गुर्दे के कैंसर के निदान के बाद

American Cancer Society®

किडनी आपके पेट (उदर) की ऊपरी पीठ की दीवार के पीछे स्थित दो अंग होते हैं। किडनी शरीर के अन्य अंगों से अपशिष्ट को हटाकर मूत्र बनाती है, जो पेशाब (मूत्र त्याग) के दौरान शरीर से बाहर निकलता है। किडनी कैंसर को रीनल कैंसर भी कहा जाता है। अगर आपको बताया गया है कि आपको किडनी या रीनल कैंसर है, तो आपने शायद पहले ही स्कैन और एक्स-रे, रक्त और मूत्र परीक्षण और बायोप्सी (एक परीक्षण जो कैंसर की जांच के लिए कुछ ऊतक लेता है) करवा लिया होगा। बायोमार्कर नामक कुछ प्रोटीन और जीन परिवर्तनों की जांच के लिए कैंसर कोशिकाओं पर अन्य परीक्षण किए गए होंगे। यह जानने के लिए अन्य प्रक्रियाएं भी करवाई जा सकती हैं कि क्या कैंसर फैल चुका है। ये परीक्षण आपके डॉक्टर को यह जानने में मदद करते हैं कि आपको किस प्रकार का किडनी कैंसर है, यह किस चरण में है , और कौन सा उपचार सहायक हो सकता है।

गुर्दे के कैंसर का उपचार

आपके उपचार के विकल्प कैंसर कोशिकाओं, आपके स्वास्थ्य और आपकी व्यक्तिगत प्राथमिकताओं पर किए गए परीक्षणों के परिणामों पर भी निर्भर करेंगे। कुछ छोटे, धीमी गति से बढ़ने वाले किडनी कैंसर का तुरंत इलाज करने की आवश्यकता नहीं होती है। इस मामले में, डॉक्टर उपचार देने से पहले नज़र रख सकते हैं और प्रतीक्षा कर सकते हैं यह देखने के लिए की अगर ट्यूमर बढ़ रहा है या नहीं।

अधिकांश किडनी कैंसर का उपचार सर्जरी द्वारा किया जाता है। यह विशेष रूप से तब एकमात्र आवश्यक उपचार हो सकता है जब कैंसर आपकी केवल एक किडनी में हो और शरीर के अन्य भागों में न फैला हो। एक किडनी का आंशिक या पूर्ण हटाने की सर्जरी को नेफ्रेक्टोमी कहा जाता है।

अन्य उपचार में एब्लेशन, रेडिएशन और कीमो, लक्षित दवा चिकित्सा या इम्यूनोथेरेपी जैसी दवाएं शामिल हो सकती हैं। कई मामलों में, एक से अधिक प्रकार के उपचार की आवश्यकता होती है। आपका उपचार आपके किडनी कैंसर के प्रकार और चरण और उसके स्थान पर निर्भर करेगा। आपका डॉक्टर आपके लिए सबसे अच्छा उपचार चुनने में मदद करेगा।

यह अवश्य पूछें:

- उपचार का लक्ष्य क्या है?
- मुझे किस प्रकार का किडनी कैंसर है?
- क्या कैंसर एक किडनी में है या दोनों में?
- मेरे किडनी कैंसर का चरण क्या है और इसका क्या मतलब है?
- मेरे परीक्षण परिणामों से आपने और क्या जाना है?
- क्या मुझे और परीक्षणों की आवश्यकता होगी?
- क्या मुझे सर्जरी की आवश्यकता होगी?
- क्या ट्यूमर को हटाया जा सकता है?
- क्या मुझे अपनी एक या दोनों किडनी को निकालने की आवश्यकता है?

