ଲାଣ୍ଟ' ବ୍ରାକି ଥେରାପି ଦ୍ୱାରା ସ୍ତନ କର୍କଟର ବିକିରଣ ଚିକିତ୍ସା ମାତ୍ର ୫ରୁ ୧୦ ଦିନ ମଧ୍ୟରେ ଦିଆଯାଇପାରୁଛି । ଏହି ଚିକିତ୍ସାରେ ସମୟ, ଖର୍ଚ୍ଚ ଓ କମ୍ ଯନ୍ତ୍ରଣା ହୋଇଥାଏ । ସ୍ତନ କର୍କଟ ପ୍ରାରମ୍ଭିକସ୍ତରରେ ଚିହ୍ନଟ ହେଲେ ସର୍ଜରୀ ଦ୍ୱାରା କର୍କଟ କଢ଼ା ଯାଇ ତୁରନ୍ତ ଖାଲି ସ୍ଥାନରେ ବ୍ରାକିଥେରାପିର ସୂକ୍ଷ୍ମନଳୀକୁ ଇମ୍ପ୍ଲାଣ୍ଟ କରାଯାଏ । ଏହାଦ୍ୱାରା ମହିଳାଙ୍କ ସ୍ତନର ଆକାର ଓ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟତାରେ କୌଣସି ହାନି ହୁଏ ନାହିଁ । ତେବେ ବ୍ରାକି ଥେରାପିରେ ମଧ୍ୟ ସାମାନ୍ୟ ପାର୍ଶ୍ୱ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଦେଖାଯାଇଥାଏ । ତନ୍ମଧ୍ୟରୁ ଥକ୍କାଲାଗିବା, ଥେରାପି ଦିଆଯାଉଥିବା ସ୍ଥାନରେ ସାମାନ୍ୟ ଯନ୍ତ୍ରଣା, ରକ୍ତସ୍ରାବ ହୋଇପାରେ । ଝାଡ଼ା, ପାଚନଜନିତ ସମସ୍ୟା, କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ, ମୂତ୍ରସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ସମସ୍ୟା, ରକ୍ତହୀନତା ଆଦି ଦେଖାଯାଇଥାଏ । ତେଣୁ ପାର୍ଶ୍ୱ ପ୍ରତିକ୍ରିୟାର ଲକ୍ଷଣ ବ୍ୟକ୍ତି ଏବଂ କର୍କଟର ପ୍ରକାର ଆଧାରରେ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ହୋଇପାରେ । ତେଣୁ ଏଥିପାଇଁ ବିଚଳିତ ନ ହୋଇ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ସହିତ ସମ୍ପର୍କ କରିବା ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ ।

ରେଡିଓ ଥେରାପି

କର୍କଟ ରୋଗ ଉପରେ ବେଶ୍ ପ୍ରଭାବ ପକାଇ ଥାଏ ରେଡିଓଥେରାପି । କର୍କଟ ରୋଗକୁ ଚିହ୍ନଟ କରିବା ସହିତ ଖରାପ କୋଷିକାଗୁଡ଼ିକକୁ ନଷ୍ଟ କରିଥାଏ । ପାରମ୍ପରିକ ଚିକିତ୍ସା ପଦ୍ଧତିଠାରୁ ଏହା ଉନ୍ନତମାନର ଓ ସମୟ ଉପଯୋଗୀ । ଶତାଧିକ ବର୍ଷ ହେଲା ରେଡିଓଥେରାପି ଏକ ବହୁ ପରୀକ୍ଷିତ ଚିକିତ୍ସା ପଦ୍ଧତି । କର୍କଟର ପ୍ରଥମ, ଦ୍ୱିତୀୟ ଏବଂ ତୃତୀୟସ୍ତରରେ ରେଡିଓଥେରାପି ପ୍ରଭାବୀ । ରେଡିଓଥେରାପିରେ ଉଚ୍ଚ ଶକ୍ତିଶାଳୀ କିରଣ (Gamma ray) ବ୍ୟବହାର କରି କ୍ୟାନ୍ସର କୋଷକୁ ନଷ୍ଟ କରାଯାଏ । ଏହାକୁ ସର୍ଜରୀ ପରେ କିମ୍ବା କେମୋଥେରାପି ସହିତ ଦିଆଯାଏ । ମୁଖ-ଗଳା କର୍କଟ, ଜରାୟୁଗ୍ରୀବା କର୍କଟ, ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍ କର୍କଟ, ମସ୍ତିଷ୍କ କର୍କଟ, ଯକୃତ କର୍କଟ ଇତ୍ୟାଦିରେ ଏହା ଅତ୍ୟନ୍ତ ଫଳପ୍ରଦ । ସେହିପରି ମେରୁଦଣ୍ଡ ପକ୍ଷାଘାତରୁ ଆରୋଗ୍ୟ ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ରେଡିଓଥେରାପି ଦିଆଯାଇଥାଏ । ବର୍ତ୍ତମାନ ଆଧୁନିକ ଲିନାକ୍ (ଲିଆଇଏନଏସି) ଦ୍ୱାରା ସୂକ୍ଷ୍ମ ଓ କେନ୍ଦ୍ରୀଭୂତ ରେଡିଓଥେରାପି ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇପାରୁଛି । ଯାହା ଦ୍ୱାରା କି ପାର୍ଶ୍ୱ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା କମ୍ ରହୁଛି । ସାଧାରଣତଃ ରେଡିଓଥେରାପି ଦିଆଯାଉଥିବା ସ୍ଥାନ କଳା ପଡ଼ିଯାଇଥାଏ । ପାଟି ଭିତରେ ଘା (ମ୍ୟୁକୋସାଇଟିସ୍) ହୋଇପାରେ । ସବୁଠୁ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ କଥା ହେଉଛି ରେଡିଓଥେରାପି ନେବାର ଦୁଇରୁ ପାଞ୍ଚ ବର୍ଷ ଭିତରେ ମୂତ୍ରଥଳୀରେ ରକ୍ତସ୍ରାବ ହୋଇପାରେ । ଝାଡ଼ାରେ ରକ୍ତ ପଡ଼ିପାରେ । ସେହିପରି ପାଟି ଶୁଖିଲା ଲାଗିଥାଏ । ଏଭଳି ଲକ୍ଷଣ ଦେଖାଗଲେ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ନେବା ନିତାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ ।

ଇମ୍ୟୁନୋ ଥେରାପି

ଇମ୍ୟୁନୋଥେରାପି ହେଉଛି ଏକ ଆଧୁନିକ ଚିକିତ୍ସା ପଦ୍ଧତି । ଯେଉଁଥିରେ ଶରୀରର ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତିକୁ ବୃଦ୍ଧି କରାଯାଇ କ୍ୟାନ୍ସର କୋଷକୁ ଚିହ୍ନଟ ଓ ନଷ୍ଟ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ଶରୀର ନିଜେ କ୍ୟାନ୍ସର ସହ ଲଢ଼ିପାରେ । କିଛି ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ କ୍ୟାନ୍ସରରେ ଏହା ଅତ୍ୟନ୍ତ ଆଶାଜନକ ଫଳ ଦେଉଛି । ଇମ୍ୟୁନୋଥେରାପି କର୍କଟ କୋଷକୁ ପ୍ରମୁଖ ରୂପେ ନଷ୍ଟ କରିଦିଏ । ଏଥିରେ ପାର୍ଶ୍ୱ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଆଶଙ୍କା କମ୍ ଥାଏ । ଇମ୍ୟୁନୋଥେରାପି ନେଉଥିବା ପୀଡ଼ିତଙ୍କ ଶରୀର ଥକ୍କା ଲାଗିବା, ଚର୍ମ କୁଣ୍ଡାଇ ହୋଇ ଚକଡ଼ା ଚକଡ଼ା ହୋଇ ଫଳିଯିବା, ପାଚନ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ସମସ୍ୟା, ହରମୋନ୍ ପରିବର୍ତ୍ତନ ତଥା ଥାଇରଏଡ ଗ୍ରନ୍ଥି ପ୍ରଭାବିତ ହେବା, ବାନ୍ତି ଲାଗିବା, ଜ୍ୱର, ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌ଜନିତ ସମସ୍ୟା, ଗଣ୍ଠି ଯନ୍ତ୍ରଣା ଆଦି ଦେଖାଯାଇପାରେ । ତେଣୁ ଶରୀରରେ ଦେଖାଯାଉଥିବା ଲକ୍ଷଣ ଆଧାରରେ ଡାକ୍ତର ପୀଡ଼ିତଙ୍କ ଚିକିତ୍ସା କରିଥାନ୍ତି ।

ଟାର୍ଗେଟେଡ୍ ଥେରାପି

ଟାର୍ଗେଟେଡ୍ ଥେରାପି ଏକ ଉନ୍ନତ ଚିକିତ୍ସା ପଦ୍ଧତି । ଏହି ପଦ୍ଧତିରେ କ୍ୟାନ୍ସର କୋଷର ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଗୁଣକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରି ଔଷଧ ଦିଆଯାଏ । ଫଳରେ କର୍କଟ ବୃଦ୍ଧି କରୁଥିବା କୋଷର ବିକାଶ ଧିମା ହୋଇଥାଏ । ଏହା ସୁସ୍ଥ କୋଷକୁ କମ୍ କ୍ଷତି କରେ । ପାରମ୍ପରିକ ଥେରାପି ତୁଳନାରେ ଏଥିରେ କମ୍ ପାର୍ଶ୍ୱ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ହୋଇଥାଏ । ଶରୀରକୁ ନିଜସ୍ୱ ପ୍ରତିରକ୍ଷା ପ୍ରଣାଳୀକୁ କର୍କଟ ସହିତ ଲଢ଼େଇ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତରେ କେମୋଥେରାପି ସହିତ ଟାର୍ଗେଟେଡ୍ ଥେରାପି ନିଆଯାଇପାରିବ । ତେବେ ଟାର୍ଗେଟ୍ ଥେରାପି ନେବା ଦ୍ୱାରା ହୃଦୟ, ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍ ଏବଂ ଶ୍ୱାସଯନ୍ତ୍ର ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇପାରେ । ତ୍ୱଚାଜନିତ ସମସ୍ୟା, କେଶର ରଙ୍ଗ ପରିବର୍ତ୍ତନ, ରକ୍ତହୀନତା, ପେଟଜନିତ ସମସ୍ୟା ଆଦି ପାର୍ଶ୍ୱ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଦେଖାଯାଇପାରେ । ତେଣୁ ଏହି ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ପାଇଁ ସନ୍ତୁଳିତ ଖାଦ୍ୟପେୟ କରିବା ସହ ଆରାମ କରିବା ଜରୁରି ।

କର୍କଟ ପାଇଁ ଥେରାପିର ବିଶେଷ ଭୂମିକା ରହିଛି । ତେବେ ଅଭିଜ୍ଞ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ଅନୁଯାୟୀ ଥେରାପି ନେବା ଆବଶ୍ୟକ । ଏପରିକି ଏହାର ପାର୍ଶ୍ୱ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଉପରେ ଧ୍ୟାନ ରଖିବା ଉଚିତ । ■

