

BOWEL CANCER

බඩවැල ආශ්‍රිත පිළිකා



වෛද්‍ය හර්ෂ අලුත්ගේ
Dr Harsha Aluthge
MBBS, FRACGP, DFM RCGP(UK)
General Practitioner
Greenville Medical Centre

සෑම වසරකම මිස්ටේලියානුවන් 12500 කට ආසන්න සංඛ්‍යාවකට බඩවැල ආශ්‍රිත පිළිකා ඇති බව හඳුනා ගැනේ. සාමාන්‍යයෙන් මෙයට බහුලව ගොදුරු වන්නේ වයස අවුරුදු 50 කට වඩා වැඩි අය වන නමුත් ඕනෑම වයසක කෙනෙකුට මෙය වැළඳීමේ හැකියාව ඇත.

මෙහි රෝග ලක්ෂණ හෝ අවදානම් සාධකයක් වන බඩවැලේ ඇතිවන ගැටිති (Polyps) කල් තබා හඳුනාගත හොත් රෝගය සුවකර ගැනීමට හැකියාව තිබේ.

බඩවැල පිළිකා ඇතිවන්නේ කෙසේද ?

බඩවැල යනු අපගේ ශරීරයේ ආහාර හා ජලය උරාගෙන ඉතිරිවන අපද්‍රව්‍ය මලපහ වශයෙන් බැහැර කිරීමට උපකාරීවන දිගු විප්‍රති ඒකක වැනි අවයවයකි. මෙය කුඩා බඩවැල මහා බඩවැල හා තුළ මාර්ගය යනුවෙන් ප්‍රධාන කොටස් 3 කි. මෙයින් පිළිකා ඇතිවන්නේ ප්‍රධාන වශයෙන්ම මහා බඩවැල ආශ්‍රිතවයි.

වයස්ගත වන විට මහා බඩවැලේ ජ්‍යෙෂ්ඨ නමින් හඳුන්වන කුඩා ගැටිති වර්ධනය වේ. මෙම ගැටිති හඳුනාගෙන ඉවත්කළ හැකිවීම පිළිබඳ දැක්වා වර්ධනය වීම වළක්වා ගත හැක.

මුල් මෙම ගැටිති බඩවැලේ මතුපිට ස්ථරයට හානි කරන අතර පසුවට ගැඹුරට වර්ධනය වීම සිදුවේ. එවිට රුධිර වාහිනීවලට හානි පැමිණීමෙන් මලපහ සමඟ ලේ මිශ්‍ර වීම සිදුවේ. පසුව පිළිකා සෛල වසා ගැටිති වලට පැතිරී අවසාන වශයෙන් ශරීරයේ දුරස්ථ අවයව වන සමෝච, පෙනහළු ආදියට පැතිරිය හැක.

බඩවැල පිළිකා සඳහා අවදානම් සාධක කවරේද ?

රෝගය ඇතිවීමට හේතුවන කරුණු නිශ්චිතවම හඳුනාගෙන ගැනීම නමුදු සමහර අවධානම් සාධක ඇති අයට රෝගය වැළඳීමේ ඉඩකඩ වැඩි බව හඳුනාගෙන ඇත.

- 1 වයස්ගත වීම - වයස අවුරුදු 50 ට වඩා වැඩි වීම.
- 2 සමහර ජාන ආශ්‍රිත රෝග පරම්පරාවේන් උරුමවීම.
උදා : Familial Adenomatous Polyposis
- 3 පවුලේ ලගම ආදියෙකුට බඩවැල පිළිකා වැළඳී තිබීම.
- 4 බඩවැල ආශ්‍රිත සමහර හිඳගත රෝග.
උදා : Ulcerative Colitis.
- 5 පිටත රාටට ආශ්‍රිත කරුණු - තරබාරු බව, අධික මාංශමය ආහාර : Red Meat and Processed Meat) ඇතුළුව, අධික ළමාපාය හා මත්පැන් පානය.

රෝගය කල්තබා හඳුනාගන්නේ කෙසේද?