उपचार से पहले और दौरान क्या अपेक्षा करें

आपकी कैंसर देखभाल टीम आपको आपकी उपचार योजना के बारे में समझाएगी। इस टीम में अलग-अलग डॉक्टर, नर्स और अन्य स्वास्थ्य सेवा कर्मी शामिल हो सकते हैं, जो इस बात पर निर्भर करता है कि आपको किस तरह के उपचार की ज़रूरत है। उदाहरण के लिए, अगर आपको रेडिएशन थेरेपी की ज़रूरत है, तो आप रेडिएशन ऑन्कोलॉजिस्ट के साथ मिलकर काम करेंगे। वे आपको विकिरण उपचार से पहले, दौरान, और बाद में क्या अपेक्षा करनी चाहिए, इसके बारे में बताएंगे। अगर आपको दूसरे तरह के उपचार की ज़रूरत है, तो आपकी कैंसर देखभाल टीम बताएगी कि यह कैसे दिया जाता है, आपको इसके लिए तैयार होने में मदद करेंगे , आपकी सेहत पर नज़र रखेंगे और किसी भी तरह के साइड इफ़ेक्ट को मैनेज करने में आपकी मदद करेंगे। यह देखने के लिए कि आपका उपचार कितना कारगर है, आपको कुछ समय पर रक्त परीक्षण, स्कैन या अन्य परीक्षण भी करवाने पड़ सकते हैं।

किडनी कैंसर के इलाज से गुजरने वाले हर व्यक्ति पर एक जैसे दुष्प्रभाव नहीं होते। उदाहरण के लिए, किडनी निकलवाने के दुष्प्रभाव कीमो, लक्षित दवा उपचार, इम्यूनोथेरेपी या विकिरण उपचार के दुष्प्रभावों से अलग होते हैं। और एक ही उपचार प्राप्त करने वाले लोगों पर अलग-अलग दुष्प्रभाव हो सकते हैं।

यह अवश्य पूछें:

- मेरे उपचार के विकल्प क्या हैं? आपके अनुसार मेरे लिए सबसे अच्छा विकल्प क्या है और क्यों?
- क्या मेरे कैंसर के प्रकार के लिए कोई क्लीनिकल परीक्षण उपलब्ध हैं?
- मुझे किस प्रकार के दुष्प्रभाव हो सकते हैं और मैं उनके बारे में क्या कर सकता हूँ?
- हम कैसे पता चलेगा कि उपचार काम कर रहा है?
- मुझे कितनी बार इलाज करवाना होगा? यह कितने समय तक चलेगा?
- उपचार के लिए मुझे कहां जाना होगा? क्या मैं खुद ड्राइव कर सकता हूँ?
- क्या मैं अपने सामान्य कार्यकलापों जैसे कि काम और व्यायाम को जारी रख सकूंगा?

उपचार के बाद क्या अपेक्षा करें

उपचार के बाद अपने कैंसर डॉक्टर से एक उपचार सारांश और अनुवर्ती योजना के लिए पूछें। इसे उत्तरजीविता देखभाल योजना कहा जाता है। आपका कैंसर डॉक्टर आपके परिवार या प्राथमिक देखभाल डॉक्टर के साथ मिलकर उपचार से उत्पन्न दुष्प्रभावों का प्रबंधन करने और आपके सामान्य स्वास्थ्य की जाँच करने में सहायता करेगा। आपके कैंसर की वापसी या शरीर के किसी अन्य भाग में नए कैंसर की जाँच के लिए नियमित परीक्षण किए जाएंगे।

यदि उपचार के कोई दुष्प्रभाव खतम नहीं होते हैं या आपको कोई नया लक्षण दिखाई देता है, तो अपने डॉक्टर या कैंसर देखभाल टीम के किसी सदस्य को अवश्य बताएं।

उपचार के बाद आपके शरीर में बदलाव का सामना करना पड़ सकता है। सर्जरी और अन्य उपचारों से आपके गुर्दे की कार्यप्रणाली में बदलाव आ सकता है, जो आपके शरीर को अलग-अलग तरीकों से प्रभावित कर सकता है। डॉक्टर से ज़रूर पूछें कि आपको क्या उम्मीद करनी चाहिए और अगर आपको कोई समस्या है तो उन्हें बताएँ।

जिन लोगों को किडनी कैंसर हुआ है, उनके पुनः होने का जोखिम होता है, या दूसरी किडनी में या अन्य प्रकार के कैंसर में होने का जोखिम होता है। भले ही आप उपचार पूरा करने के बाद ठीक महसूस कर रहे हों, अपनी कैंसर देखभाल टीम से नियमित अनुवर्ती परीक्षण के बारे में पूछना महत्वपूर्ण है ताकि यह देखा जा सके कि किडनी कैंसर फिर से तो नहीं हुआ है।