ଆସୋସିଏଟ୍ ପ୍ରଫେସର, ରେଡିଏସନ୍/ଅଙ୍କୋଲୋଜି, ଏମ୍ସ, ଭୁବନେଶ୍ୱର

ପରୀକ୍ଷଣରୁ କର୍କଟ ଚିହ୍ନଟ

ଭାରତରେ କର୍କଟ ଏକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମସ୍ୟା । ପ୍ରତିବର୍ଷ ଭାରତର ବହୁତ ଲୋକ କର୍କଟ ରୋଗରେ ପୀଡ଼ିତ ହୋଇଥାଆନ୍ତି । ସଚେତନତାର ଅଭାବ, ଶିକ୍ଷା, ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ସ୍କ୍ରିନିଂ ଏବଂ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟସେବା ସୁବିଧା ଅଭାବରୁ ଏହି ରୋଗ ଦିନକୁ ଦିନ ବଢ଼ିବାରେ ଲାଗିଛି । ତେଣୁ ସଠିକ୍ ସମୟରେ କର୍କଟ ରୋଗ ନିରୂପଣ, ପରୀକ୍ଷା ନିରୀକ୍ଷା ଓ ଉପଯୁକ୍ତ ଚିକିତ୍ସା ଦ୍ୱାରା ଏହି ଜଟିଳ ବ୍ୟାଧିରୁ ଜଣେ ଆରୋଗ୍ୟ ଲାଭ କରିପାରିବ । ଏହାକୁ ଚିହ୍ନଟ କରିବା ପାଇଁ ବର୍ତ୍ତମାନ ଅତ୍ୟାଧୁନିକ ଚିକିତ୍ସା ବ୍ୟବସ୍ଥା ତଥା ଜ୍ଞାନକୌଶଳ ପ୍ରୟୋଗ କରାଯାଉଛି । ଲିକ୍ୱିଡ ବାୟୋପ୍ସି, ଆଇଏଚ୍‌ସି, ଜେନେଟିକ୍ ସ୍ୱିକେସିଂ, ପିଇଟି-ସିଟି, ୩-ଟେସ୍‌ଲା ଏମ୍‌ଆରଆଇ ଇତ୍ୟାଦି ପରୀକ୍ଷଣରୁ ପ୍ରାରମ୍ଭିକସ୍ତରରୁ ହିଁ କର୍କଟ ଚିହ୍ନଟ ସମ୍ଭବ ହୋଇପାରୁଛି ।

ରକ୍ତ ପରୀକ୍ଷା: କିଛି କର୍କଟରେ ଟ୍ୟୁମର ମାର୍କର ଥାଏ । ଏହା ଦ୍ୱାରା କର୍କଟର ସ୍ଥିତି ବିଷୟରେ ଜାଣିହୁଏ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ PSA,CEA,CA125 । ସେହିପରି ରକ୍ତରେ ଥିବା କର୍କଟ ଡିଏନ୍ଏ ମିଥାଇଲେସନ୍ ଚିହ୍ନଟ କରିବା ପାଇଁ ଜେନୋମ୍ ସିକୁଏନସିଂ ଏବଂ କ୍ୟାନ୍ସର ସ୍ୱଟ୍ ପରି ଆଧୁନିକ ଟେଷ୍ଟ କରାଯାଏ । ଶରୀରରେ କର୍କଟ କୋଷ ଦ୍ୱାରା ଉତ୍ପାଦିତ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ପ୍ରୋଟିନ୍ କିମ୍ବା ପଦାର୍ଥକୁ ଚିହ୍ନଟ କରିବା ପାଇଁ ଟ୍ୟୁମର ମାର୍କର ପରୀକ୍ଷା, ରକ୍ତ କର୍କଟ ଚିହ୍ନଟରେ ସାହାଯ୍ୟ ପାଇଁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ରକ୍ତ ଗଣନା (CBC), ପେରିଫେରାଲ ସ୍ମିୟର କରାଯାଏ ।

ଇମେଜିଂ ଟେଷ୍ଟ: ଇମେଜିଂ ଟେଷ୍ଟ ମାଧ୍ୟମରେ ଡାକ୍ତର ରୋଗୀର ଶରୀର ଭିତର ଦେଖିବା ସହ ଅସ୍ୱାଭାବିକ କୋଷ ବୃଦ୍ଧିକୁ ଚିହ୍ନଟ କରିଥାନ୍ତି । ଏକ୍ସ-ରେ ଅସ୍ଥି ଏବଂ ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍ ଟ୍ୟୁମର ଚିହ୍ନଟରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ ।

ସିଟି ସ୍କାନ ଓ ଏମ୍‌ଆର୍‌ଆଇ: ସିଟି ସ୍କାନରେ ଶରୀରର ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନର ଟ୍ୟୁମର ବା ଅସ୍ୱାଭାବିକ ମାଂସ ବୃଦ୍ଧିକୁ ଚିହ୍ନଟ କରିହୁଏ । ଏମ୍‌ଆର୍‌ଆଇ ସ୍କାନ୍ କୋମଳ ଟିସୁର ସ୍ପଷ୍ଟ ଛବି ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ । ଏହା ମସ୍ତିଷ୍କ, ମେରୁଦଣ୍ଡ ଏବଂ ପେଲ୍‌ଭିସ କର୍କଟ ଚିହ୍ନଟ ପାଇଁ ଉପଯୋଗୀ ।

ପେଟ୍ ସ୍କାନ୍: ପେଟ୍ ସ୍କାନ୍ ଏକ ଉନ୍ନତ ଇମେଜିଂ ପରୀକ୍ଷଣ । ଏହା ମୁଖ୍ୟତଃ କର୍କଟ, ହୃଦ୍‌ରୋଗ ଏବଂ ମାନସିକ ବିକାରକୁ ଚିହ୍ନଟ କରିବା ପାଇଁ କରାଯାଏ । ଏହା ରୋଗର ଚିକିତ୍ସା ପରେ ରୋଗ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭଲ ହୋଇଛି କି ନାହିଁ ତାହାକୁ ଜାଣିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ଏଥିରେ ଏକ ସୁରକ୍ଷିତ ରେଡିଓଆକ୍ଟିଭ ଟ୍ରେସର ଉପଯୋଗ କରି ଶରୀରର କୋଷୀୟ କାର୍ଯ୍ୟପ୍ରଣାଳୀର ଫଟୋ ନିଆଯାଏ । ଫଟୋ ଦେଖି ଡାକ୍ତର ରୋଗର ସ୍ଥିତି ଏବଂ ଗତିକୁ ଆକଳନ କରିପାରନ୍ତି । ପେଟ୍ ସ୍କାନ୍ କର୍କଟର ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ଚିହ୍ନଟ, ଉପଚାରର ପ୍ରଭାବକୁ ମାପିବା, ମସ୍ତିଷ୍କ ଏବଂ ହୃଦୟ ସମସ୍ୟାର ଯାଞ୍ଚ କରେ ।

ଜେନେଟିକ୍ ଟେଷ୍ଟ: ଜେନେଟିକ୍ ଟେଷ୍ଟ ମାଧ୍ୟମରେ ଭବିଷ୍ୟତରେ ହେବାକୁ ଥିବା କର୍କଟ ରୋଗଆଶଙ୍କା ଚିହ୍ନଟ କରି ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇପାରେ । ଜେନେଟିକ୍ ଟେଷ୍ଟ ଡିଏନ୍ଏର ପରୀକ୍ଷା କରି ଜଣଙ୍କର ଜନ୍ମଦୋଷ, ଗୁଣସୂତ୍ର ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ବିକାର କିମ୍ବା ବଂଶାନୁଗତ କର୍କଟ ପରି ସମସ୍ୟା ହେବ କି ନାହିଁ ତାହା ସୂଚାଏ । ଏହି ପରୀକ୍ଷା ଦ୍ୱାରା ମଧୁମେହ, କର୍କଟ ଏବଂ ହୃଦ୍‌ରୋଗ ବଂଶାନୁକ୍ରମିକ ଭାବେ ପାଇଛନ୍ତି ନା ଏହି ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମସ୍ୟା ହେବାର ଆଶଙ୍କା ଅଛି ତାହା ଜଣାପଡ଼ିଥାଏ । ଶରୀରରେ କିଛି ଔଷଧ କିପରି ପ୍ରତିକ୍ରିୟା କରିବ ତାହା ମଧ୍ୟ ଏହି ପରୀକ୍ଷାରୁ ଜଣାପଡ଼ିବ ।

ବାୟୋପ୍ସି: କର୍କଟ ଚିହ୍ନଟ ପାଇଁ ବାୟୋପ୍ସି ସବୁଠୁ ନିର୍ଭରଯୋଗ୍ୟ ଏବଂ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ପରୀକ୍ଷା । ସାଧାରଣତଃ ଟ୍ୟୁମର କିମ୍ବା ଟିସୁ ଅସ୍ୱାଭାବିକ ଦେଖାଗଲେ, ଡାକ୍ତରମାନେ ଏହି ପରୀକ୍ଷା ପାଇଁ ପରାମର୍ଶ ଦିଅନ୍ତି । ଏଥିରେ ସନ୍ଦିଗ୍ଧ ସ୍ଥାନରୁ ଟିସୁ ବା କୋଷର ଏକ ଛୋଟ ନମୁନା ବାହାର କରି ଏହାକୁ ମାଇକ୍ରୋସ୍କୋପ୍‌ରେ ପରୀକ୍ଷା କରାଯାଏ । ଏହା ମାଧ୍ୟମରେ କର୍କଟ କୋଷର ପ୍ରକାର, ଆକାର ଏବଂ ବ୍ୟାପ୍ତି ସମ୍ପର୍କରେ ସଠିକ୍ ସୂଚନା ମିଳିଥାଏ ।

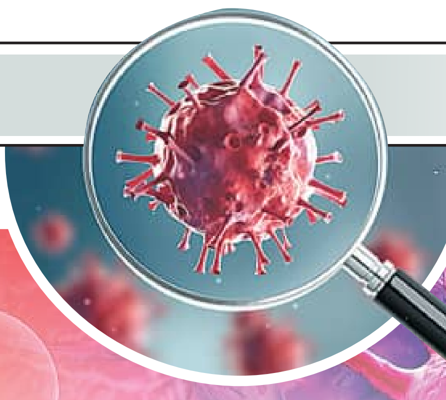
ପିଏସ୍ଏ: ପ୍ରୋଷ୍ଟେଟ କ୍ୟାନ୍ସର ଚିହ୍ନଟ ପାଇଁ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଉଥିବା (ପିଏସ୍ଏ) ପରୀକ୍ଷଣ ଏକ ସ୍କ୍ରିନିଂ ବିଧି । ଏହା ରକ୍ତରେ ପିଏସ୍ଏର ଉଚ୍ଚ ସ୍ତର ପ୍ରୋଷ୍ଟେଟ କ୍ୟାନ୍ସର ଉପସ୍ଥିତିର ସଙ୍କେତ ଦିଏ ।

ପ୍ୟାପ୍ ସ୍ମିଅର୍ ଏବଂ ମାମୋଗ୍ରାମ: ପ୍ୟାପ୍ ସ୍ମିଅର୍ ଏବଂ ମାମୋଗ୍ରାମ ଜରାୟୁ ଏବଂ ସ୍ତନ କର୍କଟ ଚିହ୍ନଟ ପାଇଁ ସ୍କ୍ରିନିଂ ଟେଷ୍ଟ ଭାବେ କରାଯାଏ ।

ଏଣ୍ଡୋସ୍କୋପି: ପାକସ୍ଥଳୀ ଓ ଅନ୍ତନଳୀ ଟ୍ୟୁମର ଚିହ୍ନଟ ପାଇଁ ଆଲୋକ ଏବଂ କ୍ୟାମେରା ମାଧ୍ୟମରେ ପରୀକ୍ଷା କରି କର୍କଟ ସ୍ଥାନ ବା ଟ୍ୟୁମର୍ ଚିହ୍ନଟ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ ଏଣ୍ଡୋସ୍କୋପି । ଆମ ରାଜ୍ୟରେ ବିଭିନ୍ନ କର୍କଟ ପ୍ରତିଷ୍ଠାନ ଏବଂ ସରକାରୀ ହସ୍ପିଟାଲରେ ହିଷ୍ଟୋପାଥୋଲୋଜି ସହିତ ଏଣ୍ଡୋସ୍କୋପି କରାଯାଉଛି ।

ଅଲଟ୍ରାସାଉଣ୍ଡ: ସ୍ତନ କର୍କଟ, ପ୍ରୋଷ୍ଟେଟ କର୍କଟ, ଯକୃତ କର୍କଟ ସମେତ କିଛି କର୍କଟ ଚିହ୍ନଟ ପାଇଁ ଅଲଟ୍ରାସାଉଣ୍ଡ କରାଯାଇଥାଏ । ଅଲଟ୍ରାସାଉଣ୍ଡରେ ଶବ୍ଦ ତରଙ୍ଗ ବ୍ୟବହାର କରି ଏପରି ଚିତ୍ର ସୃଷ୍ଟି କରେ, ଯାହା ଶରୀରର ଆଭ୍ୟନ୍ତରୀଣ ଅଙ୍ଗଗୁଡ଼ିକରେ କିଛି ଅସ୍ୱାଭାବିକ କୋଷ ବୃଦ୍ଧିକୁ ଜଣାଇଥାଏ ।

