



Let's make them smile.

MOSABBIR CANCER CARE CENTRE

মোসাব্বির ক্যান্সার কেয়ার সেন্টার

A PROJECT OF MOSABBIR MEMORIAL FOUNDATION

Regtn.# DHA-07391, Dept. of Social Welfare & NGO, Bureau Regtn.# 1982 Cont.# 0458895, Tennessee and Federal ID # 95217 for tax exempt status in USA

Newsletter

Seventh Edition

December 2010



from the **EDITOR**

from the **EDITOR**:

**A**nother successful year has been added to the life of Mosabbir Cancer Care Centre.

that **Mosabbir Cancer Care Centre** has come to stay. While we have no doubt that the centre shall continue to expand its services in the coming days, we need greater support of people from all walks of life in the society to achieve its stated goal of not only extending treatment facilities, but also early detection and prevention of cancer throughout the whole length and breadth of the country.

Like all other previous years, we have attempted at highlighting the major activities of the centre in the year 2010. Prominent among them have been a cancer rally with students of some of the top-ranking schools and colleges, fund-raising cultural program at the **Cadet College Club** with some of the most popular singers of the country and launching of free screening test for breast and cervical cancer at the centre's own premises.

As well known to many of you, the dimension and scale of the problems faced by us is too great to be handled by the minimal facilities provided by **Mosabbir Cancer Care Centre**. The sheer number of cancer patients extending to 1.5 to 2 million and the addition of about 200,000 every year speaks of the alarming challenge looming large over the nation. An effective tackling of this menacing threat, therefore, calls for a united effort by all professionals and affluent individuals and organizations of the society both in public and private sectors. There is a need for setting up specialized clinics/hospitals in every district as an active campaign for creating awareness among the general public in the prevention and early screening of cancer.

We convey our heartfelt gratitude to all our donors, organizations and individuals with whom we rejoice our success for their invaluable contributions and support. Our special appreciations are to **RAOWA** club for giving recognition to our efforts in extending services to poor cancer patients and creating awareness for prevention and early detection of cancer. We also hasten to express our special indebtedness to major M.A. Mannan (Retd), Chairman, Sun Moon Group of Companies and **AB Bank** for their significant financial assistance to us in alleviating the sufferings of the poor, helpless cancer patients. The ambulance provided by **Dutch Bangla Bank** would be of immense benefit in extending palliative care to the terminally ill cancer patients.

We appeal to every member of the society particularly the richer sections once again to come forward with open hands in extending their moral and financial support for facing the challenge that has engulfed the whole nation.

Our activities as witnessed by people both at home and abroad have helped in strengthening our belief

**Lt. Col Mudassir Hossain Khan (Retd), Bir Pratik**

# How to minimize the chances of developing or dying from cancer ?

**Prof. (Dr.) A. M. M. Shariful Alam**

MBBS; DIH; FCPS; FICS (USA)

Professor & Head, Department of Radiation Oncology  
**Enam Medical College & Hospital, Savar, Dhaka.**

## Introduction

Cancer is a leading cause of death around the world, killing more people than HIV/AIDS, tuberculosis and malaria combined. Each year, 12 million people receive a cancer diagnosis and 7.6 million people die of cancer. If no action is taken, the worldwide cancer burden is projected to reach 26 million new diagnoses in the year 2030 and 17 million deaths, with the most rapid increases occurring in low- and middle-income countries. The hopeful news is cancer is a **preventable disease**.

According to a study carried out by Harvard researchers, more than a third of the cancer deaths are caused by nine risk factors, all of which can be controlled. The Harvard team examined major cancer types, including lung, breast, stomach, liver, colorectal, pancreatic, cervical, uterine, oral, oropharynx, and esophageal, as well as leukemia. They did not include prostate and kidney cancers, or melanoma and lymphomas, because they are not associated to the nine risk factors assessed. Smoking, alcohol use, low fruit and vegetable intake, over weight and obesity, unsafe sex, urban air pollution, physical inactivity, contaminated injections in health care settings, and/or indoor smoke from household use of solid fuels were responsible for 2.43 million deaths of the total number of cancer deaths. The researchers concluded that in the countries with low and middle incomes, smoking, alcohol use and low fruit and vegetable intake were one of the most important risk factors, while in the high income countries, the last factor was replaced by obesity.

There are many reasons why normal cells may turn to cancer cells - and some of these reasons man can do nothing about. But doctors agree there are lots of things man can do to live more healthily and thereby can cut your risk of cancer.

*However, there are steps that everyone can take to lower their risk of getting cancer:*

### 1. Don't smoke or use tobacco in any form and avoid second-hand smoke.

Smoking is the most preventable cause of death. It causes about 30% of all the cancer in the USA, including cancers of the lung, mouth, larynx, esophagus, pancreas, cervix, kidney, and bladder. Smoking also leads to many other health problems, including heart disease, stroke, lung infections,

and pregnancy complications. Even the smoke from other people's tobacco use (second-hand smoke) is harmful, increasing the risk of lung cancer and heart disease in nonsmokers. Children exposed to second-hand smoke are at higher risk of sudden infant death syndrome, asthma, lung infections and ear infections.

The good news is that as soon as people quit smoking, their health starts to improve. People who already smoke should try to quit. Quitting smoking is the single best thing that smokers can do to improve their health. Former smokers have less risk of cancer than do people who continue to smoke.



### 2. Maintain a healthy weight

Excess weight has been linked to a variety of cancers, including colon, breast, and uterine cancer, and many other chronic diseases, like diabetes and heart disease. Almost 65% of adults are overweight, and over 30% are considered obese. For reduction of cancer risk and to have other health benefits, we should balance the amount of calories consumed with regular physical activity.

### 3. Be physically active

Physical activity not only helps achieve a healthy weight, it also lowers the risk of breast and colon cancer, osteoporosis, heart disease, and diabetes. It enhances mood, improves sleep, and helps people reduce stress. Activity doesn't need to be strenuous to be beneficial. Moderate exercise, like brisk walking, offers health benefits. Physical activity is important for children since healthy patterns of behavior can be established at a young age, and exercise in childhood may affect disease risk later in life. Get at least 30 minutes of physical activity every day.



#### 4. Eat a healthy diet

What we eat can have a significant impact on cancer risk. Eating a diet rich in fruits, vegetables and whole grains has been linked to a lower risk of multiple cancers and heart disease. Eating less red meat helps limit the amount of unhealthy saturated fat in the diet and decreases the risk of cardiovascular disease, colon cancer, and prostate cancer. While eating a variety of healthy foods provides most of the vitamins our bodies need, taking a multivitamin with folate every day can offer extra protection against colon cancer, heart disease, and certain birth defects. Important in any healthy diet is total calories because excess calories from any source can lead to weight gain.



Foods high in chlorophyll, vitamin A, vitamin E, selenium and vitamin C will significantly increase elimination of toxins and free radicals known to cause cellular changes that are the root of cancer and other degenerative diseases. Furthermore, the addition of acidophilus and bifidus is associated with improved immune function by rebalancing the natural intestinal bacteria.

#### 5. Limit alcohol

Alcohol has different effects on different diseases. While it may help reduce the risk of heart disease, it also increases the risk of several cancers, including breast, colon, esophageal, and oral cancer. Alcohol use comes with risk of increasing blood pressure, weight, heart failure, addiction, suicide and accidents; therefore nondrinkers should not start drinking. Drinkers should limit alcohol intake to a moderate amount or stop drinking alcohol completely.

#### 6. Protect your skin from the sun

Sun exposure causes the majority of skin cancer. Some forms of skin cancer, like melanoma, can be fatal, and others, such as basal cell and squamous cell cancer, can be highly disfiguring. Since about 80% of lifetime sun exposure occurs before the



age of 18, sun protection is critical for children. Adults need to avoid excess sun to prevent additional skin damage and to provide good examples for their children. It is best to avoid extended periods in the sun between 10 am and 4 pm, use sunscreen, and wear protective hats and sunglasses.

#### 7. Get regular screening tests

"People can take an active part in the early detection of cancer by having regularly scheduled screenings and by changing lifestyles that put them at risk for cancer," says Stephen Mann, M.D., director of Oncology at Mercy & Unity. There are tests, called screening examinations, that adults should have in order to find cancer early. **If cancer is found early it can often be cured.** While we don't have screening tests for most cancers, we do have tests for colon, breast, prostate, and cervical cancer. Screening tests can work either detecting changes before they become cancer or finding cancer at an earlier and more treatable stage. Screening saves lives, but only if people get tested.

#### 8. Take care at work

If any one is exposed to certain substances or chemicals (for example asbestos, benzidene, arsenic) he is more likely to get cancer. So protective measures at his working place should be taken by following all the health and safety rules.

#### 9. Make healthy choices

Of course, each individual is unique, and it is impossible to predict who will or won't develop cancer. However, many healthy life choices offer multiple benefits, reducing the risk of a variety of cancers and other chronic diseases.

#### Conclusion

**The hopeful news, Cancer is a preventable disease.** Eat whole foods including "5 (or more) fruits and vegetables a day," and eliminate or significantly reduce animal protein, animal fats, hydrogenated fats, processed foods containing additives, preservatives, or pesticides. Daily aerobic exercise and stretching increases circulation and helps the body eliminate toxins stored in our tissues. For individuals whose lifestyles have included smoking, excessive drinking, poor diets, and sedentariness, extra efforts may need to be taken to restore the body to its fullest health. However the benefits of lifestyle and dietary changes can begin today. More than two thirds of all cancer deaths can be attributed to smoking, eating and drinking habits, or a "sedentary lifestyle."

#### Sources :

1. Dr. Cynthia Stein, Instructor in Medicine, Harvard Medical School and the Harvard Center for Cancer Prevention.
2. World Scout Bureau Inc. / February 2010.
3. Part of the above information is taken from an article in the Boston Globe, November 1996.
4. <http://www.alina.com>

## A brief description of activities in 2010

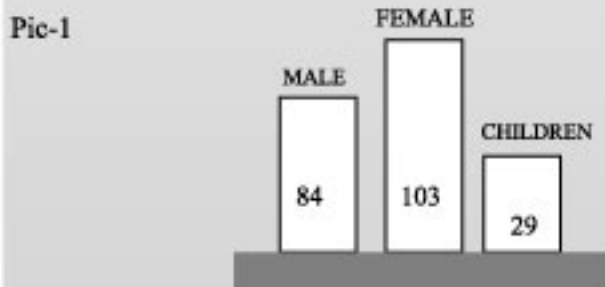
Dr. Syed Anisur Rahman

Those aged between 40 and 50 are not supposed to forget the scourge of diarrhoea and cholera, which had massacred people village after village. People could not escape from the deadly attack of these diseases. People of that time mostly believed that these were bad speels or curse. They paid little heed to doctors' advice and resorted to magical wands or treatment by hymnspells. Of much late we got rid of those taboo or superstitions thanks to the active cooperation from enlightened people.

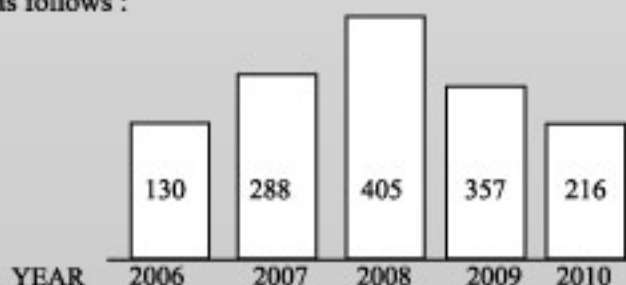
Similarly, people till the otherday, were of strong conviction that cancer could not be cured as it was deemed an incurable scourge. But new and advanced researches have suggested that except a few complex variety, most of the cancers are curable. But that requires active participation from people and efforts of the government.

We have come across seven years of foundation of this small scale set-up for cancer treatment. This year we are ascending to the eighth year. During 2010 a total number of 216 patients have been provided with treatment of cancer out of which 84 were men, 103 women and 29 children. Out of them 110 patients of Mossbbir Cancer Care Center were taken to public hospitals by the center's own ambulance for radio-therapy and 33 patients were given chemo-therapy at the center. Out of this 33, as many as 15 patients were given free medicine for chemo-therapy.

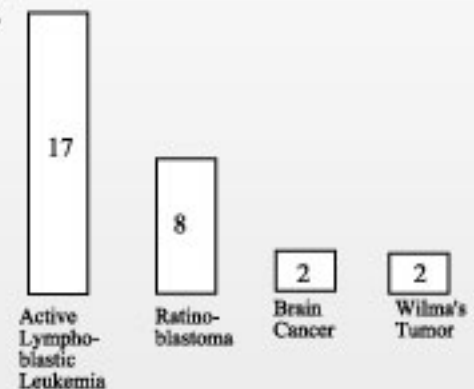
The statistics of patients treated at the center during 2010 are as follows :



pic-2  
The year wise inpatients treatment profile since 2006 is as follows :



Out of the 87 patients in children category 67 were suffering from Acute lymphoblastic leukemia, 15 from Ratinoblastoma, 2 from brain cancer and 2 from Wilma's tumor.



Out of the 103 female cancer patients as many as 33 came with cancer cervix and 30 of them were suffering from breast cancer.

Most of the male patients who came to this center for treatment had cancer of larynxal. They numbered 29 while 10 came with cancer in tongue, 9 in lungs and 8 with lymphotic leukemia. Another 6 patients had cancer in urinary passage.

Another milestone achieved by the centre is that cervical cancer is diagnosed by via test without any charge at Musabbir Cancer Care Center from last year (2010).

## VIA TEST

With technical assistance of Bangabandhu Shekh Mujib Medical University, Mosabbir Cancer Care Centre arranges via test & breast screening with a view to diagnosing primarily Breast and Cervical Cancer. Professor Ashrafunnesa of BSMMU innagurated the program on 10 March 2010. 14 patients have been diagnosed through Via Test till now. 2 CBZ are positive among them. They have been referred to BSMMU for advance treatment.



Mosabbir Cancer Care Centre arranges VIA test. Professor Ashrafunnesa of B S M M U innagurated this program on 13 March 2010.