कुछ लोगों के लिए, कैंसर पूरी तरह से समाप्त नहीं हो सकता। उन्हें लगातार उपचार की आवश्यकता हो सकती है, और उपचार कितना प्रभावी है यह देखने के लिए परीक्षणों की आवश्यकता होगी।

यह अवश्य पूछें:

- मुझे अपने उपचार सारांश और अनुवर्ती योजना की प्रति कहां से मिलेगी?
- मुझे अपनी कैंसर देखभाल टीम से कितनी बार मिलना चाहिए?
- मुझे उनसे संपर्क कब और कैसे करना चाहिए?
- क्या मुझे अपने कैंसर की वापसी की जांच के लिए परीक्षणों की आवश्यकता होगी, या मेरे उपचार से होने वाली समस्याओं की जांच के लिए परीक्षणों की आवश्यकता होगी?
- क्या मुझे अन्य कैंसर का पता लगाने के लिए मैमोग्राफी या कोलोनोस्कोपी जैसे जांच परीक्षणों की आवश्यकता होगी?
- क्या उपचार के बाद कोई देर से या दीर्घकालिक दुष्प्रभाव होते हैं जिन पर मुझे नजर रखनी चाहिए?
- उपचार के बाद मैं अपने चिकित्सा रिकॉर्ड कहां पा सकता हूँ?

स्वस्थ रहना

उपचार के दौरान और उसके बाद खुद को स्वस्थ रखने के लिए आप कुछ चीजें कर सकते हैं। धूम्रपान न करने से किडनी कैंसर की संभावना कम हो सकती है। अपने रक्तचाप की जांच और नियंत्रण करना भी महत्वपूर्ण है। स्वस्थ वजन प्राप्त करना और उसे बनाए रखना, अच्छा खाना, सक्रिय रहना और शराब से बचना भी आपको स्वस्थ रहने और नए गुर्दे कैंसर या अन्य कैंसर होने के जोखिम को कम करने में मदद कर सकता है।

अपनी भावनाओं का सामना करना

किडनी कैंसर होने से आपको डर, उदासी, या घबराहट महसूस हो सकती है। इन भावनाओं का अनुभव करना सामान्य है और उनसे निपटने के तरीके भी हैं।

- अपनी भावनाओं से अकेले निपटने की कोशिश न करें। उनके बारे में बात करें, चाहे वे कुछ भी हों।
- यह सामान्य है कि कभी-कभी उदासी या निराशा महसूस हो, लेकिन अगर ये भावनाएं कुछ दिनों से अधिक समय तक बनी रहती हैं, तो अपनी कैंसर देखभाल टीम को बताएं।
- यदि आपका डॉक्टर कहे कि यह ठीक है, तो उन चीजों को करना जारी रखें जो आपको पसंद हैं, जैसे बाहर समय बिताना, सिनेमा या खेल आयोजन में जाना, या बाहर डिनर करना।
- खाना पकाने और सफाई जैसे कार्यों में मदद लें।

आप अपने दोस्तों, परिवार या धार्मिक गुरुओं या समूहों से संपर्क करना चाह सकते हैं। परामर्श भी सहायक हो सकता है। कुछ लोगों को उन्हीं अनुभवों से गुज़रे हुए अन्य लोगों से बात करना सहायक लगता है। एक समर्थन समूह यह प्रदान कर सकता है। अपनी भावनाओं के बारे में अपनी कैंसर देखभाल टीम को बताएं। वे आपको सही सहायता प्राप्त करने में मदद कर सकते हैं।

अधिक जानकारी और सहायता के लिए, अमेरिकन कैंसर सोसाइटी की वेबसाइट cancer.org/hindi पर जाएं या हमें **1-800-227-2345** पर कॉल करें। जब भी आपको हमारी ज़रूरत हो, हम आपकी मदद के लिए मौजूद हैं।

American Cancer Society®

©2025, American Cancer Society, Inc.
No. HIN082506 Rev. 1/25

BBB. ACCREDITED CHARITY
bbb.org/charity