ଅତ୍ୟାଧୁନିକ ଷ୍ଟେରୋଟାକଟିକ୍ ରେଡିଓ ସର୍ଜରୀ ଚିକତ୍ସାରେ ମସ୍ତିଷ୍କ, ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍ ତଥା ଯକୃତରେ ହେଉଥିବା କେତେକ ପ୍ରକାରର ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ କର୍କଟକୁ ପ୍ରାରମ୍ଭିକସ୍ତରରୁ ଚିହ୍ନଟ କରାଯାଇପାରୁଛି । ଏହାବାଦ୍ କର୍କଟ ଚିହ୍ନଟ ପାଇଁ ଆହୁରି ଅନେକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଏବଂ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଟେଷ୍ଟମାନ ରହିଛି । ଯାହାଦ୍ୱାରା ଟ୍ୟୁମରର ତୀବ୍ରତା ଏବଂ ଚିକିତ୍ସାର ଉପଯୋଗିତା ଜାଣିହେବ । ■



ଡକ୍ଟର ଚିତ୍ରୋତ୍ପଳା ଦେବଦର୍ଶିନୀ

କର୍କଟରେ ଆହାର ଓ ପୋଷଣ

ଆଜିକାଲି ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ଖାଦ୍ୟାଭାସ, ଅଧିକ ତେଲ ମସଲା ଯୁକ୍ତ ତଥା ଗ୍ରୀଲ୍ଡ ଖାଦ୍ୟ ସମସ୍ତେ ପସନ୍ଦ କରୁଛନ୍ତି, ଯାହା କ୍ୟାନ୍ସର ବୃଦ୍ଧିର ମୁଖ୍ୟ କାରଣ । ବୈଜ୍ଞାନିକମାନଙ୍କ ମତରେ, ଏକ ତୃତୀୟାଂଶ କ୍ୟାନ୍ସର ଖାଦ୍ୟ ସହିତ ପରୋକ୍ଷ ବା ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଭାବେ ଜଡ଼ିତ । ଅତ୍ୟଧିକ ତେଲ, ମସଲା ଯୁକ୍ତ ଆଚାର, ଚର୍ବିବହୁଳ ଖାଦ୍ୟ, କ୍ୟାନ୍ସର ବୃଦ୍ଧିରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ତନ୍ଦୁର ତଥା ପୋଡ଼ା ଖାଦ୍ୟ କ୍ୟାନ୍ସର ସମ୍ଭାବନା ବୃଦ୍ଧି କରେ । ଯକୃତ କ୍ୟାନ୍ସର ଧୂମପାନ ତଥା ମଦ୍ୟପାନ କରୁଥିବା ଲୋକଙ୍କଠାରେ ବହୁ ମାତ୍ରାରେ ଦେଖାଯାଏ । ଅତି ଉତ୍ତାପରେ ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରସ୍ତୁତ କଲେ ସେଥିରେ ଥିବା ପ୍ରୋଟିନ ନଷ୍ଟ ହେବା ସହିତ ଅଙ୍ଗାରର କିଛି ଅଂଶ ଖାଦ୍ୟରେ ମିଶିଥାଏ, ଯାହା କ୍ୟାନ୍ସର ବୃଦ୍ଧିରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ସେଥିପାଇଁ ଅଳ୍ପ ଉତ୍ତାପ ତଥା ଅଧିକ ଜଳୀୟ ବାଷ୍ପ ବ୍ୟବହାର କରି ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବା ଉଚିତ ।

କର୍କଟ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ସୁପୋଷଣ

କ୍ୟାନ୍ସର ପୀଡ଼ିତ ବ୍ୟକ୍ତି ସାଧାରଣ ଲୋକଠାରୁ ଅଧିକ ଶକ୍ତି ଆବଶ୍ୟକ କରନ୍ତି । ଜଣେ ସୁସ୍ଥ ଲୋକ ପ୍ରତିଦିନ ୨୦୦୦ କିଲୋ କ୍ୟାଲୋରି ଖାଦ୍ୟ ଆବଶ୍ୟକ କରେ । ମାତ୍ର କ୍ୟାନ୍ସର ପୀଡ଼ିତ ବ୍ୟକ୍ତି ରୋଗର ଅବସ୍ଥା ଅନୁସାରେ ପ୍ରାୟ ୩୦୦୦ ରୁ ୪୦୦୦ କିଲୋ କ୍ୟାଲୋରି ଆବଶ୍ୟକ କରେ । ସାଧାରଣରେ କହିଲେ ଜଣେ କର୍କଟ ରୋଗୀଙ୍କୁ ୪୫-୫୦ କିଲୋ କ୍ୟାଲୋରି ପ୍ରତି କିଲୋ ଶରୀର ଓଜନ ହିସାବରେ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବାକୁ ଦେବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ମାତ୍ର କର୍କଟ ପୀଡ଼ିତ ବ୍ୟକ୍ତି ସାଧାରଣ ଲୋକଙ୍କଠାରୁ ଅଧିକ ପୁଷ୍ଟିସାର ମଧ୍ୟ ଆବଶ୍ୟକ କରେ । ଜଣେ ସୁସ୍ଥ ଲୋକ ପ୍ରତିଦିନ ୧ରୁ ୧.୨ ଗ୍ରାମ ପୁଷ୍ଟିସାର ଆବଶ୍ୟକ କରୁଥିବା ବେଳେ କ୍ୟାନ୍ସର ପୀଡ଼ିତ ବ୍ୟକ୍ତି ରୋଗର ଅବସ୍ଥା ଅନୁସାରେ ପ୍ରାୟ ୨ ଗ୍ରାମ ପୁଷ୍ଟିସାର ଆବଶ୍ୟକ କରିଥାନ୍ତି । କର୍କଟ ଯୋଗୁ ଶରୀରରେ ହେଉଥିବା କ୍ଷତର ଭରଣ ପାଇଁ ଏହି ପୁଷ୍ଟିସାର ଆବଶ୍ୟକ । ତେଣୁ କ୍ୟାନସର ରୋଗୀକୁ ଉତ୍ତମ ପୋଷଣ ତାଙ୍କୁ ସୁସ୍ଥ ରହିବାରେ ସହାୟକ ହୁଏ, ନହେଲେ ଶରୀର କ୍ଷୀଣ ହେବା ସହ ଆୟୁଷ କମି ଯାଇଥାଏ । ଖାଦ୍ୟରେ ଉଚିତ ମାତ୍ରାରେ ଭିଟାମିନ ଓ ମିନେରାଲ୍ସ ରହିବା ଆବଶ୍ୟକ । ଭିଟାମିନ ଶରୀରକୁ କ୍ୟାନ୍ସରର ଉତ୍ପୀଡ଼ନରୁ ରକ୍ଷା କରେ । କର୍କଟ ରୋଗୀଙ୍କୁ ପ୍ରଚୁର ଜଳୀୟ ଅଂଶ ଥିବା ଖାଦ୍ୟ ଓ ପାନୀୟ ଦେବା ଆବଶ୍ୟକ । ବିଭିନ୍ନ ପୋଷକତତ୍ତ୍ୱ କ୍ୟାନ୍ସରରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାନ୍ତି ।

ତନ୍ତୁଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ

ଆହାରରେ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ପରିମାଣରେ ତରଳ ପଦାର୍ଥ ଗ୍ରହଣ ସହ ତନ୍ତୁ (ଡାଏଟାରି ଫାଇବର୍)ର ଭୂମିକା ଅତ୍ୟନ୍ତ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । ତନ୍ତୁ ପିତ୍ତ ଅମ୍ଳକୁ ପତଳା କରିଥାଏ । ଏଥିରେ ବାନ୍ଧି ହୋଇ ଶରୀରର ଜୀବକୋଷର ଅସାମାନ୍ୟ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଓ କ୍ୟାନ୍ସର ବୃଦ୍ଧିକୁ ରୋକିବାରେ ସହାୟକ ହୁଏ । ବିଶେଷଜ୍ଞମାନଙ୍କ କହିବା ଅନୁସାରେ, ତନ୍ତୁର ଫର୍ମେଣ୍ଟେସନ୍ ଫଳରେ ଶର୍ଟ-ଚେନ୍ ଫ୍ୟାଟି ଆସିଡ୍ (SCFAs) ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇ ଅନ୍ତ୍ରର pH କମାଇଥାଏ, ଯାହା ପ୍ରାଥମିକ ପିତ୍ତ ଅମ୍ଳକୁ ଦ୍ୱିତୀୟ ପିତ୍ତ ଅମ୍ଳରେ ପରିଣତ ହେବାକୁ ଦେଇ ନ ଥାଏ, ଯାହା କର୍କଟ ସମ୍ଭାବନାକୁ ବଢ଼ାଇ ପାରେ । ଏହା ସହ ତନ୍ତୁରୁ ଉତ୍ପାଦିତ ବ୍ୟୁଟିରେଟ୍‌ରେ କ୍ୟାନ୍ସର ବିରୋଧୀ ଗୁଣ ଥିବା କଥା ମଧ୍ୟ ଜଣା ପଡ଼ିଛି । ସେହିପରି ଅଧିକ କ୍ୟାଲୋରି ଗ୍ରହଣ ଓ ଚର୍ବି ସଞ୍ଚୟ କିଛି କ୍ୟାନ୍ସର ସମ୍ଭାବନା ବଢ଼ାଇଥାଏ ।

ଟର୍ପିନ୍ ଓ ଲାଇକୋପିନ୍‌ର ଗୁରୁତ୍ୱ

ଟମାଟୋ, କମଳା ଓ ପାଳଙ୍ଗ ଭଳି ଖାଦ୍ୟରେ ଥିବା କାରୋଟିନଏଡ୍ ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଭାବେ କାମ କରି ଟ୍ୟୁମର ବୃଦ୍ଧିକୁ ରୋକି ଥାଏ । ଲାଇକୋପିନ୍ ବିଶେଷ ଭାବେ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଯାହା ପ୍ରୋଷ୍ଟେଟ୍ କ୍ୟାନ୍ସର ସମ୍ଭାବନା କମାଇବାରେ ସହାୟକ । ଲିମୋନଏଡ୍ ଶରୀରରୁ କାର୍ସିନୋଜେନ୍‌କୁ ବାହାର କରିବାରେ ସହଯୋଗ କରେ ।

ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟର ପ୍ରଭାବ

ବିଭିନ୍ନ ଅଧ୍ୟୟନରୁ ପ୍ରମାଣିତ, ବିଟା-କାରୋଟିନ୍, ଭିଟାମିନ୍ 'ସି' ଓ 'ଇ' ଓ ସେଲେନିଅମ୍ ଭଳି ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟଯୁକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ଗ୍ରହଣ କଲେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର କ୍ୟାନ୍ସର କମେ । ଏହା ମଧ୍ୟରେ ବିଟା-କାରୋଟିନ୍ ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍, ପେଟ ଓ ଗଳା କ୍ୟାନ୍ସରର ସମ୍ଭାବନା କମାଇଥାଏ, ଯେତେବେଳେ ଭିଟାମିନ୍ 'ସି' ଓ 'ଇ' ଶରୀରକୁ ସୁରକ୍ଷା କରିଥାଏ ।

