

WE ARE
MACMILLAN.
CANCER SUPPORT

‘मुझे अपनी जीभ के नीचे
कुछ छाले नज़र आए।
जब ये ठीक नहीं हुए, तो
मैं एक GP से मिलने चला
गया।’

Philip



गोरी त्वचा, जिस पर चित्तियाँ पड़ती हैं या धूप में जल जाती है, वाले लोगों को मेलानोमा नाम का एक तरह का त्वचा का कैंसर होने का अधिक जोखिम है। आप धूप में एहतियात बरत कर और सनबेड्स का उपयोग न कर अपने जोखिम को कम कर सकते हैं।

हर वर्ष यूके में 13,000 से अधिक लोगों को मेलानोमा होने का निदान होता है। यह 15-34 वर्ष की आयु के लोगों को होने वाले सब से साधारण कैंसरों में से एक है, पर आपको यह किसी भी आयु में हो सकता है।

कौन-से परिवर्तन खोजना और अपने डॉक्टर से कब मिलना यह जानने से सचमुच फर्क पड़ सकता है। अपने लक्षणों से डरें नहीं - उनकी जाँच कराएं।

यदि आपको कोई नया मस्सा दिखे, किसी पहले से मौजूद मस्से में कोई फर्क नज़र आए, या अपनी त्वचा में कोई फर्क लगे, तो तुरंत अपने डॉक्टर से मिलें। यदि आपको कोई ऐसा मस्सा हो जो निम्नलिखित जैसा हो, तो हमेशा अपने डॉक्टर से मिलें:

- जिसका आमाप, आकार या रंग बदलता हो
- जो समप्रमाण न हो
- जिसकी नुकीली धार वाली कगार हो
- जिसका एक से अधिक रंग हो या जो भूरे रंग का कोई रूप हो
- जो 7 मिमी से चौड़ा हो (लगभग किसी पैसिल के भोथरे भाग के आकार का)
- झुनझुनी अथवा खुजली वाला हो
- जिसमें से खून निकलता हो या जो पपड़ीदार हो।

आपको अपने डॉक्टर से तब भी फौरन मिलना चाहिए, यदि आपके नाखूनों में ऐसे परिवर्तन हों:

- नाखून के किसी हिस्से का बराबर एक नई गहरे रंग की पट्टी
- नाखून के नीचे कुछ बढ़ रहा हो।

यह लक्षण मेलानोमा से अलग चीज़ों के कारण हो सकते हैं। लेकिन अपना निदान खुद करने की कोशिश न करें - अपने डॉक्टर से मिलें। यदि आपको मेलानोमा है, तो इसके बारे में जितना जल्दी पता चले, उसका सफलतापूर्वक इलाज किया जा सके इसकी अधिक संभावना है।

अपने लक्षणों की जाँच करा कर आप अपने डॉक्टर का समय बर्बाद नहीं कर रहे हैं।

जब इसके बारे में जल्दी पता चल जाए, तो सामान्यतः मेलानोमा का एक सरल उपचार से इलाज किया जा सकता है।

यदि आपको सहायता की आवश्यकता है या किसी से बस बात करना चाहते हैं, तो मैकमिलन को निःशुल्क 0808 808 00 00 पर कॉल करें या यह साइट देखें macmillan.org.uk