Indian Academy of Pediatrics (IAP)
महाराष्ट्र राज्य बालरोग तज्ज्ञ संघटना (MAHAIAP)

प्रकरण ७३ :

बालपणी कर्करोगातून मुक्त झालेल्या मुलांची काळजी कशी घ्यावी

उत्तम गुणकारी औषधांमुळे आणि इतर उपचारांमुळे कर्करोगातून बरे होण्याचे प्रमाण लहान मुलांमध्ये वाढले आहेत मात्र त्यांचे आयुष्याची गाडी पुन्हा रुळावर येण्यासाठी पालकांनी काय करावे हा प्रश्न त्यांच्यासमोर असतो. आजच्या प्रश्नोत्तराद्वारे अशा मुलांना पुढे आयुष्य जगताना काय काळजी घ्यावी हे आपण पाहूया.

अध्यक्ष २०२३ : डॉ. रमाकांत पाटील
सचिव २०२२-२३ : डॉ. अमोल पवार
अध्यक्ष २०२२ : डॉ. हेमंत गन्गोलीया
मार्गदर्शक : डॉ. जयंत उपाध्ये
समन्वयक : डॉ. नरेंद्र नानिवडेकर
अनुवादक : डॉ. रेणू बोराळकर
पुनरावलोकन : डॉ. जयंत पांढरीकर, श्री अविनाश शिरगावकर

Convener: **Ratna A Sharma**
Members: **A Somasundaram, Sanjeev Khera, Yagnesh O Popat**
Reviewer: **Vineeta Gupta**

बालपणी कर्करोगातून मुक्त झालेल्या मुलांची काळजी कशी घ्यावी, याबद्दल वारंवार विचारले जाणारे १० प्रश्न

१. आपण आपल्या मुलासाठी कोणती खबरदारी घेतली पाहिजे आणि कधीपर्यंत?
२. आपण आपल्या मुलाला डॉक्टरांकडे परत तपासणी साठी कधी आणि किती वेळा न्यावे?
३. मुलांचा आहार कसा असला पाहिजे?
४. आमचे मूल शाळा /कॉलेज पुन्हा रुजू करू शकते का? आणि सर्व अतिरिक्त उपक्रम वा स्पर्धामध्ये भाग घेऊ शकते का?
५. उपचार पूर्ण झाल्यानंतर कोणत्या चाचण्या आवश्यक आहेत आणि त्या किती वेळा कराव्या लागतील?
६. आपल्या मुलास कोणत्या लसी देणे आवश्यक आहे आणि त्या कधी घ्याव्यात?
७. आपण आपल्या मुलाचे जीवनमान कसे सुधारू शकतो याबद्दल माहिती द्या
८. आपल्या मुलाचा कर्करोग परत येऊ शकेल /(relapse) का? आणि रोग परत येण्याची काही धोक्याची चिन्हे आपल्याला ओळखता येतील का, याबद्दल माहिती सांगावी
९. आमच्या मुलावर झालेल्या किमोथेरपी उपचारांचे काही उशिराचे दुष्परिणाम असू शकतात का? आणि कोणते?
१०. कॅन्सरमुक्त व्यक्तीला उर्वरित् आयुष्यात प्रजनन समस्या (Fertility issues) येऊ शकतात का?

Under the Auspices of the IAP Action Plan 2020–2021

Piyush Gupta IAP President 2021
Remesh Kumar R IAP President-Elect 2021
Bakul Parekh IAP President 2020
GV Basavaraja IAP HSG 2020–2021
Deepak Ugra National Co-ordinator

© Indian Academy of Pediatrics

IAP Parent Guideline Committee

Chairpersons: Piyush Gupta, Bakul Parekh
IAP Co-ordinators: GV Basavaraja, Harish Kumar Pemde, Purna Kurkure

Core Group

National Co-ordinator: ***Deepak Ugra***
Member Secretaries: ***Upendra Kinjawadekar, Samir Dalwai***
Members: ***Apurba Ghosh, CP Bansal, Santosh Soans, Somashekhar Nimbalkar, S Sitaraman***

बालपणी कर्करोगातून मुक्त झालेल्या मुलांची काळजी कशी घ्यावी

प्रश्न (१)

आपण आपल्या मुलासाठी कोणती खबरदारी घ्यावी आणि कधीपर्यंत?

मुलाला मिळालेल्या किमोथेरपीच्या तीव्रतेवर, साधारणता सहा महिने ते एक वर्षापर्यंत त्या मुलाची प्रतिकारशक्तीची पूर्णपणे पुनर्बांधणी होते. नियमित स्वच्छतेच्या पद्धतीचे अवलंबन केले पाहिजे आणि हीच मुलांची जीवनशैली म्हणून स्वीकारली गेली पाहिजे.

