

गुर्दा और गुर्दे से संबंधित ट्यूमर के मरीज के लिए दिशानिर्देश



विषय सूची

गुर्दे से संबंधित समिति	2
एक मरीज की कहानी	3
परिचय : मुझे गुर्दे में ट्यूमर है— मैं क्या करूँ?	3
तथ्यों को जानें	
गुर्दे क्या करते हैं?	4
गुर्दे में ट्यूमर क्या है?	4
हम गुर्दे के कैंसर के बारे में क्या जानते हैं?	5
गुर्दे में ट्यूमर की क्या वजह होती है?	5
गुर्दे के ट्यूमर के क्या लक्षण होते हैं?	5
जांच कराएं	
मेरे किडनी के ट्यूमर का कैसे पता चला?	5
ट्यूमर ग्रेड और स्टेज का मतलब क्या होता है?	6
उपचार कराएं	
सक्रिय निगरानी	7
आंशिक नेफ्रेक्टोमी	7
रेडिकल नेफ्रेक्टोमी	7
पृथक्करण	7
देखभाल प्रबंधन	7
उपचार के बाद	
किडनी के ट्यूमर के उपचार के बाद प्रबंधन	8
आपके चिकित्सक से पूछें जाने वाले सवाल	8
शब्दावली	9
यूरोलॉजी केयर फाउन्डेशन के बारे में	[पिछला पृष्ठ]

गुर्दा और अधिवृक्क स्वास्थ्य समिति

अध्यक्ष

केनेथ ओगन, एमडी

एमोरी यूनिवर्सिटी स्कूल ऑफ मेडिसिन

अटलांटा, जीए

समिति सदस्य

रेमंड जे. लेविली, एमडी, एफआरसीएस—जी

बेथेस्डा हॉस्पिटल ईस्ट

बॉयन्टन बीच, एफएल

विटली मरगुलिस, एमडी

द यूनिवर्सिटी ऑफ टेक्सास साउथवेस्टर्न मेडिकल सेंटर

डल्लास, टीएक्स

विराज मास्टर, एमडी, पीएचडी

एमोरी यूनिवर्सिटी स्कूल ऑफ मेडिसिन

अटलांटा, जीए

ब्रायन मटलागा, एमडी

जॉन्स होपकिंस यूनिवर्सिटी स्कूल ऑफ मेडिसिन— द जेम्स
बुचनान ब्रैडी यूरोलॉजिकल इंस्टीट्यूट

बाल्टीमोर, मैरीलैंड

माइक स्वेगर्ट की कहानी



माइक स्वेगर्ट, अटलांटा (जॉर्जिया) के ग्विनेट काउंटी में मुख्य उप कर आयुक्त हैं। दिसंबर 2016 में, उन्हें गुर्दे में ग्रेड 2 के ट्यूमर के बारे में पता चला। माइक को एओर्टिक (महाधमनी) के विस्तार की समस्या थी और गुर्दे के ट्यूमर के पता चलने के बाद इसका इलाज किया जा रहा था। उस समय माइक ने कहा था कि उसमें कोई लक्षण नहीं हैं। जब उसका ट्यूमर बढ़ा और गंभीर हो गया तो माइक के डॉक्टर ने कहा कि उसमें कभी भी लक्षण नहीं हो सकते।

माइक ने अपने कैंसर के उपचार के लिए खुली आंशिक नेफ्रेक्टोमी कराई थी। उनके डॉक्टर ने कहा कि उसके गुर्दे की कार्यप्रणाली में सुधार के लिए यही सबसे अच्छा रास्ता है। माइक ने कहा कि वह खुशकिस्मत था, क्योंकि उसे उपचार का कोई दुःप्रभाव नहीं हुआ था। उन्होंने कहा, "मैं तीन हफ्ते के बाद काम पर लौट आया था।"

माइक कहते हैं कि वह नियमित रूप से अपने डॉक्टर को दिखा रहे हैं और इन छह महीनों की जांच के दौरान वह अच्छे उपचार की उम्मीद कर रहे हैं। उन्होंने अनुरोध किया, "मैं कैंसर का सामना कर रहे किसी भी शख्स को अपने स्वास्थ्य सेवा प्रदाता से उपचार के सर्वश्रेष्ठ विकल्प के बारे में खुलकर बात करने की सलाह देता हूँ।"

परिचय: मुझे किडनी में ट्यूमर है— मैं क्या करूँ?