## AMBULANCE SERVICE

One of the most important facilities provided by Mosabbir Cancer Care Center is its own ambulance service. A patient is carried to other hospitals at a nominal charge of only Tk.5/-, which is unbelievable now a days. Our ambulance service covered a total journey of 2355 Kilometers on various trips including carriage of patients, taking them for radio therapy at various hospitals and clinics and on other medical emergencies.

## Cancer Awareness Activities

- We have successfully and most effectively carried out cancer prevention and motivational mass- awareness campaigns throughout the year (2010). These included:

- Health education among the patients at the Center on each Thursday ;

- Mrs. Jaibunnessa gave voluntery services to this programme

-Distribution of Leaflets for Cancer awareness at various launch terminals, bus stands and railway stations.

A rally was held on last 30th January, 2010 under the banner, "Prevent Cancer, Save Life", jointly organized by Musabbir Cancer Care Center and AB Bank from Press Club to National Museum at 8:30 am.



Honourable Minister of Information and Cultural Affairs Minister, Mr. Abul Kalam Azad of Bangladesh Government inaugurated the rally. Personnel and professionals of different field and students of schools and colleges participated in that rally.



Among them were Viqarunnissa Noon School, BAF Shaheen College, Adamjee Cantonment Public College, Mapple Leaf International School, Birshrestho Nur Mohammad Rifles School & College. A total of around 800-1000 students participated in the rally.



Screening of a documentary film and music festival was organized at the premises of Gulshan Cadet College Club on 14th February, 2010 for building awareness on Cancer Prevention. Renowned artist Shakila Zafar, Rafiqul Alam, Abida Sultana and Balam and other star artists participated in the program voluntarily.



Screening of Documentary film and discussion program on cancer was held at the office of Anjuman Mafidul Islam in Kakrail office with the presence of some former Police officials.



## Future Programs:

**Palliative Treatment:** From 2011, this service is planned to reach the doors of the terminally ill patients. In the meantime, Dutch Bangla Bank has convey donates an ambulance. We convey our heartfelt gratitude to the authority of the Dutch Bangla Bank for helping the poor and helpless cancer patients.

# OBESITY AND BREAST CANCER

**Professor Md Abdul Hai**

Director

**Bangladesh Cancer Hospital & Welfare Home**

Obesity is considered as one of the contributing factors in the causation of Breast cancer. Obesity also influences the result of treatment and survival. This affects mostly the hormone receptor positive and Her-2 negative sub type of breast cancer.

On 9th December 2010 at the annual San Antonio Breast Cancer Symposium Dr. Sparano, Professor of Medicine and womens health at Albert Einstein College of Medicine and Associate Chairman of Oncology at Monte fiore Medical center in Bonx.N-Y, presented datas which suggests that obese patients with hormone receptor positive and Her-2 negative subtype of breast cancer are at increased risk of recurrence and once recurrence occurs there is a higher rate of progression of disease and a shorter time period between recurrence and death. The oestrogen receptor positive and Her-2 negative from of Breast cancer is the most common subtype and is generally believed as having a favorable prognosis than other subtypes of triple negative, Her-2, positive breast cancer .

Obese Women with hormone receptor positive and Her -2, negative disease were 23% more likely to experience recurrence than the non-obese women with the same type of cancer and also the obese had a 46% greater all cause mortality than the non-obese women having the same subtype of breast cancer . In contrast obesity had no impact on outcomes in women with other two major subtypes of breast cancer. Triple negative and Her-2 positive breast cancer .

Obesity may be a surrogate for other unknown host related factor that contribute to disease recurrence. One such factor might be hyperinsulinemia (HYPER INSULINEMIA ) Hyperinsulinemia is known to be associated with obesity and oestrogen receptor positive breast cancer has been observed to express highly the IGF ( Insulin like growth factor ) signaling pathway and the insulin receptors. So hyperinsulinemia may drive

the growth of oestrogen dependant tumour. It has also been observed that women tend to gain weight during treatment for breast cancer and may become menopausal during treatment then weight becomes even more difficult problem.

After careful consideration of the available evidences it may be concluded that **obesity** contributes towards development and poor prognosis of breast cancer, therefore, weight management should be an integral part of any strategy to prevent and improve the outcome of breast cancer. Physical activity can to a great extent prevent obesity and maintain a good quality of life .

A study done among 2987 female registered nurses who were diagnosed with breast cancer revealed that .

- 1) **Physical exercise improves breast cancer survival.**
- 2) **Had better mood better body image and better self esteem**
- 3) **Result were significant only in women with hormone receptor positive tumor.**

Facilities for hormone receptor and Her-2 test is very limited in Bangladesh only a few laboratories very recently started doing these tests.

Irrespective of hormone receptor status known or unknown all the patients with breast cancer should be encouraged to

- i) **do adequate regular physical activities .**
- ii) **take adequate vegetables and frutes and reduce fat content in the daily meal and**
- iii) **stop smoking and alcohol intake if habituated.**

# Breast Cancer & Treatment

**Dr. Rakib Uddin Ahmed**

Cancer Specialist, Dhaka Medical College Hospital

Breast cancer is one of the worst kinds of cancers suffered by women. This is next to cervical cancer. Though the root causes of breast cancer can hardly be specified, the following causes are generally believed to be responsible for this malignant scourge :

- 1) **Start of menstruation at an early age;**
- 2) **Having first child at a delayed age;**
- 3) **Menopause at a late age;**
- 4) **Receiving Hormone Replacement Therapy**
- 5) **Heredity ( Daughter's risk increases if her mother or aunts had breast cancer);**
- 6) **Gene Mutation.**

Patients in general start visiting physicians with a complain of lump. But it is not necessarily determined that a lump in the breast itself indicates malignancy. Lump in the breast, especially of young women, may be as harmless as general tumor and instead of being frightened, patient should consult a physician, and be sure by undergoing FNAC or Core Needle Biopsy.

One thing should be mentioned here that in most cases women with any lump in the breast rush to gynaecologist, considering it as a typical feminine disorder. But the reality is that any disorder inside the breast doesn't fall within a gynaecological subject to be consulted with a surgeon.

*A breast cancer patient requires certain medical consultation at various stages :*

- 1) **Patients with any lump inside the breast;**
- 2) **Patients with lump inside the arm-pit (other than breast) ;**

- 3) **Wound in the breast nipple or bleeding from breast nipple;**
- 4) **Breast becomes like cauliflower and the wound spreads bad odor or bleeding;**
- 5) **Patients should see doctors even if a lump is removed from breast to other part of the body. Another *discomfiture or associated points of occurrence* may include cough for lumps, pain in bones, intense headache and vomiting, even to the extent of paralysis.**

One thing should always be remembered that the earlier one sees a doctor the better it is to be sure of early recovery.

Your physician may advise you to carry on some essential tests. Breast Cancer treatment normally pursues three brother protocols. Besides, hormone treatment and immuno-therapy might be administered.

## 1) Surgery

Surgery is the main treatment of breast cancer and the nature of surgery largely depends on the location and extension of the cancer. Other than lymphnode, mastectomy and lumpectomy are common features of surgical solution of breast cancer. Surgery can be recommended even if the patient is taken for treatment at a delayed stage or with signs of wound on the breast skin or with ulcer, bleeding or with severe pain. In these cases proper treatment enhances the patient's quality of life which is demonstrated with substantial minimization of suffering . Cancer surgery is a specialized kind of surgery and, as such, the surgery must be done by a specialist surgeon. No one should

get such intricate treatment in an unsafe situation. After the surgery the biopsy should be done at a recommendable laboratory. The subsequent course of treatment normally depends on the biopsy report. It is essential to examine the hormone status ( ER and PR) and HER-2. Breast implants may be opted in order to retain the normalcy or shape and beauty.

## 2) Chemotherapy

Chemotherapy is used not to let the malignant cell spread into other parts of the body. Many people consider chemotherapy as the last therapy as inhalers to asthma. But in case of chemotherapy the chance to live a safe life gets brighter, though many people in general get scared at chemotherapy, largely because of the fact that chemotherapy leaves behind a trail of abnormality like wiping of hair, vomiting tendency, dyspepsia, general weakness, fatigue etc. Proper diagnosis and consultation can help get rid of such abnormalities. Since chemotherapy is a complex and delicate treatment, it should always be carried out under the guidance of an expert oncologist. Chemotherapies are generally administered if and when the malignant cells tend to infect by spreading out of breast towards lungs, liver and bone. Chemotherapies are applied through vein like in saline. In some cases however chemotherapies are done orally.

## Radiology

Radiology is a kind of treatment by radiation through a machine. Normally radiations are applied in sensitive parts like breast and armpit where lumps are removed. It's a painless treatment that deters development of another lump in the same area of chest which was earlier affected by malignancy. Radiotherapy facilities are available at the National Cancer Institute including Dhaka, Chittagong, Barishal, Rajshahi, Mymensing, Rangpur and Shylet

Medical Collages. At the government-run facilities treatment requires less expenses.

In the privately operated medical centres radiotherapy facilities are available at Delta Hospital, Square Hospital and Khaja Younus Medical Collage & Hospital at Sirajgang. Recently some unethical circles are cheating patients in the name of radiotherapy. We should always keep vigilant about those unscrupulous people. Radiotherapy becomes essential when cancer cells are broadened to tend to spread towards head and bones.

## Hormone

Hormone treatments are usually used upto 5 years of oral administration Inomunotherapy applied essentially to HER-2 positive cases. Patients are to be on close observation by regular follow-ups. You can have general perception about this disease through varies tests and screenings, conducted by expert oncologists.

Breast cancer can be withstood by ensuring proper treatment provided that the patient is detected at an early stage. We should, therefore, emphasise on early diagnosis. One should immediately call on the physician, if any abrmalcy appers physically. A social movement should be motivated in this connection.





# DONORS

## LOCAL

|  |                     |
|--|---------------------|
| 1. East Coast Group.....                     | 10,000.00 (Monthly) |
| 2. SK+F Bangladesh Ltd.....                  | 10,000.00 (Monthly) |
| 3. Moqbool ILahi and Saira Trust.....        | 10,000.00 (Monthly) |
| 4. Atandra-O-Nishchit Services Ltd.....      | 5,000.00 (Monthly)  |
| 5. Mojar Dr. Md. Rezau Haque (Retd).....     | 10,000.00 (Monthly) |
| 6. Mr. Khaled Salahuddin Ahmed.....          | 10,000.00 (Monthly) |
| 7. Saifuddin and Bilquis Trust.....          | 3,000.00 (Monthly)  |
| 8. Mrs. S. Simeen Hayat.....                 | 2,000.00 (Monthly)  |
| 9. Brig Gen. A.A.K Mahub Hasan (Retd).....   | 1,000.00 (Monthly)  |
| 10. Faisal Investment Foundation.....        | 1,000.00 (Monthly)  |
| 11. Major Abdul Mannan (Retd).....           | 10,00,000.00        |
| 12. AB Bank Bangladesh Ltd.....              | 2,00,000.00         |
| 13. Brig Gen Faruque Ashfaq.....             | 30,000.00           |
| 14. Dr. Kazi Khairul Alam.....               | 10,000.00           |
| 15. Radiant Pharmaceuticals Ltd.....         | 25,000.00           |
| 16. Sanofi - Aventis Bangladesh Ltd.....     | 50,000.00           |
| 17. GP. Cap Anwar Karim.....                 | 3,000.00            |
| 18. Mr. Meimul Haque.....                    | 50,000.00           |
| 19. Capt. Abdul Majed Miah.....              | 40,000.00           |
| 20. Abu Taher Sarkar.....                    | 1,000.00            |
| 21. Mr. Mohammed Alamgir.....                | 4,000.00            |
| 22. Koniz Fatema.....                        | 50,000.00           |
| 23. Mahmuda Faruque.....                     | 5,000.00            |
| 24. Dr. A.N. Alam Phd.....                   | 20,000.00           |
| 25. Nasirba Alam.....                        | 20,000.00           |
| 26. Mrs. Anamika.....                        | 5,000.00            |
| 27. Brig. Gen Khaliquzzaman.....             | 1,000.00            |
| 28. Ayesha Zaki Ameen Trust.....             | 50,000.00           |
| 29. Nazreen Mahmud.....                      | 10,000.00           |
| 30. Mr. Md. Shahadat Hossain.....            | 500.00              |
| 31. Mr. Md. Hazem Ali.....                   | 5,000.00            |
| 32. Advocate Vupen Chandra Dey.....          | 1,000.00            |
| 33. Arzina Sabiha Ahmed.....                 | 25,000.00           |
| 34. Mr. Md. Badruddin Ahmed (Former DD)..... | 10,000.00           |
| 35. Col. (Retd) Shams J. Chowdhury.....      | 10,000.00           |
| 36. Khaleda Akhtar ( Mary ).....             | 5000.00             |
| 37. Mahfuz Khan ( Suraya ).....              | 5,000.00            |
| 38. Lutfunnessa Begum.....                   | 10,000.00           |
| 39. Begum Jahanna Haq.....                   | 50,000.00           |
| 40. Mahmud Hossain.....                      | 500.00              |
| 41. Dr. Laboni.....                          | 2,000.00            |
| 42. Mrs. D.S. Rahman ( Rati ).....           | 10,000.00           |
| 43. Integrated Security Services Ltd.....    | 5,000.00            |
| 44. Ashrafur Rahman Khan.....                | 10,000.00           |
| 45. Ershad Hossain.....                      | 5,000.00            |
| 46. Moazzem Hossain Khan.....                | 10,000.00           |