ଭିଟାମିନ୍ ଓ ଖଣିଜ ଲବଣ

ଭିଟାମିନ୍ 'ଇ' ଶରୀରରେ ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଭାବେ କାମ କରି ନାଇଟ୍ରୋସାମିନ୍ ଗଠନକୁ ରୋକିଥାଏ । ସେଲେନିଅମ୍, ମାଙ୍ଗାନିଜ୍, ଜିଙ୍କ୍, କପର୍ ଓ ଆୟରନ୍ ଭଳି ଖଣିଜ ଉପାଦାନ ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଏନ୍‌ଜାଇମ୍‌ର ଅଂଶ ଅଟନ୍ତି । ଗ୍ଲୁଟାଥିଓନ୍ ପେରଅକ୍ସିଡେଜ୍, ସୁପରଅକ୍ସାଇଡ୍ ଡିସ୍ମୁଟେଜ୍ ଓ କାଟାଲେଜ୍ ଭଳି ଏନ୍‌ଜାଇମ୍ ଶରୀରକୁ କ୍ଷତିକାରକ ରାଡିକାଲ୍‌ରୁ ସୁରକ୍ଷା କରେ । ସେଲେନିଅମ୍ କେବଳ ଆହାରର ଆବଶ୍ୟକ ଉପାଦାନ ନୁହେଁ, ବରଂ କ୍ୟାନ୍ସର ପ୍ରତିରୋଧରେ ଏକ ସୁରକ୍ଷାତ୍ମକ ଏଜେଣ୍ଟ ଭାବେ ଗ୍ରହୀତ । ଏହା ଅନ୍ୟ ଔଷଧ କିମ୍ବା ରେଡିଏସନ୍ ଚିକିତ୍ସା ସହ ମିଶି ଚିକିତ୍ସାର ଫଳାଫଳକୁ ବଢ଼ାଇପାରେ । ଭିଟାମିନ୍ 'ସି' କାର୍ସିନୋଜେନିକ୍ ନାଇଟ୍ରୋସୋ କମ୍ପାଉଣ୍ଡ ଗଠନକୁ ରୋକିଥାଏ । ଦିନକୁ ପ୍ରାୟ ୮୦୦ ଆଇୟୁ ଭିଟାମିନ୍ 'ଡି' ଗ୍ରହଣ କଲେ ବ୍ରେଷ୍ଟ କ୍ୟାନ୍ସର ରୋଗୀଙ୍କ ଜୀବନକାଳ ବଢ଼ିପାରେ । ସେହିପରି ଦିନକୁ ୧୨୦୦ ମିଗ୍ରା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କ୍ୟାଲସିୟମ୍ ଗ୍ରହଣ ରକ୍ଷାତ୍ମକ ପ୍ରଭାବ ପ୍ରଦାନ କରେ । ନିୟମିତ କ୍ୟାଲସିୟମ୍ ଗ୍ରହଣ କଲେ କୋଲନ୍ କ୍ୟାନ୍ସର ମଧ୍ୟ କମିପାରେ ।

ପ୍ରୋବାୟୋଟିକ୍‌ର ଭୂମିକା

ପ୍ରୋବାୟୋଟିକ୍ ଶରୀରରେ ଥିବା କ୍ଷତିକାରକ ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆ ରୋକିଥାଏ । ଏହି ଉପକାରୀ ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆ ଅନ୍ତ୍ରରେ ଥିବା ସ୍ଥାନ ଓ ପୋଷକ ଉପାଦାନ ପାଇଁ ପ୍ରତିସ୍ପର୍ଦ୍ଧା କରି କ୍ଷତିକାରକ ଜୀବାଣୁଙ୍କ ବୃଦ୍ଧିକୁ ଅଟକାଇ ଥାଏ । ଲ୍ୟାକ୍ଟୋବାସିଲସ୍ ଓ ବିଫିଡୋବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆ ଭଳି ଉପାଦେୟ ବାକ୍ଟେରିଆ ଅର୍ଗାନିକ୍ ଅମ୍ଳ ଉତ୍ପାଦନ କରି ଅନ୍ତ୍ରର pH କମାଇ ରୋଗ ସୃଷ୍ଟିକାରୀ ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆର ବିକାଶକୁ ବନ୍ଦ କରେ ।

ଫାଇଟୋକେମିକାଲ୍‌ର ଉପକାରିତା

ଫାଇଟୋକେମିକାଲ୍ ମଧ୍ୟରୁ ଫିନଲ୍ ଓ ଫିନୋଲିକ୍ କମ୍ପାଉଣ୍ଡ ମୁକ୍ତ ରାଡିକାଲ୍‌କୁ ନିଷ୍କ୍ରିୟ କରି କୋଷକୁ ସୁରକ୍ଷା କରେ । କଫିକ୍ ଓ ଫେରୁଲିକ୍ ଏସିଡ୍ କାର୍ସିନୋଜେନ୍ ତିଆରିକୁ ବାଧା ଦେଇଥାଏ । ସୋୟାରେ ଥିବା ଆଇସୋଫ୍ଲାଭୋନ୍ ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଭାବେ କାମ କରି କ୍ୟାନ୍ସର ବିକାଶକୁ ରୋକିବା ସହ ଟ୍ୟୁମର୍‌କୁ ଦମନ କରିପାରେ ।

ପ୍ରୋଟିନ୍ ଓ କର୍କଟ

କ୍ୟାନ୍ସର କୋଷ ତାଙ୍କର ମେଟାବଲିଜ୍ମକୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରି ଟ୍ୟୁମର ବୃଦ୍ଧି ପାଇଁ ଆମିନୋ ଏସିଡର ଆବଶ୍ୟକତା ବଢ଼ାଇଥାଏ, ଯାହା ଫଳରେ ଶରୀରରେ ପେଶୀ କ୍ଷୟ ଦେଖାଯାଇପାରେ । ବିଶେଷଜ୍ଞମାନଙ୍କ ମତାନୁସାରେ, ସନ୍ତୁଳିତ ଆହାର, ଭିଟାମିନ୍ ଓ ଖଣିଜ ଲବଣ ଗ୍ରହଣ କ୍ୟାନ୍ସର ପ୍ରତିରୋଧ ଓ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ମୁଖ୍ୟ ଭୂମିକା ନେଇଥାଏ । ଉଦ୍ଭିଦ ଆଧାରିତ ପ୍ରୋଟିନ୍ ଓ ତଥା ଅତ୍ୟାବଶ୍ୟକ ଫ୍ୟାଟି ଏସିଡ୍ ଯୁକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ଶରୀରକୁ ସୁରକ୍ଷା ଦେଇଥାଏ, କାରଣ ଏଥିରେ ଆବଶ୍ୟକ ଫାଇଟୋକେମିକାଲ୍ ରହିଥାଏ, ଯାହା କ୍ୟାନ୍ସର ବିରୋଧରେ କାମ କରେ । ସୋୟା ମଧ୍ୟ କର୍କଟ କମାଇପାରେ ବୋଲି ଅନେକ ଅଧ୍ୟୟନ ସୂଚନା ଦେଇଛି । ଚର୍ବିଯୁକ୍ତ ମାଛରେ ଥିବା ଓମେଗା-୩ ଫ୍ୟାଟି ଏସିଡ୍ ରୋଗପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବଢ଼ାଇଥାଏ ଏବଂ ଏହାକୁ ଦ୍ୱିତୀୟ ପ୍ରୋଟିନ୍ ଉତ୍ସ ଭାବେ ଧରାଯାଏ । ଚମଡ଼ା ବିହୀନ ପୋଲଟ୍ରି ମାଂସ ମଧ୍ୟ ମଧ୍ୟମ ପରିମାଣରେ ନେବାକୁ ପରାମର୍ଶ ଦିଆଯାଇଛି । ଇକୋସାପେଣ୍ଟାଏନୋଇକ୍ ଏସିଡ (EPA) cachexia ଅବସ୍ଥାରେ ଶରୀରରେ ଚର୍ବି ଓ ପ୍ରୋଟିନ୍ କ୍ଷୟକୁ କମାଇପାରେ । ■

ସହକାରୀ ଅଧ୍ୟାପିକା,
ଖାଦ୍ୟ ଓ ପୋଷଣ ବିଭାଗ
ଗୋଷ୍ଠୀ ବିଜ୍ଞାନ ମହାବିଦ୍ୟାଳୟ
ଭୁବନେଶ୍ୱର

କର୍କଟ ଉପଚାର
ଯୋଗ-ପ୍ରାଣାୟାମ

ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନରେ ଯୋଗ, ପ୍ରାଣାୟାମର ବିଶେଷ ମହତ୍ତ୍ୱ ରହିଛି । ଏହା ଶରୀର ଓ ଆତ୍ମାକୁ ସମନ୍ୱିତ କରି ମାନସିକ ଶାନ୍ତି ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ । ନିୟମିତ ଯୋଗାଭ୍ୟାସ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଏହା ଶରୀରକୁ ରୋଗମୁକ୍ତ ଓ ସୁସ୍ଥ ରଖିଥାଏ । ତେବେ ଏଭଳି କିଛି ଯୋଗାସନ ଏବଂ ପ୍ରାଣାୟାମ ରହିଛି, ଯାହା କର୍କଟ ଭଳି ମାରାତ୍ମକ ରୋଗର ପ୍ରଭାବ ଓ ଯନ୍ତ୍ରଣାକୁ କମ୍ କରିଥାଏ ।

କପାଳଭାତି

କପାଳଭାତିରୁ ସବୁ ପ୍ରକାର କର୍କଟ ରୋଗରୁ ଆଶ୍ୱସ୍ତି ମିଳିଥାଏ ବୋଲି କୁହାଯାଏ । ସେହିପରି ହାଇପର୍‌ଟେନ୍‌ସନ୍, ଆସ୍ଥମା, ରକ୍ତାଭାବ, ରକ୍ତଚାପ ଥିବା ଲୋକେ ମଧ୍ୟ କପାଳଭାତି କରିପାରିବେ । ଏହା ଶରୀରରେ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି କରିବା ସହ ମାନସିକ ଚାପ ଦୂର କରିଥାଏ ।

ଅନୁଲୋମ - ବିଲୋମ

ଶରୀରରେ ଅମ୍ଳଜାନ ମାତ୍ରା ବୃଦ୍ଧି କରିବା ସହ ମନକୁ ଶାନ୍ତ କରିବାରେ ଅନୁଲୋମ-ବିଲୋମ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଏଥିପାଇଁ ମେରୁଦଣ୍ଡ ସିଧା କରି ସର୍ବ ପ୍ରଥମେ ପଦ୍ମାସନ ମୁଦ୍ରାରେ ବସିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ଏହାପରେ ହାତର ଅନାମିକା ଏବଂ କନିଷ୍ଠା ଅଙ୍ଗୁଳିକୁ ବାମ ନାକରେ ରଖି ଶ୍ୱାସ ନେବାକୁ ହୋଇଥାଏ । ଡାହାଣ ନାକରେ ଏହି ଶ୍ୱାସକୁ ଧୀରେ ଧୀରେ ଛାଡ଼ିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ଏହାପରେ ଡାହାଣ ନାକରେ ଶ୍ୱାସ ଭରି ଏହାକୁ ବାମ ନାକରେ ଛାଡ଼ିବାକୁ ହେବ । ଏହି ପ୍ରାଣାୟମ ପାଞ୍ଚ ମିନିଟରୁ ଅଧଘଣ୍ଟା ଯାଏ କରିଲେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ବେଶ୍ ଫଳପ୍ରଦ ହୋଇଥାଏ ।

ଭ୍ରାମରୀ ପ୍ରାଣାୟାମ

ଭ୍ରାମରୀ ପ୍ରାଣାୟାମ ମନକୁ ଶାନ୍ତ କରି ଚାପ ଦୂର କରିଥାଏ । ଏହି ପ୍ରାଣାୟାମରେ ଭ୍ରମରୀ ଭଳି ଶବ୍ଦ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ । ଏଥିପାଇଁ ପସନ୍ଦ ମୁତାବକ ସୁଖାସନ କିମ୍ବା ପଦ୍ମାସନରେ ବସି ଆଖି ବନ୍ଦ କରି ତର୍ଜନୀ ଅଙ୍ଗୁଳିକୁ ମଥା, ମଧ୍ୟମାକୁ ଆଖି, ଅନାମିକାକୁ ଓଠ ଏବଂ କନିଷ୍ଠାକୁ ଓଠ ତଳେ ରଖିବାକୁ ହେବ । ଏହାପରେ ନାକ ଦ୍ୱାରା ଦୀର୍ଘଶ୍ୱାସ ଭରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ପାଟିକୁ ବନ୍ଦ ରଖି ନାକରେ ଶ୍ୱାସ ଛାଡ଼ି, ଗଳାରେ ଭ୍ରମର ଭଳି ହମ୍ ଶବ୍ଦ ଉଚ୍ଚାରଣ କରିବାକୁ ହେବ । ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ପାଞ୍ଚରୁ ଦଶଥର କରିବା ବେଶ୍ ଲାଭଦାୟକ ।

