

جگر کا کینسر

جگر کا کینسر ایک ایسی قسم کا کینسر ہے جو جگر میں شروع ہوتا ہے۔
کینسر اس وقت ہوتا ہے جب جسم کے خلیات قابو سے باہر ہو جاتے ہیں۔

امریکن کینسر سوسائٹی کا تخمینہ ہے کہ 2021 میں، تقریباً 42,230 (مردوں میں 29,890 اور خواتین میں 12,340) جگر کا کینسر اور انٹرا ہیپیٹک بائل ڈکٹ کینسر کے نئے معاملات کی تشخیص ریاستہائے متحدہ میں کی جائے گی۔

جگر جسم کا ایک سب سے بڑا عضو ہے۔ جگر خون میں موجود کسی بھی بری اشیاء مثلاً زہریلے مادوں کو نکال کر جسم کو پاک کر دیتا ہے۔

اعداد و شمار

- اقلیتی صحت کے آفس کے مطابق،
 - 2019 میں، جگر کی دائمی بیماری 25-44 سال کی عمر کے ایشیائی امریکیوں اور بحر الکاہل کے باشندوں کے لیے **موت کی چھٹی بڑی وجہ** تھی۔
 - غیر ہسپانوی سفید فام مردوں کی بہ نسبت ایشیائی امریکی مردوں میں جگر اور IBD کینسر سے مرنے کا امکان 60 فیصد زیادہ ہے۔
 - غیر ہسپانوی سفید فام خواتین کی بہ نسبت ایشیائی امریکی خواتین میں جگر اور IBD کینسر کے واقعات کی شرح 1.8 گنا زیادہ ہے۔
- امریکی کینسر سوسائٹی کے مطابق، لاؤشین اور ویتنامی مردوں میں لیور میں ہونے والے کینسر کی شرح چینی، کوریائی اور فلپائنی مردوں کے مقابلے میں **2 سے 4 گنا زیادہ** ہے۔ لاؤشین اور ویتنامی مردوں کے جگر میں ہونے والے کینسر کی شرح ایشیائی ہندوستانی اور پاکستانی مردوں کے بہ نسبت تقریباً 10 **گنا زیادہ** ہے، جن کی شرح سب سے کم ہے۔

پرخطر عوامل

- زیادہ وزن یا موٹاپا ہونا
- طویل مدتی ہیپاٹائٹس B وائرس یا ہیپاٹائٹس C وائرس انفیکشن کا ہونا
- سگریٹ نوشی کرنا
- شراب پینا
- سروسس کا ہونا (لیور پر داغ لگنا، جو ہیپاٹائٹس اور شراب کے استعمال سے بھی ہو سکتا ہے)
- شراب کے علاوہ فیٹی لیور کی بیماری کا ہونا (لیور میں اضافی چربی جو شراب کی وجہ سے نہیں ہوتی)
- ذیابیطس یا شراب کے علاوہ فیٹی لیور کی بیماری ہونا
- ہیموکرومیٹوسس ہونا، ایک ایسی حالت جہاں جسم اپنی ضرورت سے زیادہ آئرن لے کر ذخیرہ کرتا ہے
- افلاٹوکسین والی غذائیں کھانا (ایک فنگس جو کھانے کی چیزوں پر اگ سکتی ہے، جیسے اناج اور گری دار میوے جو مناسب طریقے سے ذخیرہ نہیں کیے گئے ہیں)

آثار اور علامات

- ابتدائی مراحل میں، جگر کے کینسر میں ایسی علامات نہیں ہوسکتی ہیں جو دیکھی یا محسوس کی جاسکتی ہیں۔ بہر حال، جیسے جیسے کینسر بڑا ہوتا جاتا ہے، لوگ ان میں سے ایک یا زیادہ عام علامات دیکھ سکتے ہیں۔
- دائیں طرف پیٹ کے اوپری حصے میں تکلیف
- پھولا ہوا پیٹ
- پسلی کے پنجرے کے بالکل نیچے دائیں جانب ایک سخت گانٹھ
- دائیں کندھے کے بلیڈ کے قریب یا پیٹھ میں درد
- یرقان (جلد کا پیلا ہوجانا اور آنکھوں میں سفیدی آجانا)
- آسانی سے چوٹ لگنا یا خون بہنا
- غیر معمولی تھکاوٹ
- متلی اور قے ہونا
- بھوک نہ لگنا
- کسی نا معلوم وجہ کی بنیاد پر وزن میں کمی

وسائل

- **American Cancer Society:**
 - cancer.org
- **National Cancer Institute:**
 - cancer.gov
- **Global Liver Institute:**
 - globalliver.org
- **U.S. Department of Veteran Affairs:**
 - hepatitis.va.gov
- **Hep B United**
 - hepbnited.org
- **'Imi Hale Native Hawaiian Cancer Network:**
 - imihale.org/education_materials.htm
- **California State University, Fullerton:**
 - wincart.fullerton.edu/cancer_edu/index.htm
- **Asian American Health Initiative:**
 - aahiinfo.org
- **Pacific Cancer Programs:**
 - pacificcancer.org
- **Asian American Cancer Support Network:**
 - aacsn.org

احتیاطی تدبیر

- مناسب وزن برقرار رکھیں
- سگریٹ نوشی نہ کریں، یا اگر آپ کرتے ہیں تو چھوڑ دیں
- بہت زیادہ شراب نوشی سے پرہیز کریں
- ہیپاٹائٹس B کے خلاف ویکسین لگوائیں
 - ہیپاٹائٹس B ویکسین پیدائش کے وقت تمام نوزائیدہ بچوں اور ان بالغان کے لیے تجویز کی جاتی ہے جن میں خطرہ بڑھ سکتا ہے
 - ہیپاٹائٹس B جگر کا انفیکشن ہے جو ہیپاٹائٹس B وائرس کی وجہ سے ہوتا ہے۔
- ہیپاٹائٹس C کی جانچ کروائیں، اور اگر آپ میں پایا جائے تو طبی نگہداشت حاصل کریں
 - ہیپاٹائٹس C جگر کی بیماری ہے جو ہیپاٹائٹس C وائرس کی وجہ سے ہوتی ہے۔
 - ہیپاٹائٹس C اینٹی باڈی نامی خون کی جانچ سے پتہ چل سکتا ہے کہ آپ کو حال ہی میں یا ماضی میں انفیکشن ہوا ہے



بیماریوں پر قابو پانے اور روک تھام کے مراکز سے آثار اور علامات، پر خطر عوامل اور روک تھام کی معلومات