## LOCAL

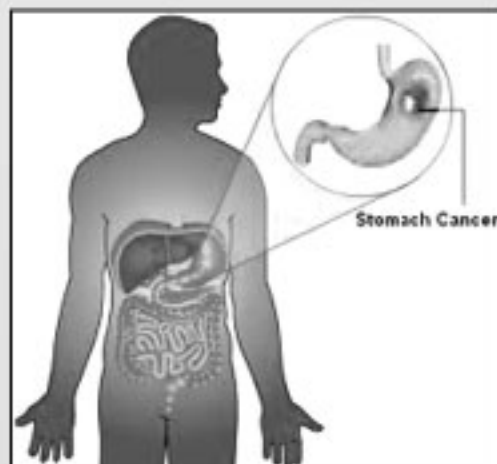
|  |                 |
|--|-----------------|
| 47. Mahenoor Hassan.....                 | 10,000.00       |
| 48. Mr. Md. Monjur Alam.....             | 37,500.00       |
| 49. Syeda Nargis Akhter.....             | 5,000.00        |
| 50. Tasnim Afreen.....                   | 20,000.00       |
| 51. Engr. Salekuzzaman.....              | 15,000.00       |
| 52. Sher Md. Khan.....                   | 10,000.00       |
| 53. Sumaiya Islam Mouri.....             | 12,500.00       |
| 54. Numeen Sultana.....                  | 20,000.00       |
| 55. Nazreen Sultana.....                 | 5,000.00        |
| 56. Mrs. Mahfuz Haque ( Chamely ).....   | 5,000.00        |
| 57. Mahubur Rahman.....                  | 1,00,000.00     |
| 58. Sajeed and Shafiqat.....             | 10,000.00       |
| 59. Nargis Bano Jowder.....              | 20,000.00       |
| 60. Lt. Col Quazi (Retd) Salimuddin..... | 20,000.00       |
| 61. Mr. Md. Hafiz Uddin.....             | 10,000.00       |
| 62. Mrs. Wahida Hasan.....               | 5,000.00        |
| 63. Mrs. Mustari Hossain Panna.....      | 4,000.00        |
| 64. Cap. (Naval ) M.S. Helal Psa.....    | Doll, Nebulizer |
| 65. REHAB.....                           | 2,00,000.00     |
| 66. Edruc.....                           | 10,000.00       |
| 67. Mahmuda Faruque.....                 | 5,000.00        |

### Medicine

1. Eskayef Bangladesh Ltd.
2. Sanofi-Aventis Bangladesh Ltd.
3. Opso Saline Bangladesh Ltd.
4. Rezar Rahman

## FOREIGN DONATIONS

1. Mary B. Basel..... \$- 40.00
2. Faizul Islam..... \$-100.00
3. Mohammod Khan..... \$-500.00



## Methods of Donation/Assistance

■ CASH

■ CHEQUE

Or

- ANY OTHER KINDS OF SUPPORT TO BE FORWARDED IN THE NAME OF MOSABBIR CANCER CARE CENTRE EITHER IN BANGLADESH OR IN OVERSEAS ADDRESSES GIVEN BELOW :

### 1. Bangladesh

House # 37/1, Road # 3, Dhanmondi R/A, Dhaka-1205

### 2. United States of America

5042, Hill place Drive  
Nashville, TN-37205  
Tel. 615-352-5006

### 3. United Kingdom

44, Red Mead Road, Hayes, Middle Sex-UB3 4 AX, UK

## Objective and Specialization

- ┆ Providing free accomodation during treatment
- ┆ Providing assistance and advice in treatment for cancer effected patients.
- ┆ Providing special facilities for necessary diagnostic tests at subsidized cost.
- ┆ Providing special assistance to patients in obtaining medicines at reduced prices.
- ┆ Providing assistance in blood collection and transfusion .
- ┆ Obtaining the advice of specialists in providing modern treatment.
- ┆ Providing appropriate information and advice relating to improved treatment at home and aboard.
- ┆ Creating public awarness in the country on cancer prevention through electronic and print media.
- ┆ Organizing scientific conferences for exchange of knowledge and experience among local and foreign specialist in the treatment of cancer with latest know how.
- ┆ Providing assistance for social rehabilitation of cancer patients and their families.
- ┆ Conduct training programs to improve the skills and update health workers on the nursing and handing of cancer patients.

- ┆ Facilitate inter exchange of experience and opinion among cancer patients.
- ┆ To build a bridge among cancer patients at home and aboard

## Services presently provided by MCCC

- ┆ Consultation
- ┆ Advisory services
- ┆ Information and referral.
- ┆ Providing free accomodation and services to cancer patients.
- ┆ Day Care Chemotherapy under constant supervision of in-house doctors.
- ┆ Providing special discounts for investigation/tests at established diagnostic laboratories.
- ┆ Providing medicines for cancer treatment to patients at subsidized price where needed.
- ┆ Arrangement of blood transfusion under constant supervision of in-house doctors to patients where needed at subsidized price.
- ┆ Holding seminar/workshop on cancer.
- ┆ Screening film in TV and advertising in newspaper on prevention and protection against cancer.
- ┆ Transportation of patients to other Hospitals in the city for advanced treatment particularly connected with surgery and Rediotherapy by Centre own Ambulance.

## Our immediate needs

1. Direct financial assistance for day to day maintenance of the centre - one time or on regular monthly basis.
2. Medical equipment ( both clinical and diagnostic.)
3. Medicines ( cancer drugs, chemicals and reagents for diagnostic investigation.)
4. Books, periodicals, leaflets on cancer treatment, research and palliative care.
5. Training of doctors, nurses, social workers and health care personnel associated with consulting diagnosis, treatment and palliative care.
6. Transport
7. Land / Building for hospital
8. Individual patient support

## SPECIAL NOTE

We take this opportunity to request you to pay a visit to our centre and judge for yourself the worthiness of the support that you would kindly be willing to extend to our noble cause. You are also requested to log on to our website (<http://www.mccc.org>) for more information related to our centre. We shall be happy to meet any queries related to our Centre that you may have at any time.

## Sahera Begum

Madrasa Teacher Mr. Abdul Quddus Khan comes from Ramnathpur village under the District of Mymensingh. He was passing his days peacefully. He can't remember when he married Sahera Begum, hailing from the nearby village, at her very early age. They have five children, one of them is married, the others are still young. Sahera Begum had a record of normal health with regular menstruation. One day she noticed that during menstruation very bad odour was coming out. She informed the matter to her husband, who took her to the Sadar Hospital, where she had an operation in the uterus. She was found having cancer in the cervix. Doctors advised her to get therapy at any hospital in Dhaka. Accordingly they rushed to Dhaka Medical College Hospital.



But they could not arrange any seat at Dhaka Medical. Mr. Quddus frantically looked for an accommodation. But nothing could be done. One day he was sitting depressed at the outdoor of Oncology Department, thinking various ways to find out a solution. It was also impossible to find a house, because of very high rent. He discussed the subject with an attendant who luckily gave him Mossabbir Cancer Care Center's address. Mr. Quddus contacted the Centre without loss of any time over cell phone and got him rather salvaged by Mosabbir Cancer Care. She went through therapies at stretch for seven weeks. Thus the last resort for the extremely poor cancer patients came to Saheras help. It is for rendering services to such patients that Mosabbir Cancer Care Centre needs more support and assistance from people of all walks of life.

## Ayesha Begum



The tragedy that unfolded in Ayesha's life is one of unbearable nature. A misery of this magnitude is uncommon haunting people to the last days of their lives. Ayesha Begum had to wait long after her marriage to be blessed with a child. Birth of her child indeed swept everybody around her in happy exuberance. But happiness lasted only for a short-while. Leaving her and Ornab, their son, her husband went to Qatar availing a better job opportunity. When Ornab was only 19 months old he was diagnosed with cancer. His father tried his best to send whatever he earned to ensure their only son's proper treatment. Ornab was admitted in the Child Hospital. Having stayed there for about two months he was informed that his condition requires at least three years' of protracted treatment with chemotherapy to be applied once every four days. At this point they got nervous as it needed lot of money to carry on such treatment. We appeal to generous people in the society to come forward with open hands to save Ornab's life. So far he was given as many as 35 bags of blood. Now he is 2 years and three months and treatment is going on for last seven months. He needs more 2 and a half years of intensive treatment that needs visiting Dhaka once a week. Now they are at the end of their means and ability to undertake various tests, provide medicine, accommodation and charges for such expensive therapies. Ornab can be treated and also cured provided his parents carry on his treatment that would require a minimum & 40 to 50 thousand taka.

## Board of Advisers

Mufleh R, Osman, Ex. Foreign Secretary

Justic M. Abdul Karim

Maj. Gen. (Retd) Prof. A.R. Khan  
Chief Consultant BIRDEM

Prof. ( Emeritus) Dr. ABM. Karim  
Vrije University Hospital, Amsterdam

Maj. Gen. (Retd) Amin Ahmed Chowdhury

Maj. Gen. (Retd) Dr. ASM Matiar Rahman  
Ex. Adviser, Caretaker govt.

Dr. Anwar Hossain,  
Ex. Vice Chancellor of IIT and Present Vice Chancellor  
Ahsanullah Engineering University

Mahabubur Rahman  
President, ICCB

Prof. (Dr.) M.A Hai  
Ex. Director NICRA&H

Dr. A.N. Alam Phd.  
Prof. Ultra Medical College

Prof. (Dr.) M.A Mannan  
Pro-Vice Chancellor, BSMMU

Prof. (Dr.) Moazzam Hossain Khan,  
BSMMU

Brig. Gen. Aminul Haque  
(Rtd) BU

Ahmed Akbar Sobhan  
Chairman, Bashundhara Group

Khurshid Alam  
Ex. Chairman, Dhaka Stock Exchange.

Tapan Chowdhury  
Managing Director, Square Pharmaceutical Ltd.

Iftekhharul Islam  
Managing Director, Aventis

Ashfaq -Ur- Rahman  
Managing Director, Novartis BD Ltd.

M. Azizul Huq  
Managing Director, GSK Ltd.

A.M Faruq  
Managing Director, SK-F Bangladesh Ltd.

Nasser Shahrear Zahedee  
Chairman Radiant Pharmaceutical Companies

Md. Harun -El-Rashid  
MD. Padma Diagnostic Lab

Md. Mozzam Hossain Khan  
( Former Adtl, I,G of Police (Retd)

Sharfuddin Ahmed  
Managing Director, Inspectorate Bangladesh

Md. Humayun Kabir Khan  
Director, Social Investment Bank Ltd

Kamrun Naher Ahmed  
Acting Principal, Shaikh Burhanuddin Post Graduate College

M. Sadiqul Islam  
Director ( Executive), Cross Links

Maj. Qamrul Hasan Bhuiyan (retd)

## Overseas Advisers

Prof. (Dr.) Golam Saklayen  
MD, Nephrology, Ohio, USA

Dr. Ziauddin Ahmed  
Nephrology, Wallingford, PA, USA

Naved Mohammad Mohyuddin  
M.D Internal Medicine, Nashville, TN, USA

Paul L. Moots  
M.D. Internal Medicine, Nashville, TN, USA

C.M. Salekin M.D. Mph  
Director, SD and SR Centre, TN, USA

Jawaid Ahsan M.D  
Neurologist, TN, USA

Pedro E. Garcia,  
Nashville, TN, USA

Lorry Heron PhD  
Hillsboro High School, Nashville, TN USA

Cathy Wilkison M.A.ED  
Home Bound Teacher, Nashville, TN, USA

Tish Bassel  
Madison Student Special Aid School, TN, USA

## Consultants

Prof. (Dr.) Jalilur Rahman  
BSMMU, Dhaka

Prof. (Dr.) Mohammad Saiful Islam  
BSMMU, Dhaka

Prof. (Dr.) A.B.M Yunus  
BSMMU, Dhaka

Prof. (Dr.) Afequl Islam  
BSMMU, Dhaka

Brig. Gen. (Retd) Dr. Zahid Mahmood.

Lt. Col. (Dr.) A.K. Md. Mostafa Abedin  
C.M.H. Chattagong.

## Lest we forget

In addition to the luminaries listed as advisors and consultants, our deepest appreciation and heartfelt gratitude must go to the following young individuals and many others whose selfless dedication and untiring efforts have gone a long way in giving the centre its present shape.

Rahat Uzzaman  
Roche Bangladesh Ltd.  
Rahat.uzman@roche.com

Dr. Towhidul Islam Waheed  
Australia  
waheedti@hotmail.com

Dr. Wasek Faisal  
Specialist Registrar in oncology,  
Gosford Hospital, Sydney, Australia  
wasek2000@hotmail.com

Mostafizur Rahman  
Litomina@yahoo.com  
mccc@dhaka.net

Lt Col Mudassir Hossain Khan (Retd.) B.P  
Chairman

M.A. Jalil, Executive Director

# Comments

## Patients/ Attendants

### Mohammad Abul Hossain

I am Md. Abul Hossain , aged 55. I hail from the village shimultola of Nalitabari, Sherpur. I got scared when I was diagnosed with cancer in the course of my treatment under Dr. Aminul Islam of Mymensingh. Thereafter the doctor advised me to avail myself a better treatment in Dhaka. I heard much about the city of Dhaka, but unfortunately I had never been there. The chance came to me very late as I was only preparing for death!. I could manage to reach the Mosabbir Cancer Care Centre after I was informed about its service by one of my relatives. Had they been not so kind and cooperating, my treatment would never have been possible. I am here for nearly one month and I am having radiation treatment from Dhaka Medical College Hospital.

### Monsur Molla

I am Monsur Molla, aged 58. I live in the village Joypur of Monirampur Upazilla. I live on agriculture. I was first taken to a clinic at Nawapara with a lump in tonsil. They got my tonsil treated and the biopsy was sent to khulna for examination. But the report was faulty and I continued to suffer from the wound in my mouth. Upon examination in August following year at the PG Hospital in Dhaka, it was detected that I was having cancer inside my mouth. This year I was administered four chemotherapies at PG Hospital and I was sent to Dhaka Medical College for having 33 session of Radiotherapy. I am a poor farmer who has never been to Dhaka, nor I have any relative here who can keep me here for treatment. I requested Dr. Sarwar (Of PG Hospital) to arrange for a bed at any hospital for treatment. Then he referred me to **Mosabbir Cancer Care Centre** at Dhanmondi. I then rushed to Mosabbir Cancer Care Centre and I got here what I was longing for. So far I was given 10 radiotherapy and from here I am expecting 23 more sessions.

**Md. Kamal Hossain, Junior Officer, Sonali Bank Ltd.  
Narkelbaria Branch, Jhenaidah**

I, Mohammad Kamal Hossain got brain tumor operated at **Square Hospital at Dhaka**. Thereafter my physician advised me for radiotherapy as next course of treatment. The concerned physicians advised me to undergo more 27 therapies. But this involved a huge amount of money. I had to spend a lot for the treatment and I was scared to face the challenge that followed my treatment. I had no means to support me with a shelter in this expensive city. All that I had, was spent at the first spell of my treatment. Now I am left with sheer despair, losing all hopes. At this crucial time I got the reference of Mosabbir Cancer Care Centre. I got here. A man of great magnanimity has

founded this charity clinic to treat poor people with cancer. The great man who founded it might have been endowed with divine kindness to serve the ailing mankind. God has given him both a noble soul and capability to run such a huge charity. I always pray for **Lt. Col. Mudassir Hossain Khan (Retd.)** that he and his family continue to get divine blessings both in this world and the world hereafter. He has founded this Cancer Care Centre to facilitate poor cancer patients who have no means to get cancer treatment.