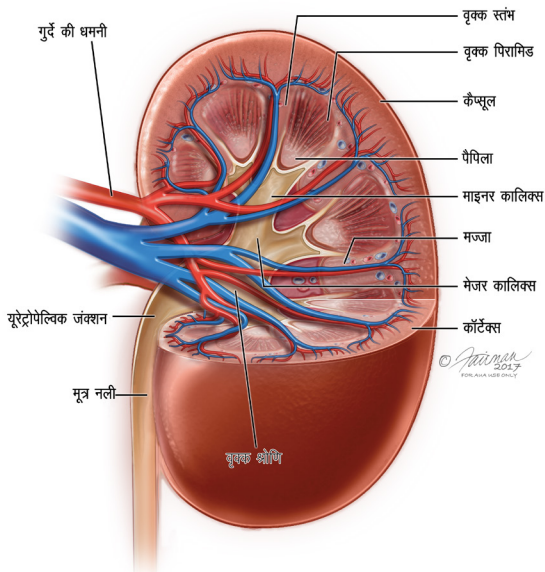
आपके डॉक्टर ने आपको हाल में बताया है कि आपका गुर्दा कुछ बढ़ा हुआ है। यह क्या है और आपके लिए इसका क्या मतलब है? हमारा गुर्दा मुख्य रूप से हमारे रक्त को फिल्टर करने का काम करता है। कभी-कभी हमारे गुर्दों के भीतर कुछ हिस्सा बढ़ा (ट्यूमर) हो जाता है। इस तरह के कुछ विस्तार कैंसर होते हैं या कई नहीं भी होते हैं। यह कैंसर है या नहीं, आपको इसकी जांच जरूर करानी चाहिए। उपचार कराने में देरी न करें।

उपचार के कई विकल्प मौजूद हैं और आम तौर पर जल्दी जांच के लिए ज्यादा ही विकल्प हैं। आपकी मेडिकल टीम आपकी मदद के लिए है। वे उपचारों के फायदे और नुकसान के बारे में जानने में आपको मदद कर सकते हैं। इन दिशा-निर्देशों से आपको किडनी विस्तार के स्थान के बारे में पता चलेगा और यह भी बताएंगे कि आपके शरीर में किस रूप का कैंसर होने पर आप कौन-से कदम उठा सकते हैं।

गुर्दे क्या काम करते हैं?

हमारे गुर्दे कई उद्देश्यों को पूरा करते हैं, लेकिन वे मुख्य रूप से निम्नलिखित काम करते हैं:

- हमारे रक्त में विषाक्त पदार्थों को साफ करना
- तरल पदार्थों में संतुलन
- इलेक्ट्रोलाइट स्तरों (जैसे-सोडियम, पोटेशियम, कैल्शियम, मैग्नीशियम, एसिड) को बरकरार रखना।
- अपशिष्ट को हटाना (जैसे मूत्र)
- हॉर्मोन बनाना जो हमारे रक्तचाप को स्थिर बनाए रखने में मदद करते हैं, लाल रक्त कोशिकाओं का निर्माण और हमारी हड्डियों को मजबूत बनाना।



गुर्दे में ट्यूमर क्या है?

शरीर में **ट्यूमर** या **मास** एक असामान्य विस्तार है। गुर्दा मास या ट्यूमर गुर्दे में होने वाला एक असामान्य विस्तार है। कुछ किडनी मास **सौम्य** (कैंसर नहीं) होते हैं और कुछ **घातक** (कैंसर) होते हैं।

चार गुर्दा मास में से एक सौम्य होता है। छोटे मास के सौम्य होने की ज्यादा संभावना होती है। बड़े मास के कैंसर होने की ज्यादा आशंका होती है। कुछ ट्यूमरों की वृद्धि धीमी हो सकती है, जबकि कुछ की तेज वृद्धि हो सकती है। आक्रामक ट्यूमर सामान्य रूप से बनते हैं, बढ़ते हैं और तेजी से फैलते हैं।

गुर्दे में ज्यादातर विस्तार (लगभग 40 प्रतिशत) छोटे और **एक स्थान तक सीमित** होते हैं। ऐसे ट्यूमर जहां शुरू होते हैं, वहां से फैलते नहीं हैं। ट्यूमरों की मुख्य श्रेणियां निम्नलिखित हैं:

- **रेनल सेल कार्सिनोमस (आरसीसी)**। ये सबसे ज्यादा आम घातक गुर्दे के ट्यूमर हैं। वे गुर्दे की छोटी नलिकाओं में पाए जाते हैं। आरसीसी गुर्दे के भीतर एक ट्यूमर या एक किडनी में दो या ज्यादा ट्यूमर बना सकते हैं।
- **बिनाइन किडनी ट्यूमर (गुर्दे में सौम्य ट्यूमर)**। गुर्दों से हटाए जाने वाले लगभग 20 प्रतिशत ट्यूमर सौम्य होते हैं। इस श्रेणी के ट्यूमर के नौ नाम होते हैं। कुछ बड़े हो सकते हैं, लेकिन वे लगभग हमेशा ही कैंसर नहीं होते हैं और दूसरे अंगों में नहीं फैलते हैं।
- **विल्म्स ट्यूमर**। विल्म्स ट्यूमर लगभग हमेशा ही बच्चों में होते हैं और व्यस्कों में दुर्लभ ही पाए जाते हैं।

किडनी के कैंसर के बारे में आप क्या जानते हैं?