ଶୀତଳି ପ୍ରାଣାୟମ

ମେରୁଦଣ୍ଡକୁ ସିଧା କରି ଚକାସନରେ ବସି ଜିଭକୁ ବାହାରକୁ କାଢ଼ି ଶ୍ୱାସ ଭରି ଡାହାଣ ନାକରେ ଛାଡ଼ନ୍ତୁ । ଶୀତଳି ପ୍ରାଣାୟମକୁ ପାଞ୍ଚରୁ – ଦଶମିନିଟ୍ କରିପାରିବେ । ଏପରି ଦୈନିକ କରିବା ଦ୍ୱାରା କର୍କଟରୁ ଉପଶମ ମିଳିଥାଏ ବୋଲି ଯୋଗ ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ କୁହନ୍ତି ।

ବକ୍ରାସନ

ବକ୍ରାସନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ବୃକ୍କ ଏବଂ ଯକୃତ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ । ଦୈନିକ ୨୦-୩୦ ମିନିଟ୍ ବକ୍ରାସନ କରିବା ଶରୀର ପାଇଁ ଭଲ ।

ମଣ୍ଡୁକାସନ

କର୍କଟ ରୋଗୀ ସମେତ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତି ମଣ୍ଡୁକାସନ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ ବୋଲି ଯୋଗ ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ କୁହନ୍ତି । ଏହା କରିବା ଦ୍ୱାରା ପେଟଜନିତ ସମସ୍ତ ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ । ଏହା ହୃଦୟକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବା ସହ କୋଲାଇଟିସ୍ ଏବଂ ଡାଏବେଟିସ୍‌କୁ ମଧ୍ୟ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିଥାଏ ।

ଶଶକାସନ

ଶଶକାସନ ଯକୃତ, ବୃକ୍‌କକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବା ସହ ହାତ ଏବଂ କାନ୍ଧକୁ ମଜଭୁତ ରଖିଥାଏ । ଏଥିସହ ପାଚନକ୍ରିୟାକୁ ମଧ୍ୟ ସୁସ୍ଥ ରଖିଥାଏ ।

ଗୋମୁଖାସନ

ଗୋମୁଖାସନ ଯକୃତକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବା ସହ ଅଙ୍ଗୁଳି, ଗଣ୍ଠି ଏବଂ କହୁଣିକୁ ମଜଭୁତ କରିଥାଏ । ଏଥିସହ ବକ୍ଷ ଏବଂ ପିଠିର ମାଂସପେଶୀକୁ ସୁଦୃଢ଼ କରିଥାଏ ।

ନୌକାସନ

ନୌକାସନ ବଦହଜମୀ ଦୂର କରିବା ସହ ଅଣ୍ଟା ଏବଂ ପେଟକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିଥାଏ । ଏଥିସହ ବୃକକ୍ ଏବଂ ଯକୃତକୁ ମଧ୍ୟ ସୁସ୍ଥ ରଖିଥାଏ ।

ମକରାସନ

ଓଜନ ହ୍ରାସ, କର୍କଟ ରୋଗ ପାଇଁ ମକରାସନ ବେଶ୍ ଉପକାରୀ ହୋଇଥାଏ । ଏହା ମାନସିକ ଚାପ, ଅବସାଦ ସମେତ ପିଠି ଯନ୍ତ୍ରଣା ଦୂର କରିଥାଏ ।

ଭୁଜଙ୍ଗାସନ

ଭୁଜଙ୍ଗାସନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଅବସାଦ, ଚିନ୍ତା, ଅଣ୍ଟା ଯନ୍ତ୍ରଣା ଦୂର ହୋଇଥାଏ । ଏଥିସହ ମେରୁଦଣ୍ଡ ହାଡ଼ ମଜଭୁତ ରହିଥାଏ ।

ମର୍କଟାସନ

ମର୍କଟାସନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀର ସୁସ୍ଥ ଏବଂ ମନ ଫୁର୍ତ୍ତି ରହିଥାଏ । ଏହାକୁ ନିୟମିତ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଆଣ୍ଠୁ ଗଣ୍ଠି ଯନ୍ତ୍ରଣା, ପେଟଚର୍ବି, ପାଚନ ସମସ୍ୟା, ସାଇଟିକା ଭଳି ଯନ୍ତ୍ରଣା ଦୂର ହୋଇଥାଏ । ଏହାକୁ ପ୍ରତିଦିନ ୫-୧୦ ମିନିଟ୍ କଲେ ସୁଫଳ ମିଳିଥାଏ । ଏହି ସବୁ ଯୋଗ ଓ ପ୍ରାଣାୟମ କରିବା କର୍କଟ ରୋଗୀଙ୍କ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ବେଶ୍ ଫଳପ୍ରଦ ହୋଇଥାଏ । ■

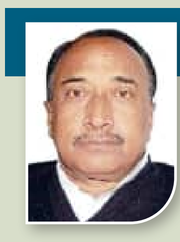
ନୀତି ଅନୀତି ରାଜନୀତି

ଶ୍ରୀବିଦୂର

ଖଣ୍ଡେ ଚିଠି, ଖେଳ ଶେଷ

ସମସ୍ତେ ଜାଣନ୍ତି ଯେ ଶଙ୍ଖପତି ନବୀନ ଅଳ୍ପ କହନ୍ତି, ମାତ୍ର ସେହି ଅଳ୍ପ କଥା ପଥରରେ ବି ଗାର ଟାଣିଦିଏ। ତାଙ୍କୁ ସମାଲୋଚନା କରୁଥିବା ଲୋକଙ୍କ ହଜାରେ ଶବ୍ଦଠାରୁ ଶଙ୍ଖପତିଙ୍କ ଗୋଟିଏ ଶବ୍ଦ ବହୁ ଓଜନିଆ ହୋଇଥିବା ରାଜ୍ୟବାସୀଙ୍କୁ ଅଜଣା ନାହିଁ। ଗଲା ବିଧାନସଭା ବଜେଟ୍ ଆଗତ ପରେ ବୁମଧାରୀମାନେ ନବୀନଙ୍କ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଲୋଡ଼ିବା ବେଳେ ତାଙ୍କର ଦୁଇ ତିନିଟି ଶବ୍ଦର ବାକ୍ୟ ହଜାର ହଜାର ଶବ୍ଦର ବଜେଟ ଅଭିଭାଷଣକୁ ହାଲୁକା କରିଦେଲା। ଅତୀତରେ କେଇଟି ଧାଡ଼ିର ଗୋଟିଏ ଚିଠି ମନ୍ତ୍ରୀ ବିଧାୟକଙ୍କ ତିନିଗୁଣା ବେତନ ଆଶାକୁ ମଉଳାଇ ଦେଇଥିଲା ଓ ଏବେ ଆଉ ଖଣ୍ଡେ ଚିଠି ଶାସକ ଦଳର ୨୦ ସାଂସଦଙ୍କ ସବୁ କୋଳାହଳକୁ ନିରବ କରିଦେଲା। ୨୦୨୩ରେ ସଂସଦରେ ଗୃହୀତ ହୋଇଥିବା ମହିଳା ସଂରକ୍ଷଣ ବିଲର ସଂଶୋଧନ ଆଢୁଆଳରେ ସୀମା ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ ବିଧେୟକକୁ ନେଇ ରାଜ୍ୟର ସବୁ ସାଂସଦଙ୍କୁ ନବୀନ ଲେଖିଥିଲେ ଖଣ୍ଡେ ଚିଠି। ସୀମା ନିର୍ଦ୍ଧାରଣରେ ରହିଥିବା ବିଚ୍ୟୁତି କିପରି ଓଡ଼ିଶାର ସ୍ୱାର୍ଥକୁ ଜାତୀୟସ୍ତରରେ କ୍ଷତି ପହଞ୍ଚାଇବ ଓ ୩ଟି ଆସନ ହରାଇବ ସେ ସମ୍ପର୍କରେ ଉଲ୍ଲେଖ କରି ଏକାଠି ଲଢ଼ିବାକୁ ନବୀନ ଆହ୍ୱାନ ଦେଇଥିଲେ। ଲୋକସଭାରେ ଶଙ୍ଖ ଦଳର କୌଣସି ସାଂସଦ ନ ଥିଲେ ବି ସରକାରଙ୍କ ବିଧେୟକ କାଟ ଖାଇଗଲା। ମାତ୍ର ଏଠି ଓଡ଼ିଶାରେ ପଦ୍ମ ନେତା ନବୀନ ଓ ଶଙ୍ଖ ଦଳ ପାଇଁ ବିଧେୟକ କାଟ ଖାଇଗଲା ବୋଲି ହୁରି ଛାଡୁଛନ୍ତି। ଜଣେ ବି ସାଂସଦ ନ ଥିଲେ ବି ଲୋକସଭାରେ ଶଙ୍ଖପତି ଏବେ ବି ପାୱାରଫୁଲ ବୋଲି ରାଜ୍ୟ ପଦ୍ମ ଦଳିଆ ମାନିବାକୁ ବାଧ୍ୟ ହୋଇଛନ୍ତି। ଯାକୁ ହିଁ କହନ୍ତି ମାଷ୍ଟରଷ୍ଟ୍ରୋକ୍, ଖଣ୍ଡେ ଚିଠିରେ ପୁରା ଖେଳ ଶେଷ। ■