I got registered here and along with treatment at Dhaka Medical College Hospital I was approaching towards recovery. Mosabbir Cancer Care Centre is a divine place of noble pursuit. All who serve here, including the management, the doctors, nurses, drivers, two attendants and female assistants, who are serving the ailing mankind here at Mosabbir Cancer Care Centre. And they are running this charity under the able guidance of the directors. I do not find anything for criticising those who run this project. But I can fairly lodge some of my observations as an constructive suggestion. For example (1) two more stoves are badly needed at the kitchen (2) the male ward needs a wardrobe (3) there should be a place designated for prayer (4) there should be collection of books as reading materials (5) All patients could be called in a sort of open meeting once a week to discuss the state of affair at the centre etc.

Besides, the management may kindly send patients to visit interesting places subject to fund and resources of the authority.

I sincerely believe that it will be really rewarding if a patient is treated and if the patients leaves all hopes of life he or she should be given the peace that one badly needs before death. I feel that two things are equally important for serving mankind - one is sympathetic mind and the other is ability to afford. It is my sincerest observation that the center's founder has a dream, but he needs support and assistance. I urge upon people of resources so that they keep donating and assisting this Center, where poor patients with care are being treated free and are provided shelter. The more people will donate, the more the staff and technicians will be able to endow their service to the patients. And only then the founder's vision will be materialized. I do once again wish the success of **Lt. Col. Mudassir Hossain Khan (Retd.)** in helping the poor cancer patients, while I wish to join the memory of his beloved son in my prayer who died at a very early age suffering from cancer. This centre is a memorial in his honor.

# ক্যান্সারে মৃত্যুর ঝুঁকি কমানো যায় কেমন করে?

অধ্যাপক (ডা:) এ.এম.এম. শরীফুল আলম

এম.বি.বি.এস, ডি.আই.এইচ, এফ.সি.পি.এস, এফ.আই.সি.এস (যুক্তরাষ্ট্র)

অধ্যাপক ও বিভাগীয় প্রধান, তেজস্ক্রিয় অনকোলজি বিভাগ

এনাম চিকিৎসা মহাবিদ্যালয় ও হাসপাতাল, সাতার, ঢাকা

## সূচনা

বিশ্বে মৃত্যুর একটি প্রধান কারণ ক্যান্সার, এইচআইভি/এইডস, যক্ষা এবং ম্যালেরিয়ার চেয়েও এ রোগে বেশী লোক মারা যায়। প্রতি বছর ১২ মিলিয়ন লোকের ক্যান্সার সনাক্ত হয় এবং এর মধ্যে ৭.৬ মিলিয়ন লোক ক্যান্সারে মৃত্যুবরণ করে। এখনই যদি কোন উদ্যোগ না নেয়া হয়, তবে তা ২০৩০ সালের মধ্যে ২৬ মিলিয়ন লোক মৃত্যুবরণ করবে এবং নিম্ন ও মধ্যবর্তী আয়ের দেশ গুলোতে দ্রুতই ছড়িয়ে পড়বে। তবে আশার কথা এই যে ক্যান্সার এখন প্রতিরোধযোগ্য।

হার্ভার্ড গবেষকদের গবেষণায় দেখা যায় যে, এক তৃতীয়াংশের বেশী লোক নয়টি ঝুঁকির কারণে মৃত্যুবরণ করে, যার সবগুলিই নিয়ন্ত্রণযোগ্য। হার্ভার্ড দল বেশ কয়েকটি ক্যান্সারের ধরণ নিয়ে পর্যবেক্ষণ করেন যেমন: স্তন, পাকস্থলী, যকৃৎ, বৃহদন্ত্র, ফুসুঙ্গ, জরায়ু, মুত্রাশয়, মুখ ও মুখ গহ্বরের, এমনকি গিউকিমিয়া (রক্তে ক্যান্সার)। তারা প্রোস্টেট, বৃক্ক (কিডনী), মিলানোমা এবং লিম্ফোমাস ক্যান্সার পর্যবেক্ষণ তালিকায় রাখেননি, কারণ এসব ক্যান্সারের ধরণ নয়টি ঝুঁকির তালিকার সঙ্গে সঙ্গতিপূর্ণ নয়। সমগ্র ক্যান্সারের মৃত্যুর মাঝে ২.৪৩ মিলিয়ন ক্যান্সার আক্রান্ত মানুষ মারা যায় কেবল ধূমপান, অ্যালকোহলের ব্যবহার, কম শাকসব্জি ও ফলমূল গ্রহণ, অতিরিক্ত ওজন ও স্থূলতা, অনিরাপদ যৌন সম্পর্ক, শহরের বায়ু দূষণ, কার্যিক শ্রমে অনীহা, স্বাস্থ্য সেবায় দূষিত সঞ্চালন এবং বাড়িতে কঠিন জ্বালানীর কারণে সৃষ্ট ধোঁয়া ও অন্যান্য ধোঁয়ার কারণে। গবেষকরা এই সিদ্ধান্তে আসেন যে, নিম্ন ও মধ্যম আয়ের দেশসমূহে ধূমপান, অ্যালকোহল, কম শাকসব্জি ও ফলমূল গ্রহণ, এবং উচ্চ আয়ের দেশসমূহে অতিরিক্ত ওজন ও স্থূলতার কারণে ক্যান্সারের আক্রান্ত হওয়ার উচ্চ ঝুঁকি রয়েছে। অনেক কারণে স্বাভাবিক কোষসমূহ ক্যান্সারের কোষে পরিণত হতে পারে, কিন্তু এসব কারণের অনেকগুলির ব্যাপারে মানুষ উদাসীন। কিন্তু চিকিৎসকেরা এ বিষয়ে একমত যে, ক্যান্সারের ঝুঁকি কমিয়ে মানুষ ভালভাবে বেঁচে থাকতে পারে। যাহোক, প্রত্যেকেই কার্যকরী পদক্ষেপ গ্রহণের মাধ্যমে ক্যান্সারের ঝুঁকি কমাতে পারে।

## ১. ধূমপান না করা, যেকোন ধরণের তামাক ব্যবহার না করা এবং পরোক্ষ ধূমপান বর্জন:

মৃত্যুহার কমানোর জন্য সবচেয়ে প্রতিরোধযোগ্য উপায় হচ্ছে ধূমপান বর্জন। এটা যুক্তরাষ্ট্রের ৩০% ক্যান্সারের প্রধান কারণ - এমনকি ফুসফুসের ক্যান্সার, মুখ, জিহ্বা, অস্ত্রের, জরায়ুর, কিডনী এবং মুত্রথলির ক্যান্সারও এর কারণে হয়। তদুপরি ধূমপান আরও নানাবিধ সমস্যা সৃষ্টি করে থাকে, যেমন - হৃদরোগ, স্ট্রোক, ফুসফুসে সংক্রমণ এবং গর্ভধারণ সংক্রান্ত জটিলতা। এমনকি অন্যের ধূমপানও (পরোক্ষ ধূমপান) ক্ষতিকারক, অধূমপারীদের ফুসফুসের ক্যান্সার ও হৃদরোগ হবার ঝুঁকি বাড়ে। পরোক্ষ ধূমপানের কারণে শিশুদের হঠাৎ মৃত্যু, হাঁপানী, ফুসফুসে ও কানে সংক্রমণ ঘটে থাকে। এটা ভাল বিষয় হয়, যদি জনগণ দ্রুত ধূমপান ত্যাগ করে, ফলে তাদের স্বাস্থ্যও ভাল হবে। যারা ধূমপানে আসক্ত, তাদের খুব দ্রুত ধূমপান ত্যাগের চেষ্টা করা উচিত। ভাল স্বাস্থ্যের জন্য ধূমপারীদের ধূমপান ত্যাগই একমাত্র সর্বোত্তম সমাধান। যারা ধূমপায়ী, তাদের তুলনায় প্রাক্তন ধূমপায়ীরা কম ক্যান্সারের ঝুঁকিতে থাকবেন।

## ২. স্বাস্থ্যসম্মত ওজন বজায় রাখুন

মাত্রাতিরিক্ত ওজনের সংগে বিভিন্ন ধরণের ক্যান্সারের যোগসূত্র রয়েছে, যেমন - অন্ত্রাশয়, স্তন এবং মুত্রাশয়ের ক্যান্সার এবং আরও অনেক ধরণের দীর্ঘমেয়াদী রোগ যেমন - বহুমূত্র, হৃদরোগ। বয়স্কদের মধ্যে ৬৫% ভাগেরই অতিরিক্ত ওজন এবং ৩৫% ভাগেরও বেশীদের গ্রহণযোগ্য মাত্রায় ওজন আছে। ক্যান্সারের ঝুঁকি কমাতে ও সেই সঙ্গে অন্যান্য স্বাস্থ্যগত সুবিধা বজায় রাখার জন্য আমাদের উচিত হবে সুস্থ ক্যালরীয়ুক্ত খাবার গ্রহণ এবং নিয়মিত দৈনিক পরিশ্রম করা।

## ৩. দৈনিকভাবে সক্রিয় থাকুন

দৈনিক সক্রিয়তা শুধু স্বাস্থ্যসম্মত ওজন অর্জনে সহায়তা করেনা, সেই সাথে স্তন ক্যান্সার, অস্ত্রের ক্যান্সার, হৃদরোগ ও বহুমূত্র রোগের ঝুঁকিও কমায়। মানসিক শক্তি বাড়ায়, ঘুমের উন্নয়ন ঘটায় এবং মনের পীড়নের তীব্রতা কমায়। মাঝারি ধরণের ব্যায়াম, দ্রুত হাটা স্বাস্থ্যকে সমৃদ্ধ করে। শৈশবে শিশুদের স্বাস্থ্য গঠনে দৈনিক সক্রিয়তা কার্যক্রম খুবই গুরুত্বপূর্ণ এবং শৈশবের ব্যায়াম রোগ ঝুঁকিকে প্রভাবিত করতে পারে। প্রতিদিন অন্তত ৩০ মিনিট দৈনিক ব্যায়াম করা উচিত।

## ৪. সুখম এবং স্বাস্থ্যসম্মত খাবার গ্রহণ

আমরা যা খাই তা ক্যান্সার ঝুঁকির উপর গুরুত্বপূর্ণ প্রভাব ফেলে। বিভিন্ন ধরনের ক্যান্সার ও হৃদরোগের ঝুঁকি কমানোর ক্ষেত্রে পুষ্টিযুক্ত অতিসমৃদ্ধ খাবার, শাকসব্জি দানাদার শস্য গ্রহণের একটা যোগসূত্র রয়েছে। লাল মাংস কম খাওয়া, যা অস্বাস্থ্যকর সম্পৃক্ত চর্বিতে সীমিত হতে সাহায্য করে এবং সে সাথে হৃদরোগ জনিতরোগ, অস্ত্রের ক্যান্সার, প্রোস্টেট ক্যান্সার এর ঝুঁকি কমাতে। যখন আমরা বিভিন্ন ধরনের স্বাস্থ্যসম্মত খাবার খাই তখন দেহের প্রয়োজনীয় অধিকাংশ ভিটামিন পাই। প্রতিদিন যদি আমরা একটি করে বহুমাত্রিক ভিটামিন খাই সে ক্ষেত্রে আমরা অস্ত্রের ক্যান্সার, হৃদরোগ এবং জনগত ক্রটির বিরুদ্ধে অতিরিক্ত প্রতিরোধ গড়ে তুলতে পারবো। সুখম খাদ্যের গুরুত্বপূর্ণ দিক হচ্ছে পরিমিত শক্তি সম্পন্ন (ক্যালরী) খাবার, কারণ অতিরিক্ত ক্যালরী অতিরিক্ত ওজন অর্জনে সহায়তা করে।

উচ্চ কোরোফিলযুক্ত খাবার, ভিটামিন-এ, ভিটামিন-ই, সেলেনিয়াম, ভিটামিন-সি উল্লেখযোগ্য ভাবে বিষাক্ততা ও মুক্ত আয়ন কমাতে, যা কোষের পরিবর্তন ঘটায়। এটাই ক্যান্সারের ও অন্যান্য রোগের মূল কারণ; অধিকন্তু অ্যাসিডোফিলাস এবং বাইফিডাস সহায়তাকারী হিসাবে অস্বাভাবিক ব্যাকটেরিয়াসমূহের প্রতিরোধ ক্ষমতার পরিবর্তন ঘটায়।

## ৫. অ্যালকোহল সীমিতকরণ

বিভিন্ন ধরনের রোগের উপর অ্যালকোহলের নানা প্রভাব রয়েছে। যদিও এটা হৃদরোগের ঝুঁকি কমাতে পারে বলে মনে হয়, তবুও এটা বিভিন্ন ধরনের ক্যান্সারের ঝুঁকি বাড়ায়, যেমন অস্ত্রের ক্যান্সার, স্তন ক্যান্সার এবং মুখের ক্যান্সার। অ্যালকোহল রক্তচাপ, ওজন, হৃদক্রিয়া বন্ধ, আসক্তি, আত্মহনণ এবং দৃষ্টিভঙ্গির ঝুঁকি বাড়ায়, সেজন্য অসেবনকারীদের এটার সেবন শুরু করা অনুচিত। সেবনকারীদের এটা অল্প থেকে মধ্যম মাত্রায় গ্রহণ করা উচিত নতুবা একদমই বন্ধ করে দেয়া উচিত।