वर्ष 2019 में अमेरिका में गुर्दे के कैंसर के लगभग 74,000 नए मामले सामने आएंगे। उन मामलों में लगभग 15,000 लोग बीमारी से मरने के कगार पर होंगे। मरने वाले इन लोगों में ज्यादातर पुरुष होंगे। गुर्दे के कैंसर अफ्रीकन अमेरिकन, अमेरिकन इंडियंस और अलस्कन नेटिव लोगों में ज्यादा आम हैं। आपको किसी भी उम्र में कैंसर हो सकता है, लेकिन यह बुजुर्गों (75 वर्ष से ज्यादा उम्र के लोगों) में होना ज्यादा आम है। गुर्दे का कैंसर जल्द पता लगने पर इससे उबरने के अवसर ज्यादा होते हैं।

किडनी मास की क्या वजह होती है?

गुर्दे के बढ़ने या किडनी मास की कोई जानी-पहचानी वजह नहीं है। लेकिन ऐसी कई बातें हैं, जिनसे किडनी ट्यूमर होने के खतरे बढ़ जाते हैं:

- धूम्रपान (महिला स्मोकर्स की तुलना में पुरुष स्मोकर्स में इसके ज्यादा जोखिम होते हैं)
- मोटापा, खराब खुराक

- परिवार में उच्च रक्तचाप का इतिहास
- गुर्दे का डायलिसिस पर रहना
- कार्यस्थल में क्लोरीनेटेड रसायनों का होना
- अनुवांशिक वजह

किडनी मास या गुर्दा बढ़ने के क्या लक्षण हैं?

ज्यादातर किडनी मास में शुरुआती चरण में कोई लक्षण नजर नहीं आते हैं। हालांकि, यदि लक्षण हों तो इस प्रकार के होंगे:

- रक्तमेह (मूत्र में रक्त आना)
- पसलियों और कूहों के बीच दर्द
- कमर के निचले हिस्से में एक तरफ दर्द (चोट की वजह से नहीं) और यह बंद नहीं होता है
- भूख खत्म होना
- ठीक खुराक के बावजूद वजन कम होना
- संक्रमण के बिना भी बुखार होना और इसका बने रहना
- एनीमिया (लाल रक्त कोशिकाओं की कमी)

जांच कराएं

आधे से ज्यादा किडनी मास अचानक पता चलते हैं। अक्सर वे सामान्य जांच के दौरान या जब किसी समस्या को लेकर एक डॉक्टर के पास जाते हैं, तो इसके बारे में पता चलता है। यदि आपके नियमित चिकित्सक को पता चलता है कि आपको गुर्दे की कोई बीमारी हो सकती है तो वे आपको यूरोलॉजिस्ट के पास भेज सकते हैं। यूरोलॉजिस्ट एक डॉक्टर है, जिसे यूरिनरी प्रणाली में विशेषज्ञता होती है।

मुझमें किडनी मास का कैसे पता चलता है?

किडनी मास का पता लगाने के लिए कोई नियमित परीक्षा नहीं है। आपका स्वास्थ्य सेवा प्रदाता पता लगाने के लिए कई परीक्षण और प्रक्रियाएं करा सकता है। यहां कुछ परीक्षण और प्रक्रियाओं के बारे में उल्लेख किया गया है, जिनकी आप उम्मीद करते हैं:

- **शारीरिक परीक्षा और पृष्ठभूमि**
- **प्राथमिक और कम्प्लीट मेटाबोलिक पैनेल (सीएमपी)**, जिसे ब्लड केमिस्ट्री भी कहा जाता है
- चुनिंदा पदार्थों की जांच के लिए **कम्प्लीट ब्लड काउंट (सीबीसी)**

