

WE ARE  
MACMILLAN.  
CANCER SUPPORT

'আমার হাঁটুর পেছনের  
অংশে একটি তিল দেখতে  
পেয়েছিলাম।

এটা ভালো দেখাচ্ছিল  
না, তাই আমার জিপি'র  
কাছে গিয়েছিলাম।'

Philip



## মেলানোমার (ত্বকের ক্যান্সার) লক্ষণসমূহ

যে সব ব্যক্তির রোদে গেলে তাদের ফর্সা ত্বকে দাগ পড়ে ও পুড়ে যায় তারা মেলানোমা নামক এক ধরনের ত্বকের ক্যান্সারে আক্রান্ত হওয়ার ঝুঁকি বেশি থাকে। রোদ থেকে সুরক্ষিত থেকে এবং সানবেড ব্যবহার না করে আপনি আপনার ঝুঁকি কমাতে পারেন।

যুক্তরাজ্যে প্রতি বছর 13,000 এরও বেশি ব্যক্তির মেলানোমা ধরা পড়ে। 15–34 বছর বয়সী ব্যক্তিদের সবচেয়ে বেশি দেখা যাওয়া ক্যান্সারের মধ্যে এটি অন্যতম, কিন্তু এটি যে কোনো বয়সে হতে পারে।

কোন পরিবর্তনগুলোর দিকে খেয়াল রাখতে হবে এবং কখন আপনার ডাক্তারকে দেখাতে হবে তা জানাটা সত্যিকারের পরিবর্তন আনতে পারে। আপনার লক্ষণ দেখা দিলে ভয় পাবেন না - সেগুলো পরীক্ষা করিয়ে নিন।

যদি আপনি একটি নতুন তিল দেখেন, আগের কোনো তিলে পরিবর্তন দেখেন, বা আপনার ত্বকে কোনো পরিবর্তন দেখেন তাহলে তাৎক্ষণিকভাবে আপনার ডাক্তারকে দেখান। সব সময় আপনার ডাক্তারকে দেখাবেন যদি আপনার এমন একটি তিল থাকে:

- যার আকার, আকৃতি বা রং বদলে যাচ্ছে
- যা প্রতিসম নয়
- যার খাঁজ-কাটা প্রান্ত আছে
- যাতে একাধিক রং বা বাদামি রংয়ের একাধিক শেড আছে
- যা 7 মিমি এর চেয়ে বেশি চওড়া (একটি পেন্সিলের ভেঁতা দিকের আকৃতির সমান)
- যা শির শির করে বা চুলকায়

- যা থেকে রক্ত বের হয় বা যাতে কঠিন আবরণ থাকে।

এছাড়াও আপনার ডাক্তার দেখানো উচিত যদি আপনার নখে পরিবর্তন দেখা দেয়, যেমন:

- নখের একটি অংশে নতুন, গাঢ় বর্ণের দাগ দেখা দিলে
- নখের নিচে কোনো কিছু বেড়ে উঠলে।

মেলানোমা ছাড়া অন্য কারণেও এই লক্ষণগুলো দেখা দিতে পারে। কিন্তু নিজেই নিজের রোগনির্ণয় করার চেষ্টা করবেন না - আপনার ডাক্তারকে দেখান। যদি আপনার মেলানোমা থাকে, তাহলে এটা যত আগে ধরা পড়বে, সফলভাবে চিকিৎসা করানোর সম্ভাবনাও তত বেশি থাকবে।

**আপনার লক্ষণগুলো পরীক্ষা করানোর মাধ্যমে আপনি আপনার ডাক্তারের সময় নষ্ট করছেন না।**

**আগেই ধরা পড়লে, সাধারণত একটি সহজ চিকিৎসার মাধ্যমে মেলানোমা নিরাময় করা যায়।**

যদি আপনার সহায়তার প্রয়োজন হয় অথবা শুধু কথা বলার জন্য কাউকে চান, তাহলে ম্যাকমিলান-এর সাথে বিনামূল্যে **0808 808 00 00** নম্বরে কথা বলুন অথবা দেখুন **macmillan.org.uk**