हाई-ग्रेड ग्लियोमा

सर्वोत्तम कैंसर देखभाल के लिए आपकी मार्गदर्शिका

इस गाइड के बारे में

बताएं जाने पर कि आपको हाई-ग्रेड ग्लियोमा (एक प्रकार का मस्तिष्क कैंसर) है या हाई-ग्रेड ग्लियोमा हो सकता है, यह असहयनीय हो सकता है। शीघ्र ही बहुत कुछ घट सकता है, और आपके पास बहुत सारे प्रश्न हो सकते हैं। यह संसाधन आपको और आपके परिवार और दोस्तों को इस सब से निकलने में आपका मार्गदर्शन करके आपकी सहायता कर सकता है।

सूचना और सहायता

Cancer Council: जानकारी और सहायता के लिए, किसी अनुभवी स्वास्थ्य देखभाल पेशेवर से बात करने के लिए Cancer Council को **13 11 20** पर कॉल करें या **www.cancer.org.au** पर जाएं।

हाई-ग्रेड ग्लियोमा के बारे में अधिक जानकारी के लिए, अपनी स्थानीय Cancer Council की वेबसाइट पर Cancer Council की अंडरस्टैंडिंग ब्रेन ट्यूमर पुस्तिका देखें।

अधिक जानकारी और रोगी सहायता के लिए देखें:
Brain Tumor Alliance Australia
www.curebraincancer.org.au/home.

Cure Brain Cancer Foundation
www.curebraincancer.org.au.

Translating and Interpreting Service (TIS - अनुवाद और दुभाषिया सेवा):

यदि आपको अनुवादक की आवश्यकता है, तो टीआईएस को **13 14 50** पर कॉल करें या **www.tisnational.gov.au** पर जाएं।

प्रारंभिक परीक्षण और रेफरल

लक्षण

आपके सामान्य चिकित्सक (जीपी) को यह पता लगाने के लिए जांच करनी चाहिए कि आप किस कारण से अस्वस्थ महसूस कर रहे है। वे आपसे आपके किसी भी लक्षण के बारे में पूछेंगे। उदाहरण के लिए, आपको सुबह सिरदर्द हो सकता है या जो पूरे दिन रहता है।

यदि आपको अचानक दौरे आने जैसे लक्षण हैं तो आपको तुरंत अस्पताल जाना चाहिए।

आपके प्रारंभिक परीक्षण हो सकते हैं

शारीरिक परीक्षा। आपका डॉक्टर आपके तंत्रिका तंत्र (nervous system) की जांच के लिए जांच और परीक्षण करेगा।

कंप्यूटेड टोमोग्राफी (सीटी) स्कैन। मस्तिष्क की विस्तृत पिक्चर बनाने के लिए कंप्यूटर और एक्स-रे का उपयोग किया जाता है।

मैग्नेटिक रेज़ोनेंस इमेजिंग (MRI) एक ऐसा स्कैन जिसमे मस्तिष्क की विस्तृत तस्वीर बनाने के लिए एक शक्तिशाली चुंबक और रेडियो तरंगों का उपयोग किया जाता है।

रेफरल

यदि आपके जीपी को कोई चिंता है, तो आपको और अधिक परीक्षणों के लिए किसी सार्वजनिक अस्पताल या निजी प्रैक्टिस में एक विशेषज्ञ (न्यूरोसर्जन) के पास भेजा जाएगा। न्यूरोसर्जन वे डॉक्टर होते हैं जो उच्च श्रेणी के हाई-ग्रेड ग्लियोमा के क्षेत्र में उच्च प्रशिक्षित होते है।

आप अपनी मुलाकातों में परिवार के किसी सदस्य या मित्र को अपने साथ ला सकते हैं।

समय-सीमा

अपने जीपी के साथ अपॉइंटमेंट के **24 घंटों के भीतर** आपको किसी विशेषज्ञ के पास भेजा जाना चाहिए।

यदि आपको इस समय के भीतर अपॉइंटमेंट नहीं मिल पाता है, तो अपने जीपी से संपर्क करें।

वे प्रश्न जो आप पूछना चाह सकते हैं

- क्या मुझे सीधे आपातकालीन विभाग में जाना चाहिए?
- क्या मैं यह चुन सकता/ती हूँ कि मैं किसी सार्वजनिक अस्पताल में जाऊँ या निजी प्रैक्टिस में?
- क्या मैं अपने विशेषज्ञ को चुन सकता/ती हूँ?
- मुझे इन मुलाक़ातों के लिए कितना खर्च करना होगा?