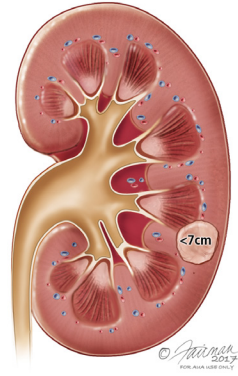
- मूत्र में संक्रमण, रक्त और प्रोटीन की जांच के लिए **यूरीनैलिसिस**
- गुर्दे कितनी अच्छी तरह काम कर रहे हैं, इसके लिए **किडनी फंक्शन टेस्ट** किया जाता है। ये परीक्षण बताते हैं कि क्या गुर्दे अपशिष्ट पदार्थों को ठीक तरह से बाहर कर रहे हैं।
- **अल्ट्रासाउंड** में आपके गुर्दों और अंगों की तस्वीर ली जाती है।
- किडनी मास का पता लगाने और उसकी स्टेज की जानकारी के लिए **सीटी स्कैन** और **एमआरआई** कराया जाता है
- क्या कैंसर फैल चुका है, इसकी जांच के लिए **बोन स्कैन** और **चेस्ट एक्स-रे** किया जाता है
- **किडनी मास बायोप्सी**: आपका ट्यूमर किस तरह का है, यह पता लगाने के लिए बायोप्सी की जाती है। एक अंग की कोशिकाओं या छोटे हिस्से को निकालना और उनका अध्ययन किया जाना ही बायोप्सी है। एक पैथोलॉजिस्ट एक माइक्रोस्कोप से नमूने को देखता है। यदि ट्यूमर आपके शरीर के किसी अन्य हिस्से में बनना शुरू हो गया है या यह गुर्दे में शुरू हो गया है तो इसके निष्कर्षों के बारे में बताया जाता है। एक बायोप्सी से शरीर में फोड़े जैसे किसी संक्रमण के बारे में भी पता चलता है।

ट्यूमर ग्रेड और स्टेज का क्या मतलब होता है?

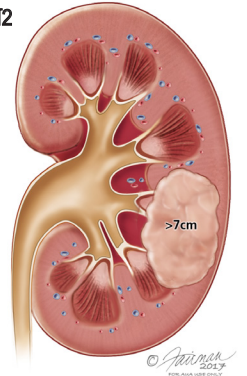
एक **ट्यूमर ग्रेड** बताता है कि कैंसर कोशिकाएं कितनी आक्रामक हैं। **ट्यूमर स्टेज** बताती है कि कैंसर कितना फैल चुका है। 1 से 4 तक ग्रेड का मतलब है—“1” सबसे निचला स्तर और “4” सबसे ज्यादा। एक ऊंचा ग्रेड और ज्यादा गंभीर स्टेज आम तौर पर बड़े आकार के ट्यूमर और ज्यादा आक्रामक ट्यूमरों को दिया जाता है। ट्यूमर के आकार से कैंसर बढ़ने के जोखिम के बारे में पता चलता है। ट्यूमर नोड मेटास्टेसिस (टीएनएम) प्रणाली के इस्तेमाल से गुर्दे के कैंसर की स्टेज के बारे में पता चलता है।

- **टी** हमें मुख्य (प्राथमिक) ट्यूमर के आकार और क्या यह आसपास के क्षेत्रों में फैल गया है, आदि के बारे में बताता है।
 - **टी1:** ट्यूमर 7.0 सेंटीमीटर (लगभग 2.8 इंच) या उससे कम, सिर्फ गुर्दे में
 - **टी1ए:** ट्यूमर 4.0 सेंटीमीटर (लगभग 1.6 इंच) या उससे कम, सिर्फ गुर्दे में
 - **टी1बी:** ट्यूमर 4.0–7.0 सेंटीमीटर, सिर्फ गुर्दे में
 - **टी2:** ट्यूमर 7 सेंटीमीटर से ज्यादा, सिर्फ गुर्दे में
 - **टी2ए:** ट्यूमर 7 सेंटीमीटर से ज्यादा और 10 सेंटीमीटर से कम, सिर्फ गुर्दे में
 - **टी2बी:** ट्यूमर 10 सेंटीमीटर से ज्यादा (लगभग 3.9 इंच), सिर्फ गुर्दे में
 - **टी3:** ट्यूमर बड़ी नसों में बढ़ता है, लेकिन अधिवृक्क ग्रंथि में नहीं और गेरोटा फेसिया से आगे नहीं।
 - **टी4:** ट्यूमर गेरोटा फेसिया (अधिवृक्क ग्रंथि सहित) से आगे पहुंचता है। यह लोकलाइज्ड ट्यूमर नहीं है।
- **एन** हमें बताता है कि यह लसीका ग्रंथियों तक फैल गया है। लसीका ग्रंथियां प्रतिरोधक प्रणाली की कोशिकाओं का छोटी बीन (सेम) के आकार का गुच्छा होता है।
 - **एन0:** कोई रीजनल लसीका ग्रंथि मेटास्टेसिस नहीं है
 - **एन1:** रीजनल लसीका ग्रंथियों में मेटास्टेसिस
- **एम** हमें मेटास्टेसिस = के बारे में बताता है कि क्या कैंसर शरीर के दूसरे हिस्सों में फैल (मेटास्टेसाइज्ड) गया है। फेफड़ों, हड्डियों, यकृत, मस्तिष्क और लसीका ग्रंथियों तक इसका फैसला आम बात है।
 - **एम0:** कोई दूर मेटास्टेसिस नहीं
 - **एम1:** दूर मेटास्टेसिस
- किसी भी आकार के कैंसर सहित **स्टेज 1 और 2** का ट्यूमर, जो सिर्फ गुर्दे के अंदर हो।
- **स्टेज 3 का ट्यूमर** या तो एक ही स्थान पर पर आक्रामक (टी3) या लसीका ग्रंथियों (एन1) तक। यह ऐसा कैंसर है जो गुर्दे के अंदर ही पाया जाता है।
- **स्टेज 4 का ट्यूमर** गुर्दे के आगे आसपास (टी4) के अंगों या दूर मेटास्टेसिस (एम1) तक फैल चुका है।