କହୁ କହୁ ଖସିଗଲା ସତ



ଏସନ ରାଜ୍ୟସଭା ନିର୍ବାଚନ ଅନେକଙ୍କ ମୁଖା ତଳର ଅସଲ ଚେହେରା ଖୋଲି ଦେଇପାରେ ଓ ନୂଆ ସମୀକରଣ ଆଣିପାରେ ବୋଲି କେଇ ସପ୍ତାହ ତଳେ ଏହି ସ୍ତମ୍ଭରେ ଆମେ ଆଶଙ୍କା କରିଥିଲୁ। ସତକୁ ସତ ତାହା ହିଁ ଘଟିଲା; ଅନେକ ଲୋକଙ୍କ କୁତ୍ସିତ ଶରୀର ଉପରର ସୂକ୍ଷ୍ମ ଆବରଣକୁ ସ୍ୱାଧୀନ ପ୍ରାର୍ଥୀ ଦିଲ୍ଲୀପ ଏତେ ସହଜରେ ଖୋଲି ରାଜନୀତିର ରାଜପଥରେ ସେମାନଙ୍କୁ ନିର୍ବସ୍ତ୍ର କରିଦେବେ, ସେ କଥା ସେମାନେ କଳ୍ପନା କରିପାରି ନ ଥିଲେ। ଚଳମାନ ବିଶ୍ୱାସଘାତକତାର ଅନୁକୂଳ ସ୍ରୋତରେ ପହଁରୁଥିବା ନାଲିବାବା, ବାଙ୍କୀବୀର ଆପେଆପେ ଖଇଁଚି ଭିତରେ ପଶିଗଲେ। ପ୍ରତିଶୋଧ ଆତୁର ମହାପାତ୍ର ତ କହୁ କହୁ ୩ ମାସ ତଳୁ ବିଜୟ ଯୋଜନା ପ୍ରସ୍ତୁତ କରାଯାଇଥିବା ଉଲ୍ଲେଖ କରି ନିଜେ ବୁଣିଥିବା ଜାଲରେ ଛନ୍ଦି ହୋଇଗଲେ। ତିନିମାସ ତଳେ ଶଙ୍ଖପତି ନବୀନ ବିଜୟନନ୍ଦନ ଅରବିନ୍ଦଙ୍କୁ ନିଲମ୍ବନ ସମୟରେ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ହେଉଥିବା ଲୋକଙ୍କୁ ଆଉ କିଛି ଅବୁଝା ନ ଥିଲା। ମାତ୍ର କାହାଣୀ ଏଇଠି ସରିଲା ନାହିଁ; ବିଜୁ ଲିଗାସୀରେ ସବାର ହୋଇ ବିଶ୍ୱାସଘାତକତାର ରକ୍ତନଦୀ ପାର ହେବା ବେଳେ ପୁଣି ଧରାଗଲେ ବିଚରା ମହାପାତ୍ର। ଜାନକୀବାବୁଙ୍କ ସ୍ମୃତି ସଭାରେ କହୁକହୁ ପୁଣି ନିଜ ଗୋଇ ନିଜେ ଖୋଲି ପକାଇଲେ। ଜାନକୀବାବୁଙ୍କ ଶେଷପାଳି ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରିତ୍ୱ ସମୟରେ ବିଜୁବାବୁଙ୍କ ପରଲୋକ ଘଟିଥିଲା ଓ ସେ ସମୟରେ ବିଜୟବାବୁ ବିରୋଧୀ ଦଳରେ ଥିଲେ। ସେହି ସମୟରେ ଜାନକୀବାବୁ ତାଙ୍କ ବିରୋଧରେ ଏକ ଦଳ ଗଢ଼ିବାକୁ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥିଲେ ବୋଲି ନିଜେ ବିଜୟ ଜାନକୀଙ୍କ ସ୍ମୃତି ସଭାରେ ବଖାଣିଛନ୍ତି। ଏ କଥା ଶୁଣିବା ପରେ ଲୋକେ ତଟସ୍ଥ, କି ସାଂଘାତିକ ଷଡ଼ଯନ୍ତ୍ର ସତରେ ...! ■

କାହା ପାଇଁ ଚାରିଶହ କୋଟି

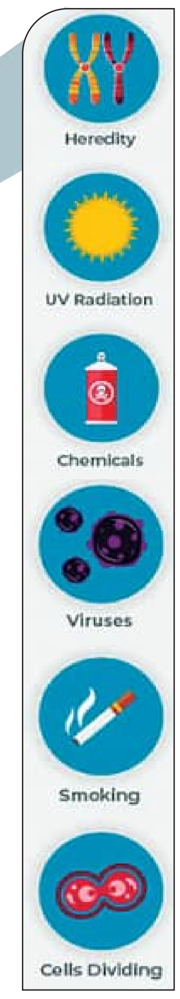
ବାବୁ ମହାଲିଙ୍ଗଙ୍କର ଏବେ କୁଆଡ଼େ ସମୟ ଠିକ୍ ଚାଲିନାହିଁ। ଆକାଶରୁ ଛଞ୍ଚାଣ ଥଣ୍ଟରୁ ସାପ ଖସି ତଳେ ପଥଚାରୀକୁ ଚୋଟ ମାରିବା ପରି ଶୂନ୍ୟରୁ ଶୂନ୍ୟରୁ ଗୋଟାକ ପରେ ଗୋଟାଏ ବିପଦ ବଜ୍ରପରି ତାଙ୍କ ଉପରେ ଖସୁଛି। କଟକ ବଡ଼ ଡ଼ାକ୍ତରଖାନାରେ ନିଆଁ ଲାଗି ଡ଼ଜନେରୁ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଲୋକଙ୍କ ପ୍ରାଣ ଗଲା। ବିରୋଧୀ ମହାଲିଙ୍ଗଙ୍କ ଇସ୍ତଫା ଦାବିରେ ରାଜ୍ୟ କମ୍ପାଇଲେ ବି ପଦ୍ମ ଦଳର ଗୋଳିଆ ପାଣି ଯୋଗୁଁ ମହାଲିଙ୍ଗବାବୁ ବର୍ତ୍ତିଗଲେ। ମାତ୍ର କେଇଟା ଦିନ ଯାଇନାହିଁ ଏବେ ତାଙ୍କ ଅଧୀନସ୍ଥ ଆଉ ଗୋଟାଏ ବିଭାଗର ଗୋଟେ ଠିକାକାମ କଣ୍ଟା ହୋଇ ସରକାରଙ୍କ ତଣ୍ଟିରେ ଲାଗିଛି। ଶଙ୍ଖ ସରକାର ସମୟରେ ସ୍କୁଲଗୁଡ଼ିକରେ ଏଆଇ ଶିକ୍ଷାଦାନ ପାଇଁ ଗୋଟେ ଠିକା ବାହାରିଥିଲା, ସେତେବେଳେ ଏଥିପାଇଁ ଛଅ ଶହ କୋଟି ଟଙ୍କା ଅଟକଳ ବି ହୋଇଥିଲା। ମାତ୍ର ନିର୍ବାଚନ ଆସିବାରୁ ତାହା ଆଉ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ହୋଇ ପାରିଲା ନାହିଁ। ସରକାର ବଦଳିବା ପରେ ମହାଲିଙ୍ଗ ବାବୁଙ୍କ ଆଇଟି ବିଭାଗ ସେହି କାମକୁ କୁଆଡ଼େ ହଜାରେ କୋଟିରେ ଠିକା ଦେଇଛି। ସବୁଠାରୁ ସ୍ପର୍ଶକାତର ବିଷୟଟି ହେଉଛି ଅନ୍ୟ ରାଜ୍ୟରେ ଯେଉଁ କମ୍ପାନୀ ନାମରେ ଠକେଇ, ଜାଲିଆତି, ଆର୍ଥିକ ଅପରାଧ ଆଦି ଅଭିଯୋଗ ହୋଇଛି ଓ ମାମଲା ଅଦାଲତରେ ବିଚାରାଧୀନ ଅଛି; ଓଡ଼ିଶାରେ ଏଆଇ ଶିକ୍ଷାଦାନ ଭିତ୍ତିଭୂମି ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବା ପାଇଁ ସେହି କମ୍ପାନୀକୁ ବଛାଯାଇଛି। କାହା ପାଇଁ ଓ କାହାକୁ ଖୁସି କରିବାକୁ ୪୦୦ କୋଟି ଟଙ୍କା ସରକାର ରାଜ୍ୟ ରାଜକୋଷରୁ ବରବାଦ କଲେ ବୋଲି ହାତ ଦଳିଆ ଟୋକାନେତାମାନେ ରଡ଼ି କରିବା ପରେ ବିଚରା ମହାଲିଙ୍ଗବାବୁଙ୍କ ଗୋଲ ମୁହଁଟି ଶୁଖିଯାଇଛି। ■

ବିଶ୍ୱାସ ମୂଳେ ଏ ଜଗତ

ରାଜନୀତିରେ ଅନେକ ପ୍ରକାର ନେତା ଦେଖାଯାଆନ୍ତି; ମାତ୍ର ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ମଣି ଜୁଏଲଙ୍କ ପରି ନେତା କୁଆଡ଼େ ପୃଥିବୀରେ ବିରଳ। ତାଙ୍କ ସରଳତା ସମ୍ପର୍କରେ ଜାଣିବା ପାଇଁ ଧୀରେନ, ନିହାର, ପ୍ରମିଳା, ଦୁର୍ଗାଙ୍କୁ ପଚାରିବା ଆଦୌ ଆବଶ୍ୟକ ନାହିଁ। ଥରେ ଯାହାକୁ ସେ ବିଶ୍ୱାସ କରନ୍ତି, ତାଙ୍କୁ ଜୀବନ ସାରା ଜୀବନ ଦେଇ ଭଲ ପାଆନ୍ତି। ଆବଶ୍ୟକ ପଡ଼ିଲେ ତାଙ୍କ ପାଇଁ ନିଜ ମନ୍ତ୍ରୀ ଦପ୍ତରରେ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଚୌକି ପକାଇ ବସାଇବାକୁ କୁଣ୍ଠାବୋଧ କରନ୍ତି ନାହିଁ। ମାତ୍ର ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ମଣିଙ୍କ ଏହି ବିଶ୍ୱାସକୁ ନେଇ ଇସ୍ପାତ ନଗରୀର କିଛି ସରକାରୀବାବୁ ଅତିଭକ୍ତି ଦେଖାଇବାକୁ ଏମିତି ଖେଳ ଖେଳିଛନ୍ତି ଯେ, ବିଚରା ଜୁଏଲ୍ ତାହାକୁ ହଜମ କରିପାରୁ ନାହାନ୍ତି। ରାଉରକେଲାରେ ବିଶ୍ୱର ବୃହତ୍ତମ ହକି ଷ୍ଟାଡ଼ିଅମ ନିର୍ମାଣ କେଉଁ କାଳୁ ସରିଲାଣି। ତତ୍କାଳୀନ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ନିର୍ଦ୍ଦେଶରେ ତତ୍କାଳୀନ ପାଞ୍ଚ-ଟି ସଚିବ ଏହି ହକି ଷ୍ଟାଡ଼ିଅମ ନିର୍ମାଣ ପାଇଁ କେତେ ପ୍ରୟାସ କରିଥିଲେ; ତାହା ବି କାହାକୁ ଅଜଣା ନାହିଁ। ଖାଲି ହକି ଷ୍ଟାଡ଼ିଅମ ନୁହେଁ, ରାଉରକେଲା ସହରର ଅନେକ ଭିତ୍ତିଭୂମି ସେତେବେଳେ ବିକାଶ ହୋଇଥିବା ବି ସମସ୍ତେ ଜାଣନ୍ତି। ମାତ୍ର କେଇଦିନ ତଳେ ରାଷ୍ଟ୍ରପତିଙ୍କ ରାଉରକେଲା ଗସ୍ତ ସମୟରେ ଅତି ତୋଷାମଦକାରୀ କିଛି ସରକାରୀ ବାବୁ ଏହି ସବୁ ପ୍ରକଳ୍ପ ଓ ବିକାଶମୂଳକ କାମର ଶ୍ରେୟର ପଗଡ଼ି ଜୁଏଲଙ୍କ ମୁଣ୍ଡରେ ବାନ୍ଧିଥିବା ଶୁଣିବାକୁ ମିଳୁଛି। ଏହା ଶୁଣି ଜୁଏଲ୍ କୁଆଡ଼େ ଖୁସିରେ ଗଦଗଦ, ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟରେ ବିନା ପରିଶ୍ରମରେ ପିତା ହେବାର ସୌଭାଗ୍ୟ କେତେଜଣଙ୍କୁ ଜୁଟେ ସତରେ? କଥାରେ ଅଛି ପରା- ବିଶ୍ୱାସ ମୂଳେ ଏ ଜଗତ। ରକ୍ଷା ହୋଇଛି ଏନ୍ଆଇଟି ଆଉ ରାଉରକେଲା ଇସ୍ପାତ କାରଖାନା ଜୁଏଲ୍ କରିଥିବା ବାବୁମାନେ କହି ନାହାନ୍ତି ...। ■