प्रश्न (२)

आपण आपल्या मुलाला पुनर्तपासणीसाठी डॉक्टरांकडे कधी आणि किती वेळा न्यावे?

पहिल्या वर्षी शारीरिक तपासणी आणि प्रयोगशाळेतील मूल्यमापने प्रत्येक तीन महिन्याला आणि त्यानंतर दर सहा महिन्याला, असे पुढील दोन वर्षांसाठी करावीत. त्यानंतर वार्षिक तपासण्या करण्याकरता बोलावले जाईल.

नियमित आरोग्य समस्यांसाठी आपण आपल्या बालरोगतज्ञाना भेटावे आणि त्यांचा सल्ला घ्यावा. गरज भासल्यास ते तुमच्या मुलाला परत ऑन्कोलॉजिस्ट/ कर्करोग तज्ज्ञांकडे पाठवतील.

प्रश्न (३)

मुलाचा आहार कसा असावा?

तुमच्या मुलाने कर्करोगाचे उपचार पूर्ण केल्याने त्याच्या रक्तपेशींची संख्या सामान्य श्रेणीत असेल आणि त्यामुळे आहारावर कोणतेही निर्बंध नसतील. परंतु संतुलित आहार घेणे गरजेचे आहे अति प्रक्रिया केलेले पदार्थ (processed foods) टाळावेत. घरी बनवलेले ताजे पदार्थ तुमच्या मुलासाठी सर्वोत्तम आहेत.

प्रश्न (४)

आमचे मूल शाळा/कॉलेज पुन्हा रुजू करू शकते का? आणि सर्व अतिरिक्त उपक्रम वा स्पर्धामध्ये भाग घेऊ शकते का?

होय, शाळा किंवा महाविद्यालय पुन्हा सुरू केले जाऊ शकते, कारण तुमच्या मुलाला यापुढे संसर्ग होण्याची शक्यता कमी आहे. शिक्षकांना मुलाच्या वैद्यकीय आजाराची माहिती व जाणीव करून देणे योग्य ठरेल.

प्रश्न (५)

उपचार पूर्ण झाल्यानंतर कोणत्या चाचण्या करणे आवश्यक आहे आणि त्या किती वारंवार केल्या पाहिजेत?

पहिल्या वर्षी CBC व पेरीफेरल्स smear, यकृत कार्य चाचण्या आणि मूत्रपिंडांच्या चाचण्यांसह, संपूर्ण रक्त गणना त्रैमासिक करण्याचा सल्ला दिला जातो. जर मुलावर सॉलिड ट्युमरसाठी उपचार केले गेले असतील तर तेथील (localised) एक्स–रे, सोनोग्राफी किंवा इतर योग्य निदान पद्धतींचादेखील सल्ला दिला जाईल.

उपचारासंबंधी दीर्घकालीन दुष्परिणामांची (साइड इफेक्ट्सची) तपासणी साधारणपणे पुढील दोन वर्षात, दर सहा महिन्याने करावी व त्यानंतर वर्षातून एकदा केली जाईल.

प्रश्न (६)

आपल्या मुलाला कोणत्या लसी द्याव्या आणि त्यांचे वेळापत्रक काय असावे?

किमोथेरपी पूर्ण झाल्यानंतर सहा महिन्यांनी लसींची सुरुवात करावी असे सांगितले आहे आणि ॲलोजनिक अस्थिमगज प्रत्यारोपण झाले असल्यास बारा महिन्यानंतर लसीची सुरुवात करण्याची शिफारस केली जाते.

भारतीय बालरोग संघटनेने बालपणीच्या कर्करोगातून मुक्त झालेल्यांसाठी लसीकरणाचे विशेष वेळापत्रक पाळले पाहिजे असे सांगितले आहे आणि ऑन्कोलॉजिस्टसोबत चर्चा केल्यानंतर बालरोगतज्ज्ञांकडून लस घेतली जाऊ शकते.

प्रश्न (७)

आपण आपल्या मुलाचे जीवनमान कसे सुधारू शकतो?

आहार तज्ज्ञांच्या सल्ल्यानुसार संतुलित आहार आणि भौतिक उपचार तज्ज्ञांच्या मार्गदर्शनात नियमित व्यायाम, तसेच कुटुंबाचा चांगला पाठिंबा यामुळे या मुलांच्या जीवनाचा दर्जा खूप चांगला राहू शकतो.