මේ සඳහා කරන පරීක්ෂාව Fual Occult Blood Test ලෙස හැඳින්වේ. මලපහ සෑමවල් 2 ක් දැවුරුකට එකතුකර පරීක්ෂණාගාරයකට යැවීමෙන් එහි ලේ මිශ්‍ර වී ඇත්දැයි පරීක්ෂා කෙරේ. අප පසුගිය සතියේ දිවියේ සඳහන් කළ පරිදි වයස අවුරුදු 50, 55, 60, 65, 70, 74 යන වයස් කාණ්ඩවල අයට රජය මගින් නොමිලයේ කෙරෙන පරීක්ෂාවට ඇතුළත් විය හැක.

රෝග ලක්ෂණ කවරේද ?

මුල් අවධියේදී සාමාන්‍යයෙන් රෝග ලක්ෂණ නොපෙන්වයි. ඉහත සඳහන් කළ කුඩා ගැටිති (Polyps) මෙම කාලය තුළ හිතවිට වර්ධනය වීම සිදුවේ.

- මලපහ සමඟ ලේ පිටවීම.
- මලපහ කිරීමේ රටාවේ අනෙකුත් වෙනස්කම් ඇතිවීම. වරින් වර ඇතිවන මල බද්දිය හා කුරුල්ල මලපහ පිටවීම.
- උදරය ආශ්‍රිත විවිධ අපහසුතා - වේදනාව, බඩ පුරවා දැමීම.
- මහන්සි ගතිය.
- සුදුමැලි ගතිය හා ශරීරයේ දුබල කම.

රෝගය නිර්ණය කරගන්නේ කෙසේද ?

- ගුද මාර්ගය පරීක්ෂා කිරීම.
- colonoscopy හා Sigmoidoscopy නමැති කාමරාවක් ඇතුළු කිරීමෙන් කෙරෙන පරීක්ෂාව.
- Barium Enema හැරෙහි විකිරණ පරීක්ෂණය.
- Ultrasound Scan හා CT ialEka වැනි විකිරණ පරීක්ෂණ.
- රුධිර පරීක්ෂාවන්. උදා(CEA

රෝගයේ විවිධ අවස්ථා මොනවාද ?
(Staging of Bowel Cancer)

පිළිකාව ශරීරයේ පැතිරී ඇති දුර ප්‍රමාණය අනුව ප්‍රධාන අවස්ථා 4 ට බෙදිය හැකිය.

- Stage A - පිළිකාව බඩවැලේ බිත්තියේ ඇතුළුපැත්තට පමණක් සීමාවීම.
- Stage B - පිළිකාව බඩවැලේ බිත්තියේ පිට පැත්ත දක්වා පැතිරීම.
- Stage C - පිළිකාව ආශ්‍රිත වසා ගැටිති දක්වා පැතිරීම.
- Stage D - පිළිකාව ශරීරයේ වෙනත් අවයව වලට පැතිරීම.

රෝගයේ අවස්ථාව හඳුනාගැනීම මගින් ඒ ඒ අවස්ථාව සඳහා කුමන ප්‍රතිකාර ක්‍රමයක් වඩාත් හැදෑරිය යුතු යන්න තීරණය කරගැනීමට උපකාර වේ.

රෝගය සඳහා ඇති ප්‍රතිකාර මොනවාද ?

ලෙසකර්මයක් මගින් ආසාදිත බඩවැල කොටස කපා ඉවත්කර එයට ආසන්න බඩවැල කොටස හා බද්දි කිරීම මේ සඳහා ඇති හොඳම ප්‍රතිකාරයයි. සමහරවිට ලෙසකර්මයෙන් පසුව මලපහ පිටවීම සඳහා Stoma හමැති සිදුකර උදරයේ බිත්තියට පසා කිරීම සිදු කෙරේ.

මෙම Stoma කොටස තාවකාලිකව හෝ සමහරවිට සඳාකාලිකවම පවත්වා ගැනීමට සිදුවිය හැකිය. ලෙසකර්මයට අමතරව විකිරණ ප්‍රතිකාර (Radiotherapy) හා ඖෂධමය පිළිකා නාශක (Chemotherapy) ලබාදීම බොහෝ විට අවශ්‍ය වේ.