କର୍କଟ ଚିକିତ୍ସାରେ କୃତ୍ରିମ ବୁଦ୍ଧିମତା

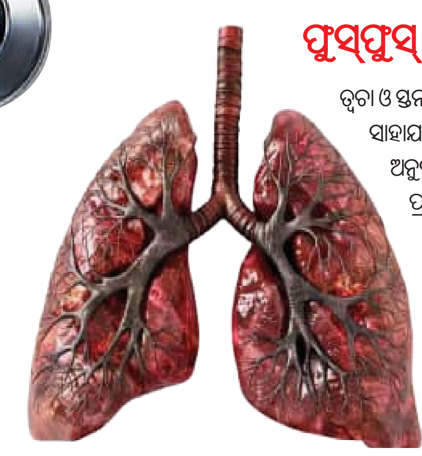
ସମୟ ସହିତ ଚିକିତ୍ସା ବିଜ୍ଞାନ, ଆଧୁନିକ ଉପଚାର ପଦ୍ଧତି ଏବଂ ନୂତନ ଔଷଧ ଗମ୍ଭୀର ରୋଗର ଚିକିତ୍ସାକୁ ସହଜ କରିପାରିଛି। ଏବେ ଆର୍ଟିଫିସିଆଲ୍ ଇଣ୍ଟେଲିଜେନ୍ସ ଅର୍ଥାତ୍ ଏଆଇ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସେବା କ୍ଷେତ୍ରରେ ବରଦାନ ପ୍ରମାଣିତ ହେବାରେ ଲାଗିଛି। ପୂର୍ବରୁ ଯେଉଁଠି ରୋଗର ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ଲକ୍ଷଣ ଚିହ୍ନଟ କରିବାକୁ ବର୍ଷ ବର୍ଷ ଲାଗି ଯାଉଥିଲା, ଏବେ ଏଆଇ ବା କୃତ୍ରିମ ବୁଦ୍ଧିମତା ସମୟସୀମା ମଧ୍ୟରେ କେବଳ ରୋଗ ବାବଦରେ ଜଣାଉ ନାହିଁ। ବରଂ କିଛି ମାମଲାରେ ଏହା ସମ୍ଭାବ୍ୟ ବିପଦ ବାବଦରେ ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ଚେତାବନୀ ପ୍ରଦାନ କରୁଛି। ସେହିପରି ଚର୍ମ-ଫୁସଫୁସ କର୍କଟ, ସ୍ତନ କର୍କଟ ଭଳି ଅନ୍ୟ କର୍କଟ ବାବଦରେ ଏଆଇ ସାହାଯ୍ୟରେ ପୂର୍ବରୁ ଆକଳନ କରାଯାଇପାରିବ ବୋଲି କୁହାଯାଉଛି। ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ କର୍କଟ ଚିକିତ୍ସା କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏଆଇ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଗ୍ରଗତି କରୁଛି।



ତ୍ୱଚା କର୍କଟ

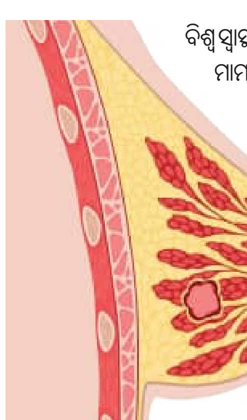
ଏକ ନୂତନ ଅଧ୍ୟୟନରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି ଯେ, ଏଆଇ ସେହି ଲୋକଙ୍କଠାରେ ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ବିପଦର ସମ୍ଭାବ୍ୟ ପ୍ୟାଟର୍ଣ୍ଣକୁ ଚିହ୍ନଟ କରିପାରିବ, ଯେଉଁମାନଙ୍କୁ ମେଲେନୋମା ହେବା ଆଶଙ୍କା ଅଧିକ। ମେଲେନୋମା ଏକ ଗୁରୁତର ତ୍ୱଚା କର୍କଟ। ଯାହାକି ରଙ୍ଗ ସୃଷ୍ଟି କରୁଥିବା କୋଷିକା (ମେଲାନୋସାଇଟ୍ସ)ରେ ବିକଶିତ ହୁଏ। ଗବେଷଣାରେ ୬୦.୩୬ ଲକ୍ଷ ଲୋକଙ୍କୁ ସାମିଲ କରାଯାଇଥିଲା। ଏଥିରୁ ୩୮,୫୮୨ ଲୋକଙ୍କଠାରେ ଅଧ୍ୟୟନର ପାଞ୍ଚ ବର୍ଷ ମଧ୍ୟରେ ମେଲୋନାମା ବିକଶିତ ହୋଇଥିଲା। ତେବେ ଏଆଇ ମଡେଲ ୭୩ ପ୍ରତିଶତ ମାମଲାରେ ସେହିମାନଙ୍କର ଚିହ୍ନଟ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କଲା, ଯେଉଁମାନଙ୍କଠାରେ କର୍କଟ ହେବା ଆଶଙ୍କା ଅଧିକ ଥିଲା। କ୍ୟାନ୍ସର ବାବଦରେ ଯେତେ ଜଲଦି ଜଣାପଡ଼ିଥାଏ, ଚିକିତ୍ସା ସଫଳ ହୁଏ ଏବଂ ଜୀବନ ରକ୍ଷାର ଆଶଙ୍କା ସେତେ ଅଧିକ ହୁଏ। କ୍ୟାନ୍ସର ଶରୀରରୁ ବ୍ୟାପି ଯିବା ପରେ ହିଁ ଲୋକେ ଜାଣନ୍ତି। ତେଣୁ କର୍କଟ ରୋଗରେ ଲୋକେ ଅଧିକ ପ୍ରାଣ ହରାନ୍ତି।

ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍ କର୍କଟ



ତ୍ୱଚା ଓ ସ୍ତନ କର୍କଟ ବାଦ୍ ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍ କର୍କଟରେ ବି ଏଆଇ ସାହାଯ୍ୟ କରିବା କୁହାଯାଉଛି। ନୂଆ ଗବେଷଣା ଅନୁସାରେ, ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ଫେସ୍ ଏଜ୍ ତାଙ୍କ ପ୍ରକୃତ ବୟସ ଅପେକ୍ଷା ବଞ୍ଚିବାର ସମ୍ଭାବନା ବିଷୟରେ ଅଧିକ କହିପାରେ। ତେବେ ଜାମା ନେଟୱର୍କରେ ପ୍ରକାଶିତ ରିପୋର୍ଟ ଅନୁସାରେ, ଏଆଇ ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍ କର୍କଟ ବିପଦ ବାବଦରେ ଜାଣିବାରେ ସଫଳ ପ୍ରମାଣିତ ହୋଇପାରେ। ଡିପ୍ ଲର୍ଣ୍ଣିଂ ପୂର୍ବାନୁମାନ କରିଥିଲା। ଫେସ୍ ଏଜ୍‌ରେ ପ୍ରତି ୧୦ ବର୍ଷ ବୃଦ୍ଧି ସହିତ ମୃତ୍ୟୁହାର ବିପଦ ଆଶଙ୍କା ୩୯ ପ୍ରତିଶତ ଅଧିକ ଥିବା ଜଣାପଡିଛି।

ସ୍ତନ କର୍କଟ



ବିଶ୍ୱ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସଂଗଠନ ଅନୁସାରେ, ବିଶ୍ୱରେ ମହିଳାଙ୍କୁ ନେଇ ଯେତିକି କର୍କଟ ମାମଲା ସାମ୍ନାକୁ ଆସେ, ସେଥିରୁ ୨୪-୩୨ ପ୍ରତିଶତ ମାମଲା ସ୍ତନ କର୍କଟ ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧିତ। ପ୍ରତିବର୍ଷ ୨୩ ଲକ୍ଷରୁ ଅଧିକ ମାମଲା ସାମ୍ନାକୁ ଆସିଥାଏ। ଏହା ହେଉଛି ବିଶ୍ୱରେ ଏକ ସାଧାରଣ କ୍ୟାନ୍ସର, ଯାହାକି ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦେଶର ମହିଳାଙ୍କୁ ପ୍ରଭାବିତ କରେ। ଗୁଗଲ, ଇମ୍ପିରିୟଲ୍ କଲେଜ ଲଣ୍ଡନ, ନ୍ୟାସନାଲ୍ ହେଲ୍‌ଥ ସର୍ଭିସର ଏକ ନୂତନ ଗବେଷଣା ଅନୁସାରେ, ଏଆଇ ସ୍କ୍ରିନିଂ ଟେକ୍ନୋଲୋଜିରେ ଖୁବ୍ ସାହାଯ୍ୟ କରିଛି। ଏହା ଦ୍ୱାରା ସମୟ ପୂର୍ବରୁ ମହିଳାଙ୍କଠାରେ ସ୍ତନ କର୍କଟକୁ ଚିହ୍ନଟ କରିପାରିବ। ଏକ୍ସପେରିମେଣ୍ଟାଲ ରିସର୍ଚ୍ଚ ଏଆଇ ସିଷ୍ଟମ୍ ୨୫ ପ୍ରତିଶତ ଇଣ୍ଟରଭାଲ୍ କ୍ୟାନ୍ସରର ଚିହ୍ନଟ କରିଛି। ଏହା ଏମିତି ମାମଲା, ଯାହାକି ପାରମ୍ପରିକ ସ୍କ୍ରିନିଂରୁ ଜଣାପଡ଼ି ନ ଥାଏ। ଲକ୍ଷଣ ଦେଖା ଯିବା ପରେ ସାମ୍ନାକୁ ଆସେ। ଏଭଳି ସ୍ଥିତିରେ ଏହାର ଚିକିତ୍ସା କରିବା କଷ୍ଟକର ହୋଇଥାଏ।

ଔଷଧର ପ୍ରଭାବ ଜଣାଇବ ଏଆଇ

ବୈଜ୍ଞାନିକମାନେ ଏକ ନୂଆ ଏଆଇ ଆଧାରିତ ଉପାୟର ସନ୍ଧାନ କରିଛନ୍ତି। ଏହା ସାହାଯ୍ୟରେ ଏକଥା ଜାଣିବା ସହଜ ହେବ ଯେ, କେଉଁ ଔଷଧ ଆଡଭାନ୍ସ ଅନ୍ତନଳୀ କର୍କଟ ରୋଗୀଙ୍କ ଉପରେ ପ୍ରଭାବ ପକାଇବ ଓ ପକାଇବ ନାହିଁ। ଏହାର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ହେଉଛି ରୋଗୀଙ୍କୁ ଅଯଥା ଚିକିତ୍ସା ଏବଂ ତାହାର ପାର୍ଶ୍ୱପ୍ରତିକ୍ରିୟାରୁ ସୁରକ୍ଷିତ ରଖିବା। ବ୍ରିଟେନରେ ପ୍ରତିବର୍ଷ ୧୦ ହଜାର ଲୋକ ଆଡଭାନ୍ସ ଅନ୍ତନଳୀ କର୍କଟରେ ପୀଡ଼ିତ ହୋଇଥାନ୍ତି। ଏହି ଷ୍ଟେଜ୍‌ରେ ରୋଗର ଚିକିତ୍ସା କଷ୍ଟକର ହୋଇ ପଡ଼େ ଏବଂ ରୋଗୀର ବଞ୍ଚିବା ଆଶଙ୍କା କମ୍ ଥାଏ। ସେହିପରି ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ଅବସ୍ଥାରେ ଠିକ୍ ହେବାର ଆଶଙ୍କା ୯୮ ପ୍ରତିଶତ ଥାଏ। ଅବଶ୍ୟ ଆଡଭାନ୍ସ ଷ୍ଟେଜ୍‌ରେ ପାଞ୍ଚ ବର୍ଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଜୀବିତ ରହିବା ଆଶଙ୍କା ପ୍ରାୟ ୧୦ ପ୍ରତିଶତ ରହିଥାଏ। ଏବେ ଏନ୍ଏଚ୍ଏସ୍ ବେଭାସିଜୁମାବ ଔଷଧକୁ ମଞ୍ଜୁରି ପ୍ରଦାନ କରିଛି। ଯାହାକି କର୍କଟ ରୋଗ ବୃଦ୍ଧିକୁ ଧିମା କରିବା ଦିଗରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିବ। ହେଲେ ଏହି ଔଷଧ ସବୁ ରୋଗୀଙ୍କ ଉପରେ ପ୍ରଭାବ ପକାଇବ ନାହିଁ। କେବଳ ହାତଗଣତି କିଛି ଲୋକଙ୍କୁ ଏହାର ଫାଇଦା ମିଳିପାରେ। ଏହାବ୍ୟତୀତ ଏହି ଔଷଧର ଗମ୍ଭୀର ପାର୍ଶ୍ୱପ୍ରତିକ୍ରିୟା ରକ୍ତ ଜମାଟ, ପେଟ ତଥା ଅନ୍ତନଳୀ ସହ ଜଡ଼ିତ ରୋଗ ସୃଷ୍ଟି କରିପାରେ। ଏହି ସମସ୍ୟାକୁ ସମାଧାନ କରିବା ପାଇଁ ଲଣ୍ଡନର ଇନଷ୍ଟିଚ୍ୟୁଟ ଅଫ୍ କ୍ୟାନସର ରିସର୍ଚ୍ଚ ଏବଂ ଡବଲିନର ଆରସିଏସ୍ଆଇ ୟୁନିଭର୍ସିଟିର ବୈଜ୍ଞାନିକମାନେ PhenMap ନାମକ ଏଆଇ ଟୁଲ୍ ବିକଶିତ କରିଛନ୍ତି। ଏହି ଟୁଲ୍ ଟ୍ୟୁମରର ଜେନେଟିକ୍ ତଥ୍ୟକୁ ବୁଝି ଏକଥା ଚିହ୍ନିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିବ ଯେ, କେଉଁ ରୋଗୀ ଏହି ଔଷଧ ଦ୍ୱାରା ଉପକୃତ ହେବେ ଓ ହେବେ ନାହିଁ। ଗବେଷଣାରେ ୧୧୭ ଜଣ ୟୁରୋପୀୟ ରୋଗୀଙ୍କୁ ସାମିଲ କରାଯାଇଥିଲା। ସେମାନଙ୍କୁ କେମୋଥେରାପି ଏବଂ ବେଭାସିଜୁମାବ ଔଷଧ ଦିଆଯାଇଥିଲା। ଏଆଇ ଜଟିଳ ତଥ୍ୟର ବିଶ୍ଳେଷଣ କରି ଏମିତି ପ୍ୟାଟର୍ଣ୍ଣର ସନ୍ଧାନ କରିଛି ଯେ, ଯାହାକୁ ସାଧାରଣତଃ ଖୋଜିବା କଷ୍ଟକର ହୋଇଥାଏ। ଏହାଦ୍ୱାରା ଏକଥା ବୁଝିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ ମିଳିବ, କେଉଁ ରୋଗୀଙ୍କୁ ଏହି ଔଷଧ ଦ୍ୱାରା ଲାଭ ମିଳୁ ନ ଥିଲା। ଗବେଷକଙ୍କ ମତରେ, ଏହି ଟେକ୍ନିକ୍ ଆଗାମୀ ଦିନରେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ରୋଗୀଙ୍କୁ ସେମାନଙ୍କ ସ୍ଥିତି ଅନୁସାରେ, ଠିକ୍ ଔଷଧ ପ୍ରଦାନ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିବ। ସେମାନେ ଏକଥା ବି କହିଛନ୍ତି ଯେ, ଏହି ଟେକ୍ନିକ୍‌କୁ ବଡ଼ ସ୍ତରରେ ଏବଂ ଅଧିକ ରୋଗୀଙ୍କ ଉପରେ ପରୀକ୍ଷଣ କରିବାର ଆବଶ୍ୟକତା ଅଛି। ଏଭଳି ହେଲେ ହିଁ ଏହାକୁ କ୍ଲିନିକାଲି ଉପଯୋଗରେ ଅଣାଯାଇପାରିବ। ■