Australian Government Cancer Australia | VICTORIA State Government | Cancer Council

निदान और ग्रेडिंग

विशेषज्ञ यह देखने के लिए और परीक्षण करेंगे कि क्या आपके पास हाई-ग्रेड ग्लियोमा है। यदि आपको कोई चिकित्सीय समस्या है तो काम करने की इस प्रक्रिया को निदान करना कहा जाता है।

आपके एक या कई अलग अलग परीक्षण हो सकते है:

एमआरआई। यदि आपने पहले से परीक्षण नही करवाया है।

सीटी स्कैन। यदि आपने पहले से परीक्षण नही करवाया है।

पॉज़िट्रॉन एमिशन टोमोग्राफी (पीईटी) स्कैन। रेडीओऐक्टिव सामग्री की एक छोटी मात्रा को इंजेक्ट किया जाता है और आपके पूरे शरीर का स्कैन, यह देखने के लिए किया जाता है कि कैंसर कहाँ है।

सर्जिकल बायोप्सी। एक बायोप्सी उसे कहते है जहां ग्लियोमा का एक छोटा सा नमूना काट कर लिया जाता है ताकि इसका परीक्षण किया जा सके। सिर में एक छोटा सा छिद्र किया जाता है। ग्लियोमा का नमूना लेने के लिए विशेषज्ञ सुई का उपयोग करेंगे। ग्लियोमा में जाने के लिए विशेषज्ञ को सिर के एक बड़े टुकड़े को निकालने की आवश्यकता हो सकती है। यह ऐनिस्थैटिक के तहत किया जाता है ताकि आप इसे महसूस न कर सकें। नमूना एक प्रयोगशाला में भेजा जाता है ताकि वे देख सकें कि यह कैंसर है या नहीं।

ये परीक्षण विशेषज्ञ को ग्लियोमा के बारे में अधिक जानकारी देंगे जैसे कि कैंसर कैसे बढ़ रहा है या यदि यह फैल गया है। इसे **ग्रेडिंग** कहा जाता है। **ग्रेडिंग** आपके लिए सबसे उपयुक्त इलाज तैयार करने में मदद करती है।

समय-सीमा

परीक्षण होने के **तीन दिनों के भीतर** परिणाम उपलब्ध होना चाहिए।

वे प्रश्न जो आप पूछना चाह सकते हैं

- हाई-ग्रेड ग्लियोमा क्या है?
- मेरी कौन सी जाँचें होंगी?
- परीक्षणों/मुलाकातों की लागत कितनी होगी?
- मेरा इलाज कहाँ होना चाहिए? क्या मेरे पास कोई विकल्प है?
- मेरा कैंसर किस ग्रेड का है?
- मेरे लिए कौन सी सहायता सेवाएं उपलब्ध हैं?

उपचार

हाई-ग्रेड ग्लियोमा के इलाज के कई तरीके हैं। आपका विशेषज्ञ आपके उपचार के विकल्पों के बारे में आपसे बात करेगा।

विशेषज्ञों की एक टीम द्वारा आपका इलाज किया जाएगा, और सर्वोत्तम परिणामों के लिए आपको एक से अधिक प्रकार के उपचारों की आवश्यकता हो सकती है। आपके इलाज की योजना बनाने के लिए टीम आपके और आपके परिवार या देखभालकर्ता के साथ मिल कर काम करेगी।

आपका कोई एक उपचार या कई उपचारों का मिश्रण हो सकता है:

सर्जरी वह स्थान है जहां से कैंसर काटकर निकाला जाता है। यह हाई-ग्रेड ग्लियोमा वाले लोगों के लिए सबसे आम उपचार है।

रेडीएशन थेरपी कैंसर कोशिकाओं को मारने और कैंसर को बढ़ने से रोकने के लिए एक्स-रे का उपयोग करती है। रेडीएशन थेरपी का उपयोग अकेले, या कीमोथेरेपी या ड्रग थेरेपी के साथ किया जा सकता है।