## ৬. সূর্য থেকে আপনার ত্বককে রক্ষা করুন

ত্বক ক্যান্সারের অন্যতম কারণ সূর্যের সাল্লিধ্য। কিছু ধরনের ত্বক ক্যান্সারের যেমন-মেলানোমা ক্যান্সার মারাত্মক হতে পারে এবং অন্য ধরনের ক্যান্সার যেমন ব্যাসাল কোষ এবং স্কয়ার্মাস কোষ ক্যান্সারকে অনেকখানিই ধ্বংস করা যায়। মানুষের জীবনের সময়ের ৮০ শতাংশের মত সূর্যের সংস্পর্শে আসে বিশেষত ১৮ বৎসরের পূর্বে এটা বেশী ঘটে থাকে। বড়দের অতিরিক্ত ত্বক নষ্ট হওয়ার হাত থেকে রক্ষা করার জন্য সূর্য থেকে দূরে থাকা উচিত এবং এটা তাদের শিশুদের জন্য চমৎকার উদাহরণ হতে পারে। সবচেয়ে ভাল হয় সকাল ১০টা থেকে বিকাল ৪টা পর্যন্ত সূর্য থেকে দূরে থাকা, সানস্ক্রীন, টুপি এবং সান গ্লাস ব্যবহার করা উচিত।

## ৭. নিয়মিত ক্রিনিং পরীক্ষা করা উচিত

মারসি এবং ইউনিট এর পরিচালক স্টিফেন মান, এম. ডি. বলেন, "নিয়মিত ক্রিনিং পরীক্ষার মাধ্যমে, ক্যান্সারের প্রাথমিক সনাক্তকরণের

মাধ্যমে জনগণ ক্যান্সারের বিরুদ্ধে সক্রিয় অবস্থান নিতে পারে এবং ক্যান্সারের ঝুঁকি কমাতে জীবনযাত্রা বদলাতে সাহায্য করে।" বিশেষত ক্রিনিং টেস্ট নামে পরিচিত এসব টেস্টের মাধ্যমে বয়স্কদের উচিত হবে ক্যান্সারকে প্রাথমিক অবস্থায় সনাক্ত করা। যদি প্রাথমিক অবস্থায় ক্যান্সার সনাক্ত করা যায়, তবে এটাকে নিরাময় করা যাবে। যেহেতু সকল ক্যান্সারের জন্য ক্রিনিং টেস্ট নেই, সেহেতু অল্প, স্তন, প্রোস্টেট (পুং জননাঙ্গ) এবং জরায়ু ক্যান্সার এর পরীক্ষা ক্রিনিং পরীক্ষার মাধ্যমে করতে পারি। ক্রিনিং পরীক্ষা কেবলই ক্যান্সার হওয়ার আগে বা ক্যান্সার হওয়ার প্রাথমিক স্তরে অর্থাৎ ক্যান্সার চিকিৎসাযোগ্য স্তরে কাজ করতে পারে। যদি লোকজন ক্রিনিং পরীক্ষা করে, তবে এটা অনেকের জীবন বাঁচাতে সাহায্য করে।

## ৮. কর্মস্থলে সতর্ক থাকুন

যদি কেউ এমন ধরনের বস্তু বা রাসায়নিক (উদাহরণ স্বরূপ অ্যাসবেস্টস, বেনজিডিন, আর্সেনিক) এর সংস্পর্শে থাকেন, তবে তার ক্যান্সার হবার সম্ভাবনা বেশী থাকে। তাই সকলকে নিজ কর্মস্থলে স্বাস্থ্য ও নিরাপদ বিধিমালা অনুযায়ী সতর্কতামূলক ব্যবস্থা গ্রহণ করা উচিত।

## ৯. ভাল জীবনযাপন বেছে নিন

এটা অবশ্য বলা যায় যে, প্রত্যেকে একক এবং অনন্য এবং কে ক্যান্সারে আক্রান্ত হবে বা হবে না, তার ভবিষ্যৎবাণী করা অসম্ভব। যাহোক, বহুবিধ উন্নত জীবন বহুমাত্রিক সুবিধা প্রস্তাব করছে, যা বিভিন্ন ধরনের ক্যান্সার এবং অন্যান্য দীর্ঘমেয়াদী রোগের ঝুঁকি হ্রাস করে।

## উপসংহার

আশার সংবাদ হলো, ক্যান্সার এখন নিরাময়যোগ্য। প্রতিদিন হাল্কা ব্যায়াম এবং স্ট্রেচিং রক্ত সঞ্চালন বাড়ায় এবং আমাদের দেহের কোষকলাগুলোতে জমা বিষাক্ত পদার্থ বিদূরিত করে। যাদের জীবনযাত্রায় ধূমপান, অতিরিক্ত পানাহার, অসম খাদ্যাভ্যাস এবং ছন্নছাড়া জীবন, তাদের স্বাস্থ্য পুনরুদ্ধারের জন্য সম্পূর্ণ বিশ্রামের প্রয়োজন হতে পারে। যাহোক, জীবনযাত্রার সুবিধা এবং খাদ্যাভ্যাসগত পরিবর্তন আজ থেকেই শুরু করতে পারি। সবধরনের ক্যান্সারে আক্রান্ত রোগীদের মধ্যে থেকে দুই-তৃতীয়াংশের বেশী রোগী ধূমপানের আসক্তি, পানাহারের ধরণ, ছন্নছাড়া জীবনের কারণে মৃত্যু মুখে পতিত হয়।

## উৎস :

- ডাঃ সিনথিয়া স্টেইন, ইন্ট্রাকটর - মেডিসিন বিভাগ, হার্ভার্ড চিকিৎসা স্কুল এবং হার্ভার্ড ক্যান্সার প্রতিরোধ কেন্দ্র।
- বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা - ফেব্রুয়ারী ২০০০.
- প্রবন্ধের তথ্যসমূহ বোস্টন গ্রোবে প্রকাশিত একটি নিবন্ধ থেকে আংশিকভাবে নেয়া।
- ইন্টারনেট - <http://www.allina.com>

# মোসাব্বির ক্যান্সার কেয়ার সেন্টারের কর্মতৎপরতার সংক্ষিপ্ত বিবরণী এবং প্রতিবেদন-২০১০

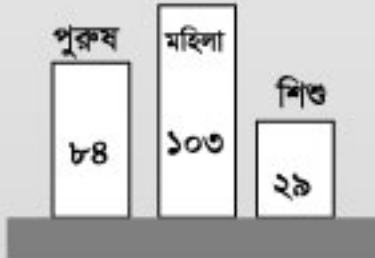
ডাঃ সৈয়দ আনিসুর রহমান

যাদের বয়স ৪০ কিংবা ৫০ হবে তাদের ডায়রিয়া তথা কলেরার কথা মনে না থাকার কথা নয়। গ্রামকে গ্রাম উজাড় হয়ে গেছে এর ছোবলে। মানুষ প্রাণের ভয়ে পালিয়েছে ফততর-রক্ষা পাইনি। প্রথমদিকে মানুষ মনে করতো এটা অভিশাপ অথবা একটা বাতাস। ডাক্তারের কথা জনগণ শুনতো না - খাড়-ফুক করে কাটাতো। পরে জনগণের সক্রিয় সহযোগিতায় ও অংশগ্রহণে আমরা এই রোগ থেকে রেহাই পেয়েছি।

এই কয়েকদিন আগেও মানুষের বহুমূল ধারণা ছিল 'ক্যান্সার হলে রক্ষা নেই'। মানুষের ধারণা ছিল এটা অপ্রতিরোধ্য একটা রোগ। গবেষণা এবং নিত্যনতুন আবিষ্কারের ফলে দেখা গেছে কয়েকটা ক্যান্সার ছাড়া বেশী ভাগ ক্যান্সার নিয়ন্ত্রণ যোগ্য। কিন্তু সরকারী-বেসরকারী উদ্যোগ ও জনগণের সক্রিয় অংশগ্রহণ এর পূর্বশর্ত।

মোসাব্বির ক্যান্সার কেয়ার সেন্টার ক্যান্সার নিয়ন্ত্রণের একজন ক্ষুদ্র সৈনিক। জনগণকে উদ্বুদ্ধ করে সামান্য সেবা দিয়ে যাচ্ছে। হাটি হাটি পা পা করে ৭ বছর পার করেছে। এবার ৮ এ পা দিলাম।

বিগত ২০১০ সালে ২১৬ জন রোগী মোসাব্বির কেয়ার সেন্টার থেকে সেবা পেয়েছে। এদের মধ্যে পুরুষের সংখ্যা ৮৪ জন মহিলা ১০৩ জন এবং শিশু ২৯ জন। এর মধ্যে ১১০ জন রেডিওথেরাপী গ্রহণ করেছেন এবং ৩৩ জনকে অত্র কেন্দ্রে কেমোথেরাপি প্রদান করা হয়েছে। তার মধ্যে ১৫ জনের কেমোথেরাপির ঔষধ ত্রয় করে দেওয়া হয়েছে।

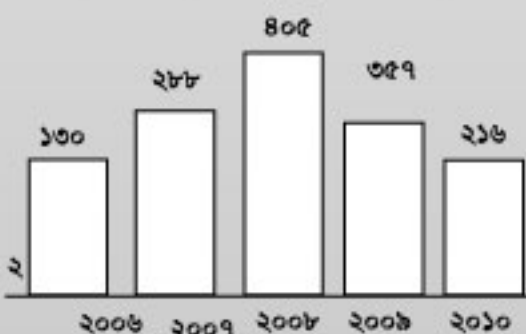


সারণী : ১

২০১০ সনের মহিলা শিশু ও পুরুষ রোগীর পরিসংখ্যান।

গত ৫ বছরের সেবাপ্রাপ্ত রোগীর তুলনামূলক চিত্র তুলে ধরা হলো।

নীচের সারণী অনুযায়ী ৫ বছরের সেবাপ্রাপ্ত রোগীর সংখ্যাচিত্র



সারণী : ২

শিশুদের ২৯ জনের মধ্যে ১৭ জন একিউট লিফবাষ্টিক লিউকিমিয়া, ৮ জন রেটিনোব্লাস্টোমা, ২ জন ব্রেন ক্যান্সার ও উলমাস টিউমার-২



সিঃ : অর সেন্টে অর বিভিন্ন রোগের ব্যাপক

মহিলা ১০৩ জনের মধ্যে সবচেয়ে বেশী ৩৩ জন এসেছিলেন জরায়ুর ক্যান্সার নিয়ে। এরপর ব্রেস্ট ক্যান্সার ৩০ জন। পুরুষদের মধ্যে সবচেয়ে বেশী রুগী এসেছিলেন লেরিংসে ক্যান্সার নিয়ে। এই রোগে মোট রুগীর সংখ্যা ২৯ জন। ১০ জন জিহ্বার, ৯ জন ফুসফুসে ক্যান্সারে, ৮ জন লিফবাষ্টিক লিউকিমিয়া, মূত্রথলির ক্যান্সার নিয়েও এসেছিল ৬ জন রুগী।

## ভায় টেস্ট

প্রাথমিক ভাবে স্তন ও জরায়ু ক্যান্সার নির্ণয়ের জন্য বিনামূল্যে মোসাব্বির ক্যান্সার কেয়ার সেন্টার, বঙ্গবন্ধু শেখ মুজিব মেডিকেল বিশ্ববিদ্যালয়ের কারিগরী সহায়তায় ভায় টেস্ট ও স্তন পরীক্ষার ব্যবস্থা করেছে। মেয়েদের ৩০ বছরের বেশী বয়স হলেই জরায়ু মুখ অবশ্যই পরীক্ষা করতে হবে। তবে ১৮ বছরের পূর্বে বিবাহিত মহিলাদের ক্ষেত্রে ২৫ বছর বয়স হলেই জরায়ু মুখ পরীক্ষা করতে হবে। বয়স্ক মহিলাদের জন্য ভায় টেস্ট অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। ১৩ মার্চ ২০১০ এর উদ্বোধন করেন বিএসএমএমইউ এর সহযোগী অধ্যাপক আশরাফুন নেছা। এ পর্যন্ত ১৪টি রুগীকে 'ভায়' টেস্ট করা হয়। এর মধ্যে ২টি CBZ পজেটিভ পাওয়া যায়। পরবর্তী চিকিৎসার জন্য তাহাদেরকে বিএসএমএমইউ প্রেরণ করা হয়।



মোসাব্বির ক্যান্সার কেয়ার সেন্টারে ভায় টেস্ট হচ্ছে। বিএসএমএমইউ এর সহযোগী অধ্যাপক আশরাফুন নেছা পর্যবেক্ষণ ও সহায়তা করছেন

## এ্যাম্বুলেন্স সুবিধা :

মোসাব্বির ক্যান্সার কেয়ার সেন্টারের আরেক বিরল সেবা মাধ্যমটি হলো এ্যাম্বুলেন্স সুবিধা। প্রতি যাত্রী ঢাকা শহরের যে কোন সরকারী ক্যান্সার কেন্দ্রে নিয়ে আসার জন্য নামমাত্র (পার্টিসিপেটরী ফি) ৫(পাঁচ) টাকা নেওয়া হয়। যা এখনকার সময় অবিশ্বাস্য। আলোচ্য বছরের (২০১০) আমাদের সেন্টারে ভর্তি হওয়া রোগীদের আনা ও নেওয়া অন্যান্য কেন্দ্রে রেডিওথেরাপি সহ বিভিন্ন চিকিৎসা সেবা কাজে প্রায় ৩২৪৪২ কিলোমিটার যাতায়াত করে।

## অন্যান্য কার্যক্রম :

- ক্যান্সার সম্পর্কে গণসচেতনতা বৃদ্ধির লক্ষে বিভিন্ন কার্যক্রম গ্রহণ করা হয় এবং যা সারা বছর ধরে চলে।
- প্রতি সপ্তাহের বৃহস্পতিবার নিজ কেন্দ্রে রোগীদেরকে স্বাস্থ্য সেবা দেওয়া হয়।



■ গ্রাজন চিক পার্সার জেবুন নেসা বিনা পরিশ্রমিকে এই কার্যক্রমে সহায়তা প্রদান করছেন। তিনি খাদ্য, রোগ প্রতিরোধক খাদ্য, প্রতিদিনের আহাৰ্য্য খাদ্য, ব্যায়াম, যোগাসন ও প্রাণায়াম, আকুশেশার বিষয়ে বিস্তারিত আলোচনা করেন। তিনি আঁপ জাতীয় খাদ্য খাওয়ার এবং চর্বিমুক্ত খাবার না খাওয়ার এবং ধূমপান না করার প্রতি চরুত্ব দেন।