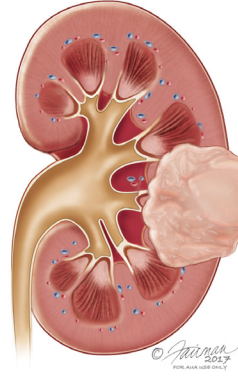
टी1



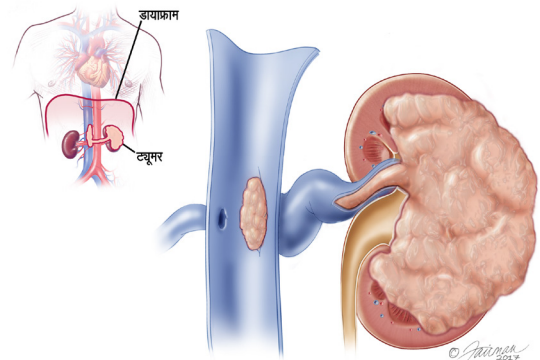
टी2



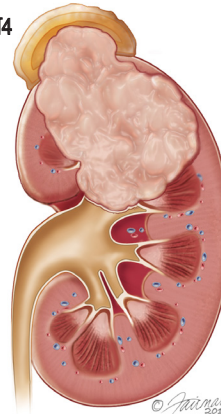
टी3



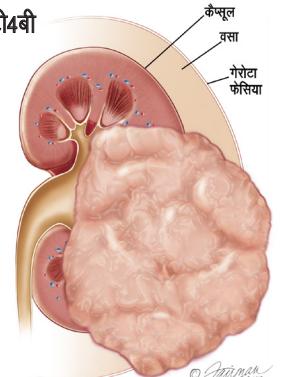
टी3बी



टी4



टी4बी



उपचार कराएं

उपचार के विकल्पों के बारे में अपनी स्वास्थ्य सेवा प्रदाता टीम से खुलकर बात करें।

किडनी मास के उपचार का मुख्य लक्ष्य जहां तक संभव हो गुर्दे के कामकाज को ठीक बनाए रखना है। यह विशेषकर उन मरीजों के लिए अहम है, जिनमें सिर्फ एक गुर्दा है या गुर्दे की कुछ अन्य बीमारियां हैं। कुछ के लिए सर्जरी की जरूरत नहीं होगी। दूसरों के लिए सर्जरी सबसे अच्छा विकल्प हो सकती है। आपका डॉक्टर आपको उपचार के चार विकल्पों में से एक सुझा सकता है। ये इस प्रकार हैं:

- सक्रिय निगरानी
- आंशिक नेफ्रेक्टोमी
- रेडिकल नेफ्रेक्टोमी
- रेनल ट्यूमर एब्लेशन

सक्रिय निगरानी (एक्टिव सर्विलांस)

सक्रिय निगरानी के लिए आपका डॉक्टर जांच और इमेजिंग (शरीर के भीतर के चित्र लेना) के लिए नियमित अंतराल पर आपको देखेगा। आकार में 3 सेंटीमीटर (लगभग 1.2 इंच) से छोटे मास के लिए सक्रिय निगरानी पर विचार किया जाता है। इसका उद्देश्य उनको बढ़ने से रोकना और संभावित जोखिम व अन्य उपचारों के दुष्प्रभावों से बचाना है। जरूरत के हिसाब से आप हर 3, 6 या 12 महीने में डॉक्टर से मिलेंगे। सीने के एक्स-रे के साथ ही संकेत मिलने पर सीटी स्कैन और अल्ट्रासाउंड कराए जाते हैं। ट्यूमर के आकार और स्टेज पर निर्भर करेगा कि डॉक्टर आपको कितनी बार देखता है।

आंशिक नेफ्रेक्टोमी

नेफ्रेक्टोमी का मतलब है कि गुर्दे को निकालना। **आंशिक नेफ्रेक्टोमी** का मतलब है कि डॉक्टर ट्यूमर और/या गुर्दे के प्रभावित भाग को निकालता है और स्वस्थ हिस्से को छोड़ देता है। यदि आपका ट्यूमर टी1ए स्टेज (4 सेंटीमीटर या कम) का है तो आपका डॉक्टर आंशिक नेफ्रेक्टोमी की सलाह दे सकता है। बड़े ट्यूमरों के लिए भी आंशिक नेफ्रेक्टोमी कराई जा सकती है। ट्यूमर गंभीर स्थिति में तो नहीं है, इसकी जांच के लिए डॉक्टर बायोप्सी भी कराएगा।