कीमोथेरेपी या ड्रग थेरेपी कैंसर कोशिकाओं को मारने और कैंसर को बढ़ने से रोकने के लिए दवाओं का उपयोग करती है। इसका उपयोग सर्जरी के बाद, रेडीएशन थेरपी के साथ या रेडीएशन थेरपी के बाद किया जा सकता है।

आपको दौरे पड़ने से रोकने के लिए स्टेरॉयड और एंटीकॉन्वेलसेंट दवाएं हैं। उनका उपयोग आपके लक्षणों को कम करने के लिए किया जा सकता है।

अधिक जानकारी के लिए देखें
www.cancer.org.au/cancer-information/treatment.

सहायक देखभाल (उपचार या सेवाएं जो कैंसर से जूझते समय आपकी सहायता करती हैं) भी उपलब्ध हैं।

समय-सीमा

अधिकांश मामलों में या आपकी उपचार योजना से सहमत होने के **चार सप्ताह के भीतर (यदि अत्यावश्यक नहीं है)** उपचार **तुरंत** शुरू होना चाहिए।

आप अपने जीपी से दूसरी राय के लिए किसी अन्य विशेषज्ञ के पास रेफ़रल देने के लिए कह सकते हैं।

क्लिनिकल परीक्षण

आपको क्लिनिकल परीक्षण में भाग लेने के लिए कहा जा सकता है। क्लिनिकल परीक्षणों का उपयोग यह पता लगाने के लिए किया जाता है कि क्या नए उपचार सुरक्षित हैं और वर्तमान उपचारों की तुलना में बेहतर काम करते हैं। क्लिनिकल परीक्षणों के कारण, कैंसर से पीड़ित बहुत से लोग अब बेहतर जीवन स्तर के साथ लंबा जीवन जी रहे हैं।

अधिक जानकारी के लिए देखें **www.australiancancertrials.gov.au.**

पूरक उपचार

अपनी स्वास्थ्य देखभाल टीम से किसी भी पूरक उपचार (जिसमे विटामिन जैसे आहार पूरक शामिल हैं) के बारे में बात करें जो आप उपयोग करते/ती हैं या उपयोग करना चाहते/ती हैं। हो सकता है कि विटामिन जैसी कोई आम चीज आपके उपचार के साथ अच्छी तरह से काम न करे।

वे प्रश्न जो आप पूछना चाह सकते हैं

- आप किस उपचार की सलाह देते हैं?
- मुझे इलाज के लिए कहाँ जाना होगा?
- इलाज पर कितना खर्च आएगा और कितना खर्चा मुझे स्वयं वहन करना होगा?
- उपचार के दौरान और बाद में मुझे कौन सी गतिविधियाँ/व्यायाम से मदद मिलेगी?
- क्या मैं अभी भी काम कर सकता/ती हूँ?
- यह उपचार मेरे दैनिक जीवन को कैसे प्रभावित करेगा?
- मेरी टीम में कौन से लोग हैं और मेरा मुख्य संपर्क व्यक्ति कौन है?
- उपचार से मुझे क्या दुष्प्रभाव हो सकते हैं?
- अगर मैं अस्वस्थ महसूस कर रहा/रही हूँ या मेरे कोई प्रश्न हों तो मैं किससे संपर्क करूँ?
- क्या इलाज से बच्चा पैदा करने की मेरी क्षमता प्रभावित होगी?

लागत के बारे में निर्णय

आपको कुछ मुलाकातों, परीक्षणों, दवाओं, आवास, यात्रा या पार्किंग के लिए भुगतान करना पड़ सकता है।

आप अपने जीपी, विशेषज्ञ या निजी स्वास्थ्य बीमाकर्ता से बात करें (यदि कोई है तो) यह समझने के लिए कि क्या कवर किया गया है और आपकी जेब से खर्चा क्या हो सकता है।

यदि लागतों को लेकर आपकी कोई चिंता है, तो अपनी स्वास्थ्य सेवा टीम या किसी सामाजिक कार्यकर्ता से इस बारे में बात करें:

- बल्क-बिल किया जा रहा है या सार्वजनिक प्रणाली में इलाज किया जा रहा है
- उपचार के दौरान आवास में मदद
- आपके उपचार का संभावित वित्तीय प्रभाव

वित्तीय सहायता के बारे में स्वास्थ्य देखभाल पेशेवर से बात करने के लिए आप कैंसर काउंसिल को **13 11 20** पर कॉल कर सकते हैं।

लागतों के बारे में अधिक जानकारी के लिए देखें **www.cancer.org.au/support-and-services/practical-and-financial-assistance**

तथा **www.cancer.org.au/support-and-services/practical-and-financial-assistance/what-will-i-have-to-pay-for-treatment.**

स्वास्थ्य लाभ

कैंसर के उपचार से कई प्रकार के शारीरिक और भावनात्मक परिवर्तन हो सकते हैं।

अनुवर्ती देखभाल योजना

आपकी स्वास्थ्य सेवा टीम आपके और आपके जीपी के लिए एक योजना तैयार करने के लिए आपके साथ मिल कर काम करेगी। यह योजना बताएगी:

- उपचार के बाद आपके संपर्क के लिए मुख्य व्यक्ति कौन है
- आपको कितनी बार चेक-अप करवाना चाहिए और इसमें कौन से परीक्षण शामिल होंगे
- उपचार के दुष्प्रभावों की पहचान करना और उनसे निपटना
- अगर आपको लगता है कि कैंसर वापस आ गया है या हालत ओर खराब हो गई है तो जल्दी से सहायता कैसे प्राप्त करें।

बहुत से लोग चिंतित महसूस करते हैं कि कैंसर वापस आ जाएगा। आपकी विशेषज्ञ और स्वास्थ्य देखभाल टीम आपकी आवश्यकताओं के बारे में आपसे बात करेगी और आपको अन्य स्वास्थ्य देखभाल पेशेवरों और सामुदायिक सहायता सेवाओं के लिए भेज सकती है।

अन्य जानकारी जो आपको मिल सकती है:

- उपचार के देर से प्रभाव और जिन विशेषज्ञों को आपको देखने की आवश्यकता हो सकती है
- स्वस्थ जीवनशैली का चुनाव कैसे करें ताकि आपको स्वस्थ होने और स्वस्थ रहने का सबसे अच्छा मौका मिल सके

अधिक जानकारी के लिए **www.cancer.org.au/cancer-information/after-a-diagnosis/after-cancer-treatment** पर जाएं।

वे प्रश्न जो आप पूछना चाह सकते हैं

- अगर मैं अस्वस्थ महसूस करता/ती हूँ तो मुझे किससे संपर्क करना चाहिए?
- मैं यथासंभव स्वस्थ रहने के लिए क्या कर सकता/ती हूँ?
- मुझे और सहायता कहाँ से मिल सकती है?

बढ़े हुए कैंसर के साथ रहना

यदि कैंसर दोबारा हो जाता है

हाई-ग्रेड ग्लियोमा का उपचार के बाद वापस आना बहुत आम है। कैंसर आपके शरीर में कहीं अलग भी दिखाई दे सकता है।

यदि कैंसर दोबारा होता है, तो आपको उसी विशेषज्ञ के पास या अस्पताल में भेजा जा सकता है जहाँ आपका पहले इलाज किया गया था, या फिर किसी अन्य विशेषज्ञ के पास भेजा जा सकता है।

उपचार इस बात पर निर्भर करेगा कि कैंसर कितना अधिक फ़ैल गया है, यह कितनी तेजी से बढ़ रहा है और आप किन लक्षणों का अनुभव कर रहे/ही हैं।

वे प्रश्न जो आप पूछना चाह सकते हैं

- कैंसर कहाँ पर है और क्या यह फैल गया है?
- मेरे इलाज के लिए क्या विकल्प हैं?
- इस बात की क्या संभावना है कि उपचार इस बार काम करेगा?
- क्या कोई क्लिनिकल परीक्षण उपलब्ध है?
- मुझे और कहाँ से सहायता मिल सकती है?