■ লক্ষ, বাস স্ট্যান্ড ইত্যাদি স্থানসহ বিভিন্ন ক্যান্সার কেন্দ্রে ক্যান্সার সচেতনতা বিষয়ক লিফলেট বিলি করা হয়।

■ মোসাব্বির ক্যান্সার কেয়ার সেন্টার ও এবি ব্যাংক লিমিটেডের বৌথ উদ্যোগে 'ক্যান্সার হটাৎ জীবন বাঁচাও' এই প্রতিপাদ্য বিষয় গত ৩০ জানুয়ারী ২০১০ সকাল ৮.৩০ মিঃ জাতীয় প্রেস ক্লাব থেকে জাতীয় যাদুঘর পর্যন্ত এক র্যালীর আয়োজন করা হয়।



'ক্যান্সার হটাৎ জীবন বাঁচাও' র্যালীতে পপপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকারের তথ্য ও সংস্কৃতি বিষয়ক মাননীয় মন্ত্রী জনাব আবুল কালাম আজাদ

এই র্যালীতে গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকারের তথ্য ও সংস্কৃতি বিষয়ক মাননীয় মন্ত্রী জনাব আবুল কালাম আজাদসহ দেশের বিশিষ্ট ব্যক্তিবর্গ, বিভিন্ন পেশাজীবী গণ্যমান্যজন ও স্কুল এবং কলেজের ছাত্র-ছাত্রীরা অংশগ্রহণ করেন।



মোসাব্বির ক্যান্সার কেয়ার সেন্টার ও এবি ব্যাংক লিমিটেডের বৌথ উদ্যোগে 'ক্যান্সার হটাৎ জীবন বাঁচাও' র্যালীতে

শিক্ষা প্রতিষ্ঠানগুলির মধ্যে ভিকারুল্লাহা স্কুল ও কলেজ, বি এ এফ শাহীন কলেজ, আদমজী ক্যান্টনমেন্ট পাবলিক কলেজ, ম্যাপেল লীফ



'ক্যান্সার হটাৎ জীবন বাঁচাও' র্যালীতে বিভিন্ন স্কুল ও কলেজের ছাত্র- ছাত্রীরা

ইন্টারন্যাশনাল স্কুল, বীরশ্রেষ্ঠ নূর মোহাম্মদ রাইফেল স্কুল ও কলেজ ও বীরশ্রেষ্ঠ মুন্সী আঃ রউফ রাইফেল স্কুল কলেজের নাম উল্লেখ্য। প্রায় ৮০০-১০০০ জন ছাত্র-ছাত্রী এই র্যালীতে অংশগ্রহণ করেন।

■ ১৪ই ফেব্রুয়ারী ২০১০ গুলশান ক্যাডেট কলেজ ক্লাব প্রাক্ষেপে ক্যান্সার প্রতিরোধে গণসচেতনতা সৃষ্টির লক্ষ্যে প্রামাণ্যচিত্র ও সঙ্গীতানুষ্ঠান আয়োজন করা হয়। বাংলাদেশের বিশিষ্ট ও প্রতিভাশালী শিল্পী শাকিলা জাক্বর, রফিকুল আলম, আবিদা সুলতানা ও বাল্যামসহ অন্যান্য তারকা শিল্পীবৃন্দ সৌজন্যমূলকভাবে এই অনুষ্ঠানে অংশগ্রহণ করেন। উল্লেখ্য এইসব অনুষ্ঠান থেকে প্রাপ্য সমুদয় অর্থ ক্যান্সার আক্রান্ত দুঃস্থদের চিকিৎসায় ব্যয় করা হয়েছে।



শাকিলা জাক্বর, রফিকুল আলম, আবিদা সুলতানা ও বাল্যাম

■ ২৫শে জুন ২০১০ আনজুমান মফিদুল ইসলামের কাকরাইলস্থ অফিসে পুলিশের সাবেক কতিপয় কর্মকর্তাদের উপস্থিতিতে ক্যান্সার সংক্রান্ত মোসাব্বির ক্যান্সার কেয়ার সেন্টারের সেবার প্রামাণ্য চিত্র প্রদর্শন ও আলোচনা সভা অনুষ্ঠিত হয়।



আনজুমান মফিদুল ইসলামের কাকরাইলস্থ অফিসে ক্যান্সার প্রামাণ্য চিত্র প্রদর্শন ও আলোচনা সভা

### পরবর্তী কার্যক্রম

পেলিয়েটিভ ট্রিটমেন্ট ৪ ২০১১ থেকে মানুষের দোরপোড়ায় এই চিকিৎসা পৌছানোর ব্যবস্থা নেওয়া হচ্ছে। প্রাথমিক পর্যায়ে ঢাকা শহরে যে সমস্ত বাড়ীতে ক্যান্সার রোগী রয়েছে এবং বাড়ীতে সেবা প্রয়োজন এই সমস্ত রোগীকে পূর্ব নির্ধারিত ব্যবস্থার মাধ্যমে (By Appointment) সেবা প্রদান করা হবে। ইতিমধ্যে ডাচ বাংলা ব্যাংক একটা এডুসেল দান করেছে। ফলে আমরা একটা বড় ধাপ এগিয়ে যেতে পেরেছি। আমরা ধন্যবাদ জানাই ডাচ-বাংলা ব্যাংক এর কর্তৃপক্ষকে - দুঃস্থ অসহায় মানুষের সেবায় হাত বাড়ানোর জন্য। আমরা আশা করছি অচিরেই এই কার্যক্রম শুরু করতে পারবো।

# স্তন ক্যান্সার ও চিকিৎসা

ডাঃ রকিব উদ্দীন আহমেদ

ক্যান্সার বিশেষজ্ঞ, ঢাকা মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল

স্তন ক্যান্সার মহিলাদের ক্যান্সার রোগের মধ্যে অন্যতম। জরায়ুর মুখের ক্যান্সারের পর স্তন ক্যান্সারের অবস্থান অর্থাৎ দ্বিতীয় অবস্থান। স্তন ক্যান্সারের প্রকৃত কারণ নির্দিষ্ট করে বলা যাবে না, তবে নিম্নলিখিত ঝুঁকিসমূহ স্তন ক্যান্সারের জন্য দায়ী মনে করা হয়।

- ১) অল্প বয়সে মাসিক শুরু হওয়া
- ২) বিলম্বে প্রথম সন্তান নেওয়া
- ৩) বিলম্বে মাসিক বন্ধ হওয়া
- ৪) হরমোন replacement therapy নেওয়া
- ৫) বংশগত কারণ মা, খালাস ব্রেস্ট ক্যান্সার থাকলে মেয়ের স্তন ক্যান্সারের সম্ভাবনা বেড়ে যায়
- ৬) জিনগত পরিবর্তন (Gene mutation)

স্তনে চাকা (lump) নিয়েই সাধারণত রোগী চিকিৎসকের শরণাপন্ন হয়। শুধুমাত্র স্তনে চাকা হলেই স্তনে ক্যান্সার হয়েছে মনে করার দরকার নাই। স্তনের অনেক চাকাই সাধারণ টিউমার, বিশেষ করে অল্প বয়সী (টিনএজ) মেয়েদের। সুতরাং আতঙ্কিত না হয়ে চিকিৎসকের শরণাপন্ন হয়ে প্রয়োজনীয় পরীক্ষা করে নিশ্চিত হউন। এক্ষেত্রে FNAC বা Core Needle Biopsy করে নিশ্চিত হওয়া যেতে পারে।

এখানে একটি বিষয় উল্লেখ না করলেই নয় তা হ'ল স্তনে কোন চাকা হলেই রোগীরা মেয়েলী রোগ মনে করে গাইনোকোলজিষ্টের শরণাপন্ন হতে চান কিন্তু বাস্তবতা হলো স্তনে চাকা কোন গাইনোকোলজিক্যাল রোগ নয়। দ্রুত কোন সার্জনের সাথে যোগাযোগ করুন।

রোগের পর্যায় অনুযায়ী ব্রেস্ট ক্যান্সার রোগী বিভিন্নভাবে ডাক্তারের পরামর্শ এর জন্য উপস্থিত হয়।

- ১) সাধারণত স্তনে চাকা নিয়েই ডাক্তারের শরণাপন্ন হন।
- ২) স্তনের পাশাপাশি বগলে চাকাসহ উপস্থিত হতে পারে।
- ৩) স্তনের বোটা ভিতরের দিকে ধাকা, বোটা হতে রক্ত নির্গত হতে পারে।
- ৪) চিকিৎসা বিলম্বে শুরু হলে স্তনে ফুলকপির মতো ঘা, দুর্গন্ধ ও রক্তক্ষরণ হতে পারে।
- ৫) স্তনে রোগ হলে অন্য স্থানে চলে গেলে স্থানভেদে বিভিন্ন ভাবেই ডাক্তারের নিকট উপস্থিত হতে পারে। যেমন : ফুসফুসের জন্য কাশি, হাজিডতে ব্যাথা, মাথার জন্য তীব্র মাথা ব্যাথাসহ বমি এমনকি প্যারালাইসিসসহ আসতে পারে।

একটি কথা স্মরণ রাখতে হবে তা হল যত তাড়াতাড়ি ডাক্তারের শরণাপন্ন হওয়া যাবে তত ভালো থাকার সম্ভাবনা থাকবে।

আপনার চিকিৎসক আপনাকে প্রয়োজনীয় সব পরীক্ষা-নিরীক্ষাসহ রোগের বিস্তৃতি অনুযায়ী প্রয়োজনীয় চিকিৎসার ব্যবস্থা করবেন।

ব্রেস্ট ক্যান্সারের চিকিৎসা পদ্ধতি তিন ধরনের। এছাড়া হরমোন চিকিৎসা ও ইমুনোথেরাপি ব্যবহার করা যেতে পারে।

## ১) সার্জারী :

সার্জারী ব্রেস্ট ক্যান্সারের মূল চিকিৎসা। রোগের অবস্থান ও বিস্তৃতি (Extension) অনুযায়ী বিভিন্ন ধরনের সার্জারী করা হয়। শুধু টিউমার ফেলে দেওয়া (Lumpectomy), স্তন কেটে ফেলা (Mastectomy) ইত্যাদি। স্তনে টিউমারের পাশাপাশি বগলের লিম্ফনোডগুলো (Lymphnode) অপসারণ করা হয়। রোগী অনেক বিলম্বে শেষ অবস্থায় (advance stage) স্তনের চামড়ায় ঘা/আলছার বা রক্তক্ষরণ তীব্র ব্যাথাসহ উপস্থিত হলেও সার্জারী করা যেতে পারে। এক্ষেত্রে রোগীর 'কোয়ালিটি অফ লাইফ' অনেক বেড়ে যায় অর্থাৎ রোগের কষ্টের অনেক লাঘব হয়। ক্যান্সার সার্জারী একটি specialized সার্জারী। সার্জারী অবশ্যই একজন বিশেষজ্ঞ সার্জনের তত্ত্বাবধানে হওয়া উচিত। যত্রতত্র এ ধরনের সার্জারী করা উচিত নয়। সার্জারী করার পর মাংস পরীক্ষা অবশ্যই একটি ভালো ল্যাবরেটরীতে করা উচিত। বায়োপসি রিপোর্টের উপর পরবর্তী চিকিৎসা ও রোগের ধরণ সম্পর্কে ধারণা পাওয়া যায়। বায়োপসি রিপোর্টের সাথে হরমোন স্ট্যাটাস (ER & PR) ও HER-2 দেখা দরকার। সৌন্দর্য বৃদ্ধির জন্য চিকিৎসার পর স্তন ইমপ্রান্টও করা যায়।

## ২) কেমোথেরাপি :

সার্জারীর পর ক্যান্সার কোষ যাতে অন্য কোন স্থানে চলে না যায় সেজন্য সাধারণত: কেমোথেরাপি ব্যবহার করা হয়। কেমোথেরাপিকে অনেকে হাঁপানিতে ইনহেলারকে যেমন শেষ চিকিৎসা মনে করে তেমনি মনে করে। কিন্তু বাস্তবতা হলো কেমোথেরাপি প্রয়োগের মাধ্যমে রোগের বিস্তার রোধসহ সুস্থ থাকার সম্ভাবনা বেড়ে যায়। সাধারণত: অনেকে কেমোথেরাপিতে খুব ভীতু হয়ে পড়েন। কেমোথেরাপিতে কিছু পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া - যেমন চুল পড়ে যাওয়া, বমিভাব/বমি হওয়া, ক্ষুধামন্দা, দুর্বলতা ইত্যাদি হতে পারে, তবে চিকিৎসা প্রদান করলে এবং সঠিক উপদেশ প্রদানের মাধ্যমে এসকল সমস্যা সমাধান করা যায়। এজন্য কেমোথেরাপি অবশ্যই একজন ক্যান্সার বিশেষজ্ঞ এর তত্ত্বাবধানে করা উচিত। যদি ক্যান্সার রোগটি স্তন হতে অন্য কোন স্থানে ( যেমন ফুসফুস, লিভার, হাজিড ) চলে যায় তখন; কেমোথেরাপি এর মাধ্যমেই চিকিৎসা করা হয়। কেমোথেরাপি সাধারণত: স্যালাইন এর মাধ্যমেই শিরাই দেওয়া হয়। মুখে খাবারও কিছু কেমোথেরাপি ব্যবহার হয়।

## ৩) রেডিওথেরাপি :

রেডিওথেরাপি হল মেশিনের মাধ্যমে বিকিরণ চিকিৎসা। সাধারণত স্তন ও বগলের অপারেশনের জায়গায় রেডিওথেরাপি দেওয়া হয়। এটি একটি ব্যাথামুক্ত চিকিৎসা পদ্ধতি যার মাধ্যমে বুকের কাটা অংশে নূতনভাবে টিউমার হবার সম্ভাবনা হ্রাস পায়। রেডিওথেরাপি মেশিন ঢাকা, চট্টগ্রাম, বরিশাল, রাজশাহী, মহম্মনসিংহ, রংপুর, সিলেট ও বগুড়া মেডিকেল হাসপাতালসহ জাতীয় ক্যান্সার ইনস্টিটিউটে সরকারীভাবে চালু রয়েছে এবং স্বল্প খরচে চিকিৎসার সুযোগ রয়েছে।