କେମିତି କଟିବ ସପ୍ତାହ

ମେଷ — ରବିବାରରେ ପୈତୃକ ସଂପତ୍ତିକୁ ନେଇ ବିବାଦ ଦେଖାଦେବ। ସୋମ, ମଙ୍ଗଳବାରରେ କର୍ମକ୍ଷେତ୍ରର ସ୍ଥାନ ପରିବର୍ତ୍ତନର ଯୋଗ ଅଛି। ବୁଧ, ଗୁରୁବାରରେ ବ୍ୟବସାୟରେ ଉତ୍ତମ ଜ୍ଞାନକୌଶଳ ପ୍ରୟୋଗ କରିବେ। ଶୁକ୍ର, ଶନିବାରରେ ଉପରିସ୍ଥ କର୍ମଚାରୀଙ୍କ ସହିତ ବଚସା ହୋଇପାରେ।

ବୃଷ — ରବିବାରରେ ପରିବାରରେ ସୁଖସମୃଦ୍ଧି ବୃଦ୍ଧି ପାଇବ। ସୋମ, ମଙ୍ଗଳବାରରେ ଅଳ୍ପ ପରିଶ୍ରମ କରି ଅଧିକ ଫଳ ପାଇବାର ଆଶା ରଖିବେ। ବୁଧ, ଗୁରୁବାରରେ ଅବିବାହିତମାନଙ୍କ ପାଇଁ ବିବାହ ପ୍ରସ୍ତାବ ସ୍ଥିରୀକୃତ ହେବ। ଶୁକ୍ର, ଶନିବାରରେ କର୍ମକ୍ଷେତ୍ରରେ ସଂଯମତା ଅବଲମ୍ବନ କରନ୍ତୁ।

ମିଥୁନ — ରବିବାରରେ ପୁରୁଣା ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ହେବ। ସୋମ, ମଙ୍ଗଳବାରରେ ମହିଳାମାନେ ଆଦର ସମ୍ମାନ ପାଇବେ। ବୁଧ, ଗୁରୁବାରରେ ଉପସ୍ଥିତବୁଦ୍ଧି ପ୍ରୟୋଗ କରି କାମ ହାସଲ କରି ପାରିବେ। ଶୁକ୍ର, ଶନିବାରରେ ରାଜନେତାମାନେ ସଫଳତା ପାଇବେ।

କର୍କଟ — ରବିବାରରେ କୌଣସି ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ କାର୍ଯ୍ୟ ପୂରା ହୋଇପାରେ। ସୋମ, ମଙ୍ଗଳବାରରେ ଅକସ୍ମାତ୍ ଦୂରଯାତ୍ରା କରିପାରନ୍ତି। ବୁଧ, ଗୁରୁବାରରେ ଦାମ୍ପତ୍ୟ ଜୀବନରେ ତିକ୍ତତା ଦେଖାଦେଇ ପାରେ। ଶୁକ୍ର, ଶନିବାରରେ ସନ୍ତାନଙ୍କ ଉନ୍ନତି ପାଇଁ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ପ୍ରଚେଷ୍ଟା ଜାରି ରଖିବେ।

ସିଂହ — ରବିବାରରେ ପରିବାରଠାରୁ ସହଯୋଗ ନ ପାଇ ଦୁଃଖିତ ହେବେ। ସୋମ, ମଙ୍ଗଳବାରରେ ବେରୋଜଗାରୀଙ୍କୁ ଅଧିକ ପରିଶ୍ରମ କରିବାକୁ ପଡ଼ିପାରେ। ବୁଧ, ଗୁରୁବାରରେ ବିବାଦୀୟ ପରିସ୍ଥିତିରୁ ଦୂରେଇ ରୁହନ୍ତୁ। ଶୁକ୍ର, ଶନିବାରରେ ଅକସ୍ମାତ୍ ବନ୍ଧୁମିଳନ ହୋଇପାରେ।

କନ୍ୟା — ରବିବାରରେ ପାରିବାରିକ ଓ ଦାମ୍ପତ୍ୟ ଜୀବନ ସୁଖପ୍ରଦ ହେବ। ସୋମ, ମଙ୍ଗଳବାରରେ କାର୍ଯ୍ୟରେ ବ୍ୟତିକ୍ରମ ପରିଲକ୍ଷିତ ହୋଇପାରେ। ବୁଧ, ଗୁରୁବାରରେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଖରାପ ହୋଇପାରେ। ଶୁକ୍ର, ଶନିବାରରେ ପାରିବାରିକ ସୁଖଶାନ୍ତି ନଷ୍ଟ ହୋଇପାରେ।

ତୁଳା — ରବିବାରରେ ବିଭିନ୍ନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସଫଳତା ପାଇବେ। ସୋମ, ମଙ୍ଗଳବାରରେ ନୂଆ କାମ କରି ଉତ୍ସାହିତ ରହିବେ। ବୁଧ, ଗୁରୁବାରରେ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ କ୍ୟାରିୟର ପାଇଁ ଚିନ୍ତିତ ରହିବେ। ଶୁକ୍ର, ଶନିବାରରେ ପାରିବାରିକ ନିବିଡ଼ତା ମଧ୍ୟ ବୃଦ୍ଧି ପାଇବ। ମହିଳାମାନେ ସ୍ୱାଧୀନମନା ହେବେ।

ବିଛା — ରବିବାରରେ ବନ୍ଧୁଙ୍କ ସହ ମନୋମାଳିନ୍ୟ ହୋଇପାରେ। ସୋମ, ମଙ୍ଗଳବାରରେ ପାରିବାରିକ ଜୀବନ ସୁଖପ୍ରଦ ହେବ। ବୁଧ, ଗୁରୁବାରରେ ଆକସ୍ମିକ ଭାବରେ ବ୍ୟୟଭାର ବୃଦ୍ଧି ପାଇବ। ଶୁକ୍ର, ଶନିବାରରେ ସାହିତ୍ୟ ଓ ପ୍ରଶାସନିକ ସ୍ତରରେ ଉଚ୍ଚସମ୍ମାନ ପାଇପାରନ୍ତି।

ଧନୁ — ରବିବାରରେ ଜମିଜମା ମାମଲାକୁ ନେଇ ଶତ୍ରୁ ଉପୁଜିବେ। ସୋମ, ମଙ୍ଗଳବାରରେ ମାନସିକ ଅବସାଦର ଶିକାର ହୋଇପାରନ୍ତି। ବୁଧ, ଗୁରୁବାରରେ କର୍ମକ୍ଷେତ୍ରରେ ଅସ୍ଥିରତା ଅନୁଭବ କରିବେ। ଶୁକ୍ର, ଶନିବାରରେ ସରକାରୀ ସହାୟତା ପାଇ ଦୀର୍ଘଦିନ ଧରି ପଡ଼ିରହିଥିବା କାର୍ଯ୍ୟ ପୂରଣ ହେବ।

ମକର — ରବିବାରରେ ବିଳାସବ୍ୟସନରେ ସମୟ କାଟିବେ। ସୋମ, ମଙ୍ଗଳବାରରେ ବ୍ୟବସାୟରେ ମଧ୍ୟମ ଧରଣର ଲାଭ ପାଇବେ। ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଉତ୍ତମ ରହିବ। ବୁଧ, ଗୁରୁବାରରେ ଆର୍ଥିକ ଚିନ୍ତାକରି କଷ୍ଟ ପାଇପାରନ୍ତି। ବନ୍ଧୁ ସହଯୋଗ ମିଳିପାରେ। ଶୁକ୍ର, ଶନିବାରରେ ବ୍ୟବସାୟରେ ଲାଭବାନ ହେବେ।

କୁମ୍ଭ — ରବିବାରରେ ପୁରୁଣା ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ ହେବ। ସୋମ, ମଙ୍ଗଳବାରରେ ମହିଳାମାନେ ଆଦର ସମ୍ମାନ ପାଇବେ। ବୁଧ, ଗୁରୁବାରରେ ଉପସ୍ଥିତବୁଦ୍ଧି ପ୍ରୟୋଗ କରି କାମ ହାସଲ କରି ପାରିବେ। ଶୁକ୍ର, ଶନିବାରରେ ରାଜନେତାମାନେ ସଫଳତା ପାଇବେ।

ମୀନ — ରବିବାରରେ ଆଶାଆକାଂକ୍ଷା ପୂରଣ ହେବ। ସୋମ, ମଙ୍ଗଳବାରରେ କର୍ମକ୍ଷେତ୍ରରେ ସାଧାରଣ ସମସ୍ୟା ଉପୁଜିପାରେ। ବୁଧ, ଗୁରୁବାରରେ ପରିବାରଜନଙ୍କ ସହଯୋଗ ପାଇବେ। ଶୁକ୍ର, ଶନିବାର ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନେ କୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହେବେ। ବ୍ୟବସାୟ ତଥା ପରିବହନରେ ଦୂରଯାତ୍ରା କରିପାରନ୍ତି। ■