अग्रिम देखभाल योजना

आपका जीपी या स्वास्थ्य सेवा टीम आप से, आपके परिवार और देखभालकर्ता से आपके भविष्य के उपचार और चिकित्सा आवश्यकताओं के बारे में बात कर सकते है।

अग्रिम देखभाल निर्देश

इसे कभी-कभी जीवन की वसीयत (लिविंग विल) भी कहा जाता है, यह एक अग्रिम देखभाल निर्देश एक कानूनी रूप से बाध्यकारी दस्तावेज है जिसे आप अपने परिवार और स्वास्थ्य सेवा टीम को उस उपचार और देखभाल के बारे में बताने के लिए तैयार करते हैं जो आप चाहते हैं कि आपको दिया जाए या आपको न दिया जाए, यदि आप स्वयं उन निर्णयों को लेने के लिए अस्वस्थ हो जाते हैं। अधिक जानकारी के लिए देखें **www.advancecareplanning.org.au.**

पैलीएटिव केयर

आपका विशेषज्ञ आपको पैलीएटिव केयर सेवाओं के लिए भेज सकता है, लेकिन इसका मतलब हमेशा जीवन के अंत तक की देखभाल नहीं होता है। आजकल लोगों को यदि कैंसर है या उनका कैंसर वापस आ जाता है तो इन सेवाओं के लिए काफ़ी पहले भेजा जा सकता है। पैलीएटिव केयर आपको यथासंभव अच्छा जीवन जीने में मदद कर सकती है जिसमे दर्द व लक्षणों को प्रबंधित करना शामिल है। यह देखभाल घर पर, अस्पताल में या आपके द्वारा चुने गए किसी अन्य स्थान पर हो सकती है।

अपने जीपी या विशेषज्ञ से बात करें या **www.palliativecare.org.au** पर जाएं।

उपचार के निर्णय लेना

आप इलाज बिल्कुल भी न करवाने का निर्णय ले सकते हैं , या केवल दर्द और परेशानी को कम करने के लिए कुछ उपचार ले सकते हैं। हो सकता है कि आप अपने निर्णय के बारे में अपनी स्वास्थ्य देखभाल टीम, जीपी, परिवार और देखभालकर्ता के साथ विचार विमर्श करना चाहें। अधिक जानकारी के लिए देखें **www.cancer.org.au/cancer-information/treatment/advanced-cancer-treatment**

वे प्रश्न जो आप पूछना चाह सकते हैं

- मेरे लक्षणों को कम करने के लिए आप क्या कर सकते हैं?
- अगर मेरा परिवार और मित्र घर पर मेरी देखभाल करते हैं तो मुझे क्या अतिरिक्त सहायता मिल सकती है?
- क्या आप मेरे परिवार से बात करने में मेरी मदद कर सकते हैं कि क्या हो रहा है?
- मेरे परिवार या देखभालकर्ता के लिए क्या सहायता उपलब्ध है?
- क्या मुझे सामुदायिक सहायता सेवा के लिए भेजा जा सकता है?

अस्वीकरण (डिस्क्लेमर): हमेशा अपने चिकित्सक से उन मामलों के बारे में परामर्श करें जो आपके स्वास्थ्य को प्रभावित करते हैं। इस मार्गदर्शिका का उद्देश्य एक सामान्य परिचय देना है और यह पेशेवर चिकित्सा, कानूनी या वित्तीय सलाह का विकल्प नहीं है। चिकित्सा और अनुसंधान समुदायों द्वारा कैंसर के बारे में जानकारी में लगातार सुधार और संशोधन किया जा रहा है। जबकि प्रकाशन के समय सटीकता सुनिश्चित करने के लिए सभी सावधानी बरती जाती है, कैंसर काउंसिल ऑस्ट्रेलिया और इसके सदस्य ऊपर दी गई जानकारी के उपयोग या निर्भरता से होने वाली किसी भी चोट, हानि या क्षति के लिए किसी भी दायित्व से परे हैं।
नवंबर 2021 में प्रकाशित।
यह संसाधन www.cancer.org.au/OCP पर उपलब्ध उच्च श्रेणी के ग्लियोमा (द्वितीय संस्करण) वाले लोगों के लिए इष्टतम देखभाल मार्ग की जानकारी पर आधारित है।

Australian Government
Cancer Australia
VICTORIA State Government
Cancer Council