বেসরকারীভাবে ডেল্টা হাসপাতাল, স্কয়ার হাসপাতাল এবং সিরাজগঞ্জের খাজা ইউনুস মেডিকেল কলেজ হাসপাতালে রেডিওথেরাপি নেবার সুযোগ রয়েছে। আজকাল কিছু প্রত্যয়ক চক্র রেডিওথেরাপির নামে 'ছ্যাক' চিকিৎসা দিয়ে রোগীদের বিভ্রান্ত করার চেষ্টা চালাচ্ছে। এসব প্রত্যয়ক চক্র হতে সাবধান থাকতে হবে।

ক্যান্সার রোগ হাভিড বা মাথায় চলে গেলে জরুরী ভিত্তিতে রেডিওথেরাপি দেওয়া হয়।

**হরমোন :**

হরমোন চিকিৎসা ER+PR স্ট্যাটাসের উপর নির্ভর করে সাধারণত ৫ বৎসর পর্যন্ত মুখে খেতে হয়।

HER-2 পজিটিভ এর ক্ষেত্রে ইমুনোথেরাপি ব্যবহার করা হয়।

চিকিৎসা শেষে রোগীকে নিয়মিত ফলো-আপ এ থাকতে হয়। আপনার ক্যান্সার বিশেষজ্ঞ চিকিৎসক প্রয়োজন অনুযায়ী বিভিন্ন পরীক্ষার মাধ্যমে রোগ সম্পর্কে ধারণা দিবেন।

স্তনের ক্যান্সার সূচনায় বা শুরুতে ধরা পড়লে উপযুক্ত চিকিৎসার মাধ্যমে সুস্থ থাকা সম্ভব। এজন্য আমাদেরকে প্রাথমিক সনাক্তকরণের (Early diagnosis) উপর জোর দিতে হবে। নিজেই নিজের স্তন পরীক্ষা করে কোন চাকা বা কোন অস্বাভাবিক মনে হলে দ্রুত চিকিৎসকের শরণাপন্ন হতে হবে। এ ব্যাপারে একটি সামাজিক আন্দোলন গড়ে তোলা আবশ্যিক।

## এমসিসিসির লক্ষ্য ও বৈশিষ্ট্য

- ক্যান্সারে আক্রান্ত রোগীদের চিকিৎসার ক্ষেত্রে সু-পরামর্শ ও সহযোগিতা প্রদান
- চিকিৎসা চলাকালীন সময়ে বিনামূল্যে আবাসন সুবিধা প্রদান।
- প্রয়োজনীয় ডায়াগনস্টিক পরীক্ষা-নিরীক্ষার ক্ষেত্রে বিশেষ সুবিধা প্রদান
- সাশ্রয়ী মূল্যে ঔষধ সংগ্রহে রোগীদের বিশেষ সহযোগিতা প্রদান।
- প্রয়োজনে রক্তপ্রদান সংক্রান্ত সার্বিক সহযোগিতা প্রদান।
- সর্বাধুনিক চিকিৎসা প্রদানের উদ্দেশ্যে বিশেষ সহযোগিতা প্রদান।
- প্রয়োজনে দেশ-বিদেশে অধিকতর উন্নত চিকিৎসার উদ্দেশ্যে যথোপযুক্ত তথ্য ও পরামর্শ প্রদান।
- ইলেকট্রনিক ও গ্রিন্ট মিডিয়ায় মাধ্যমে ক্যান্সার প্রতিরোধে দেশব্যাপী গণসচেতনতা সৃষ্টি।
- ক্যান্সারের আধুনিক চিকিৎসার ক্ষেত্রে দেশী-বিদেশী বিশেষজ্ঞদের জ্ঞান ও অভিজ্ঞতার আদান-প্রদানের উদ্দেশ্যে বৈজ্ঞানিক সম্মেলনের আয়োজন করা।
- ক্যান্সার রোগী এবং তাদের পরিবারকে সমাজের বিভিন্ন ক্ষেত্রে পুনর্বাসনে সহযোগিতা করা

- ক্যান্সার রোগীর সেবা ও পরিচালনায় স্বাস্থ্যকর্মীদের দক্ষ ও যুগোপযোগী করে তোলার জন্য প্রশিক্ষণের ব্যবস্থা করা।
- চিকিৎসা, সেবাকর্মীদের দক্ষতা ও ক্যান্সার চিকিৎসায় বিশ্বব্যাপী সাম্প্রতিক পরিস্থিতি সম্পর্কে তথ্যভিত্তক করে তোলার লক্ষ্যে প্রশিক্ষণ কর্মসূচী পরিচালনা করা।
- দেশে ও দেশের বাইরে ক্যান্সার আক্রান্ত রোগীদের মধ্যে পারস্পরিক ভাব ও অনুভূতি আদান প্রদানের ব্যবস্থা করা।
- দেশের ও দেশের বাইরের ক্যান্সার রোগীদের মধ্যে একটি সেতুবন্ধ সৃষ্টি করা।

## এমসিসিসি প্রদত্ত সেবাসমূহ

- চিকিৎসকের সার্বক্ষণিক উপস্থিতির মাধ্যমে পরামর্শ
- উপদেষ্টা সেবা
- তথ্য ও রেফারেন্স
- ক্যান্সার রোগীদের বিনা ভাড়ায় আবাসনসহ বিবিধ সুবিধা প্রদান
- ডে-কেয়ার কেমোথেরাপী



- প্রতিষ্ঠিত ডায়াগনস্টিক ল্যাবরেটরীতে রোগীদের বিভিন্ন পরীক্ষা নিরীক্ষার জন্য বিশেষ ছাড়ের সুবিধা প্রদান
- ক্যান্সার চিকিৎসায় রোগীদের সাশ্রয়ী মূল্যে ঔষধ প্রদানের ব্যবস্থা ও রক্তপ্রদানে প্রয়োজনীয় সহযোগিতা করা

## ক্যান্সার টিপস

ক্যান্সার-নির্ণয় বিষয়ক সাধারণ কিছু পরামর্শ

- খুসখুসে কাশি কিংবা ভাঙা কণ্ঠস্বর
- সহজে নিরাময় হয় না এমন ক্ষত বা প্রদাহ
- অস্বাভাবিক রক্তক্ষরণ
- পিলতে অসুবিধা বা হজমের গডগোল
- তিল বা আঁচিলের সুস্পষ্ট পরিবর্তন
- মলমূত্র ত্যাগের অভ্যাসের পরিবর্তন
- শরীরের কোন অংশে পিঁড়ের সৃষ্টি হওয়া

# “ওবিসিটি” এবং স্তন ক্যান্সার

অধ্যাপক মোঃ আব্দুল হাই  
পরিচালক  
বাংলাদেশ ক্যান্সার হসপিটাল এ্যান্ড ওয়েলফেয়ার হোম

ব্রেস্ট ক্যান্সার’ এর জন্য দায়ী যে কারণগুলো, তাদের মধ্যে অন্যতম একটা কারণ হিসাবে “ওবিসিটি” বা মুটিয়ে যাওয়া-কে গণ্য করা হয়। ব্রেস্ট ক্যান্সার চিকিৎসা এবং এ থেকে পরিমিত পাওয়ার ক্ষেত্রেও “ওবিসিটির” ভূমিকা থাকে। দেহের স্থূলতার কারণে প্রধানতঃ “হরমোন রিসেপ্টর পজিটিভ” এবং এইচ.ই.আর-২ নিগেটিভ সাব-টাইপ প্রকৃতির ব্রেস্ট ক্যান্সার সৃষ্টি হয়।

বিগত ২০১০ সালের ৯ ডিসেম্বর বার্ষিক “সান এ্যাটোনিও ব্রেস্ট ক্যান্সার সিম্পোজিয়ামে” এ্যালবার্ট আইনষ্টাইন কলেজ অব মেডিসিন-এর প্রফেসর অব মেডিসিন এ্যান্ড উওমেন হেলথ এবং নিউইয়র্ক ব্রুকস-স্থ মন্টে ফিওর মেডিকেল সেন্টারের সহযোগী চেয়ারম্যান ডঃ স্পারানো এমন কিছু তথ্য-উপাত্ত উপস্থাপন করেন যাতে দেখা যায় “হরমোন রিসেপ্টর পজিটিভ” এবং “এইচ.ই. আর-২ নিগেটিভ” সাব টাইপের ক্যান্সার আক্রান্ত স্থূলদেহী রোগীদের মধ্যে রোগের নিরন্তর প্রত্যাবর্তনের ঝুঁকি ক্রমেই বাড়ছে এবং একবার আক্রান্ত হবার সাথে সাথে রোগ বিস্তারের মাত্রা অত্যধিক এবং রোগ ছড়ানো ও মৃত্যুর সময়ের মধ্যে ব্যবধান খুব বেশী নয়।

ব্রেস্ট ক্যান্সারের মধ্যে oestrogen receptor positive এবং Her-2 negative সাবটাইপভুক্ত ক্যান্সারের অধিকায় বেশী বলে মনে করা হয়। কেননা অন্যান্য ত্রিমাত্রিক নিগেটিভ এবং Her-2 পজিটিভ শ্রেণীর চেয়ে এস্টোজেন রিসেপ্টর পজিটিভ এবং এইচ.ই.আর-২ নিগেটিভ সাব-টাইপের ব্রেস্ট ক্যান্সারের ঝুঁকিই অধিকতর।

মুটিয়ে যাওয়া মহিলাদের মধ্যে যাদের দেহে হরমোন রিসেপ্টর পজিটিভ এবং এইচ.ই.আর-২ নিগেটিভ অবস্থান করছে, তাদের ২৩ শতাংশের মধ্যে এই রোগের পুনঃপৌনিকতা ( Recurrence ) -এর প্রবণতা রয়েছে। এছাড়া স্থূলদেহী রোগীদের সাধারণ দেহের রোগীদের তুলনায় এই একই রোগে মৃত্যুর ঝুঁকি ৪৬% শতাংশ বেশি। অথচ একটু আশ্চর্যেরই ব্যাপার, দেহের স্থূলতা অন্য দুই শ্রেণীর ব্রেস্ট ক্যান্সারের ক্ষেত্রে কোনো ভূমিকা রাখেনা। এই শ্রেণী দুইটি হলো : ট্রিপল নিগেটিভ এবং এইচ.ই.আর-২ ব্রেস্ট ক্যান্সার। স্থূলতা ব্রেস্ট-ক্যান্সার বৃদ্ধির পিছনে একটি সহযোগী কারণ-যেমন অন্য একটি কারণ হচ্ছে হাইপারইনসুলিনিমিয়া ( Hyperinsulinemia )।

এই ‘হাইপারইনসুলিনিমিয়ার’ সাথে ‘ওবিসিটি’ বা মুটিয়ে যাওয়ার সম্পর্ক আছে বলে ধারণা করা হয়। আবার হাইপারইনসুলিনিমিয়ার

সাথে oestrogen receptor positive শ্রেণীর ব্রেস্ট ক্যান্সারেরও সম্পর্ক আছে। কেননা পূর্বোক্ত শ্রেণীর IGF ( ইনসুলিন ধরণের growth factor সম্পন্ন ) -এর সাথে এবং ইনসুলিন-রিসেপ্টরের সাথে সম্পর্কিত। কাজেই হাইপারইনসুলিনিমিয়া,, oestrogen receptor-নির্ভর টিউমার বৃদ্ধিতে সহায়ক। গবেষণায় দেখা গেছে ব্রেস্ট ক্যান্সার চিকিৎসাধীন মহিলাদের মধ্যে ওজন বৃদ্ধির প্রবণতা বেশী। মহিলাদের ঋতুবদ্ধকালীন সময়ে এধরণের রোগের চিকিৎসা আরও সমস্যা সংকুল হয়ে পড়ে।

প্রাপ্ত তথ্য-উপাত্ত নিবিড়ভাবে পর্যালোচনা করে দেখা যায় ‘ওবিসিটি’ ব্রেস্ট ক্যান্সার বৃদ্ধিতে সহায়তা করে। কাজেই দেহের ওজন মাত্রাধীন রাখা ব্রেস্ট ক্যান্সার চিকিৎসাকালীন পর্যায়ে একটি গুরুত্বপূর্ণ বিষয়। দেহের ওজন বৃদ্ধি এবং মেদ সংকোচনের জন্য কার্যকর পরিশ্রম অত্যন্ত সহায়ক। সাময়িক সুখাচের জন্যও দৈনিক পরিশ্রম অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ।

স্তন ক্যান্সার আক্রান্ত ২৯৮৭ জন রেজিষ্টার্ড নার্সের উপর পরিচালিত এক জরিপে দেখা গেছে :

- ১) দৈনিক ব্যায়াম ক্যান্সার থেকে রক্ষার ক্ষেত্রে সুফল এনেছে;
- ২) দৈনিক ব্যায়াম তাদের উন্নততর স্বাস্থ্য, সৌন্দর্য ও আত্মবিশ্বাসের জন্য সহায়ক হয়েছে;
- ৩) হরমোন-রিসেপ্টর পজিটিভ টিউমারবাহী মহিলাদের ক্ষেত্রে দৈনিক ব্যায়াম-এর প্রভাব ছিলো তাৎপর্যপূর্ণ।

বাংলাদেশের হরমোন-রিসেপ্টর এবং Her-2 পরীক্ষার সুযোগ সুবিধা খুবই সীমিত। হাতে গোনা কয়েকটি ল্যাবরেটরী অতি সম্প্রতি এই ধরণের পরীক্ষার কাজ শুরু করেছে। কাজেই প্রবৃদ্ধিশালী টিউমার হরমোন-রিসেপ্টর পর্যায়ে হোক বা না হোক, সকল স্তন ক্যান্সারবাহী রোগীরই উচিত :

- ক) নিয়মিত পর্যাপ্ত পরিশ্রম করা;
- খ) দৈনিক পর্যাপ্ত পরিমাণ সজি এবং ফলমূল খাওয়া এবং
- গ) ধূমপান ও এ্যালকোহল জাতীয় সামগ্রী সেবন একেবারেই পরিহার করা।