වි අමතරව සමහර රෝගීන් ස්වාභාවික ප්‍රතිකාර ආයුර්වේද ප්‍රතිකාර වැනි විකල්ප ප්‍රතිකාර වර්ග (Alternative Medicine) භාවිතා කිරීම ඉතා හොඳ හැකි වේ. මෙවැනි සමහර ප්‍රතිකාර ක්‍රම ප්‍රතිඵලදායී විය හැකි අතර තවත් සමහර ක්‍රම හානිදායක ද විය හැකිය. එබැවින් සමීකිසි රෝගියෙකු එවැනි ප්‍රතිකාර ක්‍රම භාවිතා කරයි නම් ඔවුන්ගේ වෛද්‍යවරයාට ඒ පිළිබඳව දැනුවත් කිරීම වැදගත්ය.

ස්ටෝමාවක් සමඟ ජීවත් වීම.
(Live with a stoma)

Stoma හමැති විවරය ඔබගේ මලපහ පිටකට පැමිණීමේ මාර්ගය නිසා එය බැහැරකට සම්බන්ධ කර වරින් වර හිස් කිරීමට සිදුවේ. බොහෝ දෙනාට මෙය හුදුපුරුදු මෙන්ම අපහසුකාර ඇත්දැයිමත් වේ. මේ පිළිබඳ සියලු විස්තර ප්‍රතිකාර කිරීමට කලින් රෝගියා සමඟ සාකච්ඡා කරන අතර Stoma Nurse නම් හෙදියක් මගින් එය රැකබලා ගන්නා ආකාරය පුරුදු පුහුණු කරනු ලැබේ.

බඩවැල පිළිකා අවදානම් අඩුකර ගන්නේ කෙසේද ?

- වරින් වර රෝගය හඳුනා ගැනීමේ පරීක්ෂණ සිදුකර ගැනීම. (Regular Screening)
- සුවදායී ආහාර වේලක් ගැනීම. එළවළු, පලතුරු හා කෙඳි සහිත ආහාර අධික මාංශමය ආහාර අඩු ආහාර වේලක්.

- සොස්පස් හා මීටි බෝල්ස් වැනි කෘතිම හා පිසූ මාංශමය ආහාර :ජර්දැනින චීස්* අඩුවෙන් අනුභව කිරීම.
- ශරීරයේ බර අඩුකර ගැනීම.
- හිතපතා ව්‍යායාම වල යෙදීම.
- අධික ළමාපාය, හා මත්පැන් පානයෙන් වැළකීම.



රෝගය සුවකළ නොහැකි නම් සිදුවන්නේ කුමක්ද ?

සමහරවිට රෝගය පැතිරී ඇති ප්‍රමාණය අනුව ඉහත කී කුමන ප්‍රතිකාර සිදුකළද රෝගය නිරෝධවට සුවකර ගැනීම කළ නොහැකි වනු ඇත.

එවන් අවස්ථාවල රෝග ලක්ෂණ පාලනය - විශේෂයෙන් වේදනාව පාලනය සඳහා ප්‍රබල ඖෂධ වර්ග භාවිතා කිරීමට සිදුවන අවස්ථා ඇත. මෙය Palliative care ලෙස හඳුන්වනු ලබන අතර එහි තේරුම රෝගය සුවකිරීම වෙනුවට රෝග ලක්ෂණ පාලනය කිරීම යන්නයි.

වැඩිදුර විස්තර ලබාගත හැකි ආකාර.

- ඔබගේ පවුලේ වෛද්‍යවරයා.
- බඩවැල පිළිකා ආශ්‍රිත විශේෂඥ වෛද්‍ය - ක්‍රමය. (Colorectal Surgeon)
- Cancer Help Line - 131450
- Cancer Council information & supportive service - 131120

Mathematics

M. Sc Mathematics (USA)
M. Sc Computer Science
B. Sc Mathematics

Grades 6 / 7 / 8 / 9 / 10

VCE - General Maths /

Maths Methods / Specialist Maths

0431 182 632

keerthicnc@yahoo.com

www.facebook.com/DiasMaths

Home
visiting