रेडिकल नेफ्रेक्टोमी

रेडिकल नेफ्रेक्टोमी के दौरान पूरे गुर्दे को ही निकाल दिया जाता है। यदि ट्यूमर के कैंसर में तब्दील होने के संकेत मिलते हैं या यह बहुत बड़ा हो जाता है तो ऐसा किया जाता है। एक गुर्दे के साथ भी आपका शरीर ठीक से काम कर सकता है, यदि दूसरे को निकाल दिया जाता है।

दोनों प्रकार की नेफ्रेक्टोमी, **लैपरोस्कोपी** के द्वारा की जा सकती है। लैपरोस्कोपी के दौरान आपका सर्जन आपके पेट में छोटा सा छेद करता है और आपके गुर्दे को देखने के लिए छोटी व पतली ट्यूब डालता है। यदि लसीका ग्रंथि प्रभावित है तो आपका सर्जन स्टेजिंग के लिए ग्रंथि की जांच करेगा।

अलग करना (एब्लेशन)

यदि आपका ट्यूमर छोटा है (आकार में 3 सेंटीमीटर से कम आकार का टी1ए मास), तो आपका सर्जन इसे निकालने पर विचार कर सकता है। एब्लेशन ट्यूमर को अत्यधिक गर्मी या ठंड के माध्यम से नष्ट कर देता है। आपका डॉक्टर एब्लेशन से पहले बायोप्सी कराएगा, ताकि एक पैथोलॉजिस्ट ट्यूमर कोशिकाओं को बारीकी से देख सके कि क्या कैंसर उसी स्थान पर है।

क्रायोब्लेशन (शीत अपघटन) उस दौरान होता है जब बहुत ठंडी गैसों को ट्यूमर से गुजारा जाता है, जिससे ट्यूमर की कोशिकाएं नष्ट हो जाती हैं।

रेडियोफ्रीक्वेंसी एब्लेशन (हॉट एब्लेशन) तब होता है, जब ट्यूमर तक पहुंचने के लिए त्वचा के माध्यम से एक पतली, सुई जैसी चीज जांच के लिए शरीर में प्रवेश कराई जाती है। एक विद्युत प्रवाह को निश्चित स्थान से गुजारा जाता है। इससे ट्यूमर गर्म होता है और कोशिकाएं नष्ट हो जाती हैं।

देखभाल प्रबंधन

आपकी हेल्थकेयर टीम में रेडियोलॉजिस्ट, यूरोलॉजिस्ट, न्यूरोलॉजिस्ट, पैथोलॉजिस्ट और मेडिकल ऑन्कोलॉजिस्ट जैसे कई अलग-अलग मेडिकल प्रोफेशनल्स होने की संभावना होती है। ये विशेषज्ञ आपके सभी विकल्पों पर विचार करने के बाद ही आपके उपचार से जुड़े जोखिम और फायदों के बारे में आपसे बात करेंगे। आपके पास एक मूत्र रोग विशेषज्ञ होना चाहिए, जो देखभाल प्रबंधन के साथ उसका मूल्यांकन और परामर्श भी कर सके। यदि आपके परिवार में गुर्दे के ट्यूमर का इतिहास रहा है, तो आनुवंशिक परामर्श की भी सिफारिश की जा सकती है।

उपचार के बाद

अपने स्वास्थ्य सेवा प्रदाता के संपर्क में रहना सुनिश्चित करें और निर्देशानुसार अनुवर्ती नियुक्तियों को बनाए रखें। ट्यूमर में फिर से वृद्धि तो नहीं हो रही है, यह देखने के लिए जांच महत्वपूर्ण है। प्रारंभिक उपचार के बाद, आपका डॉक्टर किडनी मास का निदान करने के लिए कई समान परीक्षण कर सकता है।

अपने रिकॉर्ड की प्रतिलिपियां संभालकर रखें, जिससे स्वास्थ्य सेवा प्रदाताओं को बदलने की स्थिति में आपके पास अपनी पिछली रिपोर्ट्स मौजूद रहें जो आप किसी नए स्वास्थ्य सलाहकार को दिखा सकें। निम्नलिखित रिपोर्ट को एक साथ संभालकर रखने पर विचार करें:

- आपके सभी बायोप्सी और प्रक्रियाओं से जुड़ी पैथोलॉजी रिपोर्ट की प्रतिलिपियां

- इमेजिंग टेस्ट के परिणाम (सीटी या एमआरआई स्कैन आदि)
- आपके उपचार की प्रतिलिपियां
- स्वास्थ्य सेवा प्रदाताओं के संपर्क की जानकारी, जो आपका इलाज करते हैं। यह एक स्वस्थ जीवन शैली के लिए महत्वपूर्ण है। यदि आप धूम्रपान करते हैं, तो धूम्रपान छोड़ दें। अपने शराब के सेवन को सीमित करें। संतुलित आहार का सेवन करें। हरी पत्तेदार सब्जियां और कभी-कभी वसायुक्त मछली को अपने भोजन में शामिल करें। नियमित रूप से व्यायाम करें और अनुशासित सीमा के भीतर अपना वजन रखने की कोशिश करें।

आपके चिकित्सक से पूछें जाने वाले सवाल

- क्या मुझे गुर्दे का कैंसर है?
- मेरे कैंसर की स्टेज और ग्रेड क्या है और इनका मतलब क्या है?
- क्या ये शरीर में कहीं और भी फैला है?
- क्या इसके बढ़ने या कुछ और फैलने की संभावना है?
- क्या मुझे इसके उपचार से पहले कुछ और परीक्षणों की आवश्यकता होगी?
- मेरे पास उपचार के दूसरे क्या विकल्प हैं?
- मुझे कौन सा उपचार चुनना चाहिए और क्यों?
- इस प्रक्रिया के बाद मुझे क्या उम्मीद करनी चाहिए?
- क्या मुझे बहुत दर्द होगा? मेरे दर्द का कैसे प्रबंधन किया जाएगा?
- क्या मैं इलाज के बाद ठीक हो जाऊंगा?
- उपचार के बाद उस जगह पर मास लौटने की क्या संभावनाएं हैं?
- मुझे उपचार से क्या जोखिमों या दुष्प्रभावों की उम्मीद करनी चाहिए? और कब तक?
- मैं क्या करूँ, जिससे मेरा गुर्दा सही से काम करने लगे?
- इलाज के लिए खुद को तैयार करने के लिए मुझे क्या करना चाहिए?
- यदि उपचार कारगर नहीं हुआ तो हम क्या करेंगे?
- क्या आप दूसरी राय के लिए किसी अन्य यूरोलॉजिस्ट की सिफारिश कर सकते हैं?
- अपने स्वास्थ्य की देखभाल के लिए मैं और क्या कर सकता हूँ?
- उपचार के बाद मुझे कितनी बार चेकअप कराने की आवश्यकता होगी?
- मुझे अस्पताल में कब तक रहना होगा?
- सर्जरी के बाद, क्या मुझे अतिरिक्त उपचार की आवश्यकता होगी?

एब्लेशन

अत्यधिक गर्मी या ठंड से ट्यूमर को नष्ट करता है

सक्रिय निगरानी

मरीज मास की प्रगति जानने के लिए नियमित अंतराल पर अपने डॉक्टर के पास जाते हैं; किडनी में 3 सेंटीमीटर (लगभग 1.2 इंच) से छोटे किडनी मास के लिए उपचार की सिफारिश की जाती है

बेसिक या कम्प्लीट मेटाबोलिक पैनेल (सीएमपी)

अंग की कार्यप्रणाली के आकलन और कुछ स्थितियों की जांच के लिए इसे उपयोग किया जाता है

सौम्य (बिनाइन)

एक मास जो कैंसर नहीं है

बायोप्सी

शरीर के ऊतकों का एक छोटा सा टुकड़ा निकाला जाता है और बीमारी की मौजूदगी, इसके कारण या एक बीमारी कितनी बढ़ सकती है आदि पता लगाने के लिए जांच की जाती है

बोन स्कैन

एक ऐसा परीक्षण जहां रेडियोधर्मी पदार्थों की बहुत कम मात्रा में जरूरत होती है, जिसे एक ट्रेसर कहा जाता है और इसे नस में प्रवेश कराया जाता है। ऐसी जगह जहां शरीर द्वारा बहुत अधिक या बहुत कम ट्रेसर को अवशोषित किया जाता है, वहां कैंसर के संकेत मिलते हैं

पूर्ण रक्त गणना या कम्प्लीट ब्लड काउंट (सीबीसी)

कुछ पदार्थों की जांच। यदि मात्रा सामान्य से अधिक या कम है, तो यह बीमारी का संकेत हो सकता है।

क्रायोब्लेशन

इस उपचार में कैंसर की कोशिकाओं को मारने के लिए एक जांच के साथ ट्यूमर को नष्ट करने के लिए अत्यधिक ठंड से गुजारा जाता है

सीटी स्कैन

यह एक ऐसी प्रक्रिया है जो शरीर की विस्तृत छवियों को प्रस्तुत करने के लिए एक्स-रे और कंप्यूटर प्रौद्योगिकी दोनों का उपयोग करती है