जर मुलावर हाडांच्या गाठीसाठी शस्त्रक्रिया केली गेली असेल किंवा त्याच्या हात वा पायावर शस्त्रक्रिया झाली असेल तर व्यावसायिक थेरपीस्टकडे नियमितपणे पाठपुरावा करून त्या हात वा पायाचे कार्य सुधारण्यास मदत होईल. समुपदेशक आणि मानसोपचार तज्ज्ञांसोबतचे सत्र मुलाला समाजात पुन्हा एकत्र येण्यास मदत करेल. मुलाने शाळा किंवा महाविद्यालयात प्रवेश घेतला पाहिजे आणि शक्य असेल तेव्हा अतिरिक्त क्रिया वा स्पर्धांमध्ये, खेळांमध्ये सहभागी व्हावे.

कर्करोगमुक्त लोकांच्या संघटनेत सामील होऊन संवाद साधावा, त्यामुळे दूरगामी दुष्परिणाम व येणाऱ्या संकटांचा सामना करणे सहज शक्य होण्यास मदत होईल.

प्रश्न (८)

आमच्या मुलाचा कर्करोग परत (relapse) येऊ शकतो का? रोग परत येण्याची धोक्याची लक्षणे कोणती आहेत ते सांगावे

- कर्करोगाची पुनरावृत्ती होण्याचा धोका काही रोखठोक निष्कर्षाच्या आधारावर केला जातो.
- किमोथेरपी थांबल्यानंतर पहिल्या दोन वर्षात रोग परत येण्याचा धोका सर्वाधिक असतो.
- दोन वर्षानंतर या रोगाची पुनरावृत्ती होणे थोडे दुर्मिळ आहे.
- याव्यतिरिक्त दुसरा कर्करोग होण्याची संभावना फार कमी असते.
- काही धोक्याची लक्षणे म्हणजे ताप येणे, संसर्ग/इन्फेक्शन्स, शरीराच्या काही भागांमध्ये गाठी किंवा सूज येणे, रक्तस्त्राव, भूक न लागणे, वजन कमी होत जाणे आणि रक्ताच्या पेशींमध्ये वाढ किंवा घट होणे इ यांचा समावेश आहे.

प्रश्न (९)

माझ्या मुलावर झालेल्या उपचारांचे काही उशिराने दिसणारे दुष्परिणाम आहेत का?

किमोथेरपी किंवा रेडिओथेरपी दिली गेली त्यानुसार मुलाला काही उशिराचे दुष्परिणाम होऊ शकतात. थकवा हे एक सामान्य लक्षण आहे. किमोथेरपी नंतर बाळाला हृदय, फुफ्फुस, मूत्रपिंड, नसा, हाडे, सांधे आणि स्नायूंच्या काही समस्या असू शकतात. तुम्ही निराश होऊ नका कारण सर्वच मुलांना हे दुष्परिणाम होतात असे नाही.

रेडिओथेरपी कोणत्या ठिकाणी दिली गेली त्या जागेवर काही दुष्परिणाम अवलंबून असतात. उदाहरणार्थ मोतीबिंदू, कोरडे तोंड, कायमचे केस गळणे, थायरॉईड किंवा अधिवृक्क ग्रंथीच्या समस्या, मुलांमध्ये वाढ मंदावणे आणि स्मृती समस्या उद्भवू शकतात.

प्रश्न (१०)

कर्करोगापासून मुक्त झालेल्या व्यक्तींना पुढील आयुष्यात प्रजनन संदर्भात समस्या येतात का?

- तुमच्या मुला-मुलीला मिळालेल्या केमोथेरपीच्या आधारावर त्यांची प्रजनन क्षमता कमी होऊ शकते किंवा एकदम बंद होऊ शकते.
- तथापि जर तुमच्या मुलाचे शुक्राणू व मुलीचे अंडाशय अति शीतल प्रक्रियेने जतन (cryopreserve) केले गेले असतील, तर पुढे जाऊन प्रगत तंत्राने, त्यांना जैविक मुले होऊ शकतात.

कर्करोगातून मुक्त झालेल्या व्यक्ती चांगले आयुष्य जगू शकतात.

- मुलाला मिळालेल्या किमोथेरपीवर आधारित काही साईड इफेक्ट आणि त्याला/ तिला झालेल्या घातकतेच्या प्रकारावर, मुलावर उपचार करणाऱ्या बाल कर्करोगतज्ज्ञांशी चर्चा केली जाऊ शकते.
- बालपणीच्या कर्करोगापासून वाचलेले बहुतेक लोक नंतरच्या आयुष्यात चांगले जीवन जगतात आणि त्यांच्या बालपण आणि प्रौढावस्थेत नियमित तपासणी केला तर जीवनमान निश्चितच सुंदर व निरोगी असेल.