रक्तमेह

मूत्र में रक्त

लेप्रोस्कोपी

पेट और श्रोणि (पेल्विस) के अंदर के अंगों को देखने के लिए सर्जरी का एक रूप, जहां सर्जन एक पतली सुई नुमा रोशनी वाली ट्यूब को पेट में एक छोटे से कट के माध्यम से प्रवेश कराता है

लोकलाइज मास (एक क्षेत्र में सीमित)

एक मास जो किसी अंग के एक क्षेत्र तक ही सीमित है

घातक

एक मास जो कैंसर है।

मास

एक असामान्य वृद्धि

मेटास्टैसिस

इसमें पहले बनने वाली कैंसर की कोशिकाएं टूट जाती हैं और वहां से रक्त या लसीका तंत्र में प्रवेश कर जाती हैं और शरीर के दूसरे हिस्सों में नए ट्यूमरों का निर्माण करती हैं

एमआरआई स्कैन

मैग्नेटिक रेसोनैस इमेजिंग शरीर के भीतर अंगों और ऊतकों की विस्तृत छवियां बनाने के लिए एक चुंबकीय क्षेत्र और रेडियो तरंगों का उपयोग करता है

नेफ्रेक्टोमी

गुर्दे को निकालना

आंशिक नेफ्रेक्टोमी

गुर्दे के एक हिस्से को हटाने

भौतिक जांच और पृष्ठभूमि

शरीर की जांच की जाती है और स्वास्थ्य व परिवार के बारे में सवाल पूछे जाते हैं। स्वास्थ्य संबंधी आदतों, पिछली बीमारियों और उपचारों पर भी चर्चा की जाएगी

रेडिकल नेफ्रेक्टोमी

गुर्दे को पूरी तरह निकालना

रेडियो फ्रीक्वेंसी एब्लेशन

रेडियो तरंगों का उपयोग असामान्य कोशिकाओं को गर्म करने और नष्ट करने के लिए किया जाता है

ट्यूमर

एक असामान्य वृद्धि

ट्यूमर ग्रेड

एक ट्यूमर के कितनी जल्दी बढ़ने और फैलने की संभावना है

ट्यूमर स्टेज

कैंसर का आकार और यह लसीका ग्रंथि के कितने पास या शरीर के दूसरे हिस्सों में फैल गया है

अल्ट्रासाउंड

शरीर के भीतर की संरचनाओं की छवियां निकालने के लिए उच्च आवृत्ति ध्वनि तरंगों का उपयोग

यूरीनैलिसिस

आपके मूत्र में संक्रमण, रक्त और प्रोटीन की जांच के लिए

टिप्पणियां

यूरोलॉजी केयर फाउंडेशन के बारे में

यूरोलॉजी केयर फाउंडेशन दुनिया का प्रमुख यूरोलॉजिकल फाउंडेशन है और अमेरिकी यूरोलॉजिकल एसोसिएशन की आधिकारिक नींव है। हम मूत्र संबंधी स्वास्थ्य के प्रबंधन के लिए सक्रिय रूप से तैयार लोगों और स्वास्थ्य परिवर्तन के लिए तैयार लोगों के लिए जानकारी प्रदान करते हैं। हमारी जानकारी अमेरिकन यूरोलॉजिकल एसोसिएशन संसाधनों पर आधारित है और चिकित्सा विशेषज्ञों द्वारा इसकी समीक्षा की जाती है।

अधिक जानकारी के लिए, यूरोलॉजी केयर फाउंडेशन की वेबसाइट

UrologyHealth.org/UrologicConditions पर जाएँ या अपने निकट

किसी डॉक्टर से मिलने के लिए हमारी वेबसाइट **UrologyHealth.org/**

FindAUrologist पर संपर्क करें।

यह जानकारी स्व-निदान के लिए कोई उपकरण या किसी पेशेवर चिकित्सा सलाह का विकल्प नहीं है। उस प्रयोजन के लिए इसका उपयोग नहीं करना चाहिए या इस पर निर्भर नहीं होना चाहिए। कृपया अपनी स्वास्थ्य संबंधी चिंताओं के बारे में अपने मूत्र रोग विशेषज्ञ या स्वास्थ्य सेवा प्रदान करने वाले से बात करें। दवाइयों सहित किसी भी उपचार को शुरू करने या रोकने से पहले हमेशा एक स्वास्थ्य सेवा प्रदान करने वाले से परामर्श करें।

अधिक जानकारी के लिए, संपर्क करें:

Urology Care
FOUNDATION™
*The Official Foundation of the
American Urological Association*

1000 कॉर्पोरेट बुलवर्ड,
लिनथिकम, एमडी 21090
1.800.828.7866

UrologyHealth.org

अन्य मुद्रित सामग्री की प्रतियों और अन्य मूत्र संबंधी स्थितियों के बारे में ज्यादा जानकारी के लिए www.UrologyHealth.org/Order पर जाएं।