## সাহেরা বেগমের কথা

ময়মনসিংহ জেলার রামনাথপুর গ্রামে বেসরকারী মাদ্রাসার শিক্ষক আঃ কুদ্দুস খানের দিনকাল ভালই যাচ্ছিল। সেই কবে বিয়ে করেছেন মনে নেই। পাশের গ্রামের মেয়ে সাহেরা বেগমকে ছোট পুতুলের মত বৌ করে ঘরে তুলেছিলেন। এখন কালো চুল সাদা হয়ে গেছে। তার সংসারে ৫ ছেলে। এক ছেলে বিবাহিত এবং ৪ ছেলে ছোট। স্ত্রী সাহেরা বেগমের মাসিক প্রতিমাসে নিয়মিত হত। হঠাৎ করে মাসিকের সাথে দুর্গন্ধময় রক্ত ও সাদা সিরাপের মত বের হতে থাকে। ঘাবড়ে গেলেন স্ত্রী সাহেরা বেগম। পরামর্শ করলেন স্বামী আঃ কুদ্দুসের সঙ্গে। সাথে সাথে সদর হাসপাতালে নিয়ে গেলেন। সদর হাসপাতালে সাহেরা বেগমের জরায়ুতে অস্ত্রপ্রচার করা হয়। পরে bioposy এ ধরা পড়ে জরায়ুতে ক্যান্সার। ডাক্তার তাকে রেডিও থেরাপি নিতে ঢাকায় যেতে বললেন। ঢাকা মেডিকেল কলেজে ছুটে এলেন।



সাহেরা বেগম

কিন্তু এখানে কোন সিট নেই। আঃ কুদ্দুস হন্যে হয়ে ঢাকা শহরে খুঁজছেন একটা ঘর, যা অনেকটা সোনার হরিণের মত। মন খারাপ করে বসে আছেন ঢাকা মেডিকেল কলেজে অনকোলজি বিভাগের আউট ডোরে। ভাবছেন কি করা যায়। কোন দিক বিদিক খুঁজে পাচ্ছেন না। চারিদিকে শুধু অন্ধকার। ঘর পাওয়া যায়তো, আকাশচুম্বী দাম, যা তাদের মত মানুষের সাধ্যের অতীত। কোন কূলকিনারা খুঁজে পাচ্ছিলেন না, এমন সময় একজন সদাশয় ব্যক্তি তাকে জিজ্ঞাসা করলেন কি হয়েছে ভাই। সব খুলে বললে লোকটা মোসাক্বির ক্যান্সার কেয়ার সেন্টারের ঠিকানা দিল। সাথে সাথে মোবাইল করলো সেন্টারে। পরে এসে উঠলো মোসাক্বির ক্যান্সার কেয়ার সেন্টারে। এখানে থেকে এক নাগাড়ে সাত সপ্তাহ সাহেরা বেগম ঢাকা মেডিকেল কলেজে রেডিও থেরাপি নিচ্ছে। এই সেবায় এখন তার জীবনের আশা খুঁজে পাচ্ছে।

## আয়শা বেগমের কথা



আয়শা বেগম

এ দুঃখ সইবার নয়। এ কষ্ট ভোলার নয়। এ দুঃখ মানুষকে কুরে কুরে খায়। দুট্ট লোকেরা ভাবে এটা অভিশাপ। আয়শা বেগমের অনেক সাধনার পর একটা পুত্র সন্তানের জন্ম হয়। যা সবাইকে খুশির জোয়ারে ভাসিয়ে দেয়। কিন্তু সুখ বেশী দিন টিকলো না। অর্নব নামের পুত্র সন্তান রেখে পিতা বাবুল আহম্মেদ কাতার প্রবাসী হলেন। অর্নবের বয়স যখন মাত্র ১৯ মাস তখনই ধরা পড়ল মরণঘাতক ক্যান্সার লিউকেমিয়া। মা আয়শা বেগমের বুক ফাটা ও চোখ ভিজানো কান্নায় মূলিগঞ্জের দিখীর পাড়ের দালার গ্রামের সবাই ব্যাধিত। অর্নবের বাবা কাতার থেকে সাধ্যমত চেষ্টা করেন ছেলেকে কিভাবে বাঁচানো যায়। ভর্তি করা হলো শিশু হাসপাতালে। হাসপাতালে প্রায় দুই মাস থাকার পর ডাক্তার জানানেন দীর্ঘ তিন বছর চিকিৎসা করাতে হবে। ৪ দিন পর পর কেমোথেরাপি দিতে হবে। যার খরচ চালানো তাদের জন্য দুঃসাধ্য হয়ে দাড়াতে। এরই মধ্যে ৩৫ ব্যাগ রক্ত দেওয়া হয়েছে। রক্ত দেওয়ার আগে কেউ বুঝেনি অর্নব বাঁচবে। বর্তমানে অর্নবের বয়স ২ বছর তিন মাস। চিকিৎসা চলছে ৭ মাস যাবত। আরও আড়াই বছর তাকে চিকিৎসা নিতে হবে। প্রতি সপ্তাহে তাকে ঢাকায় আসতে হয় থেরাপি নিতে। সে টাকাও চেয়ে চিন্তে আনতে হয়। আপে মানুষ কিছু সাহায্য সহযোগিতা করত এখন করতে চায়না বা পারে না। ঢাকা এলে বিরাট খরচ, রক্ত পরীক্ষা, খাওয়া-খাওয়া, কেমোথেরাপি, ইনজেকশনসহ যাবতীয় খরচ চালানো- বড় কষ্টে পড়েছে আয়শা। যে কোন মূল্যে বাঁচিয়ে রাখতে চায় তার মা তার একমাত্র সন্তান অর্নবকে। আমাদের আশা কেউ না কেউ এগিয়ে আসবেন অর্নবকে বাঁচাতে, আয়শাকে সাহায্য দিতে। অনেকে প্রশ্ন করেন কত সাহায্য করবো। হাতে গুণে এটা বলা যায় না। তবে আনুমানিক মাসে ৪০/৫০ হাজার টাকা হলে আয়শা এদেশেই অর্নবকে চিকিৎসা করাতে পারেন।

### মোঃ আবুল হোসেন

আমি মোঃ আবুল হোসেন, বয়স ৫৫ বছর। শেরপুরের নালিতাবাড়ীর শিমুলতলা গ্রামে আমার বাড়ী। ময়মনসিংহে ডাক্তার আমিনুল ইসলামের নিকট চিকিৎসা ও পরীক্ষা-নিরীক্ষার পর যখন ধরা পড়ে আমার ক্যান্সার হয়েছে, তখন সত্যি মুষড়ে পড়ি। এরপর ডাক্তার সাহেব পরবর্তী চিকিৎসার জন্য ঢাকায় যেতে বলেন। ঢাকার নাম অনেক শুনেছি কিন্তু কোনদিন যাওয়া হয়নি। এই মরার কালে কিনা ঢাকায় যাওয়া। একজন জানাশুনা লোক ধরে ঢাকায় এলাম এবং ডাক্তার আমিনুল ইসলামের নির্দেশ মোতাবেক **মোসাব্বির ক্যান্সার কেয়ার সেন্টারে** এসে উঠলাম। তাদের সহায়তা না পেলে কোন মতেই আমার চিকিৎসা চালানো সম্ভব হতো না। আমি গত এক মাস ধরে এখানে আছি এবং ঢাকা মেডিকলে গিয়ে শেক দিচ্ছি।

### মনসুর মোস্তা

আমি মনসুর মোস্তা, বয়স ৫৮ বছর, যশোর জেলার মনিরামপুর উপজেলার জয়পুর গ্রামের বাসিন্দা। কৃষিকাজ করে খাই। টনসিলের রোগ নিয়ে নোয়াপাড়ার একটা ক্লিনিকে চিকিৎসা করি। তারা আমার টনসিল অপারেশন করে এবং মাংস পরীক্ষার জন্য খুলনায় প্রেরণ করে। সেখান থেকে ভুল রিপোর্ট করায় আমার মুখের রোগ ক্রমশঃ বৃদ্ধি প্রাপ্ত হয়। পরে এ বছর আগষ্ট মাসে পিজি হাসপাতালে পরীক্ষা-নিরীক্ষা করে ধরা পড়ে আমার মুখে ক্যান্সার হয়েছে। পিজি হাসপাতাল থেকে আমাকে ৪টি কেমোথেরাপি দেওয়ার পর ঢাকা মেডিকেল থেকে ৩৩টি রেডিওথেরাপি দেওয়ার জন্য প্রেরণ করা হয়। আমি চাষা মানুষ, একে কোনদিন ঢাকায় আসিনি, আমার কোন আত্মীয় স্বজন নেই যে তার বাড়ীতে থেকে চিকিৎসা করবে। সরোয়ার স্যারকে (পিজি হাসপাতালের ডাক্তার) বলি আমাকে ঢাকা মেডিকলে একটা সিটের ব্যবস্থা করে দিতে। তিনি বলেন 'ওটা হবে না' তবে তুমি **মোসাব্বির ক্যান্সার কেয়ার সেন্টারে** যাও। সাথে সাথে ছুটে এলাম সেন্টারে। এখানে এসে সত্যি প্রাণ খুঁজে পেলাম। এ পর্যন্ত আমার ১০টি রেডিওথেরাপি পেয়েছি, আরো ২৩টি রেডিওথেরাপি নিতে হবে। তাও এখান থেকে।

### মোঃ কামাল হোসেন

জুনিয়র অফিসার, সোনালী ব্যাংক লিমিটেড  
নারিকেলবাড়ীয়া শাখা, কিনাইদহ

আমি মোঃ কামাল হোসেন গত ১৬.২.২০১০ তারিখে "কয়ার হসপিটাল" ঢাকাতে ব্রেন টিউমার অপারেশন করাই। ডাক্তারদের অভিমত পরবর্তী চিকিৎসা "রেডিওথেরাপি"। সংশ্লিষ্ট ডাক্তার বলেন ২৭টি থেরাপি দিতে হবে। অনেক টাকার বিনিময়ে ব্রেন টিউমার অপারেশন এর পর রেডিওথেরাপি দিতে হবে ২৭টি, এখানেও অনেক টাকা খরচের ব্যাপার। এরপর রাজধানীর মত জায়গায় থাকার ব্যবস্থা কি করে করি। স্বল্প আয়ের মানুষ হাতের সম্বল পূর্ব চিকিৎসা নিতে শেষ। এখন হতাশ আর নিরুপায়, আশার আলো যেন নিভু নিভু ভাব। এমন সময় ঠিকানা পেলাম **মোসাব্বির ক্যান্সার কেয়ার সেন্টারের**। যথারীতি চলে আসলাম এখানে, লেকের পাড়ে প্রতিষ্ঠিত এক সুমহান মহতি মানুষ লাখ লাখ মানুষের মধ্যে যিনি একমাত্র ফলস্বরূপ মানুষ। যার হৃদয়ে পরম করুণাময় আল্লাহতালার মানব সেবা, মানব কল্যাণের কাজ করার মত মানুষিকতা দিয়েছেন। আমি মনে করি নিশ্চয় তিনি ভাগ্যবান যে, এ বিষয়ে আল্লাহর করুণা তাঁর উপর বর্ষিত হয়েছে। আমি দোয়া করি জনাব **শেঃ কর্ণেল মোদাসিসর হোসেন খান** এর জন্য এবং তার পরিবার পরিজনদের জন্য আল্লাহ যেন ইহকাল এবং পরকালে যেন শান্তি দান করেন। তিনি প্রতিষ্ঠা করেছেন এই এমসিসিসি। অসহায় অসচ্ছল এবং ঢাকাতে থেকে সুচিকিৎসা নেওয়ার মত সামর্থ্য যাদের নেই তারা এখানে থেকে সুন্দরভাবে এবং প্রশান্তিতে চিকিৎসা নিতে পারে। যথা নিয়মে রেজিস্ট্রেশন করে অবস্থান নিলাম এখানে এবং ঢাকা মেডিকেল কলেজ হাসপাতালে চিকিৎসা নিলাম।

মোসাব্বির ক্যান্সার কেয়ার সেন্টার সত্যিই যেন প্রশান্তি। এখানে যারা ব্যবস্থাপনায় আছেন, বিশেষ করে ডাক্তার, নার্স, ড্রাইভার, সর্বপরি ২ খালা সবাই খুবই ভাল। যাদের সুষ্ঠু ব্যবস্থাপনায় সুন্দরভাবে চলছে এই এমসিসিসি। যদিও উপর পর্যায়ের রয়েছে দক্ষ ও অভিজ্ঞ পরিচালকমন্ডলী। সবকিছু মিলে আমার কাছে খুবই ভাল লেগেছে। এত বড় মহতি প্রতিষ্ঠানের সমালোচনা করা মূর্খতা ছাড়া কিছুই নয়। তথাপি প্রতিষ্ঠানটি আরও সুন্দর হওয়ার জন্য ২/১টা উক্তি : (১) রান্না করার জন্য বর্তমানের পরিষ্কৃতিতে আরও ২টি চুলার একান্ত প্রয়োজন (২) পুরুষ ওয়ার্ডে কাপড় রাখার ব্যবস্থা রাখলে ভাল হয়। (৩) দুরারোগ্য ব্যাধিতে আক্রান্ত রোগীদের নামাজ পড়ার জন্য নির্দিষ্ট জায়গা এবং কিছু ধর্মীয় পুস্তক রাখা প্রয়োজন। (৪) সপ্তাহে অন্তত ১দিন সব রোগীকে নিয়ে বসা এবং তাদের শারীরিক বিষয়াদী নিয়ে আলোচনা এবং হতাশ বিষয়ে উৎসাহ প্রদানের ব্যবস্থা করলে ভাল হয়। পাশাপাশি কর্তৃপক্ষের সামর্থ্য অনুযায়ী ভাল ভাল জায়গা পরিদর্শনের ব্যবস্থা করলে ভাল হয়। আমি বলতে চাই প্রতিটি রোগী যেন সকল বিষয়ে মৃত্যুর পূর্ব মুহূর্ত পর্যন্ত প্রশান্তিতে এসে জীবনের প্রশান্তি নিয়ে যেতে পারে।

আমি বুঝি মানুষের কল্যাণে মানুষ কাজ করতে চাইলে ২টি জিনিসের প্রয়োজন। ১টি মন, ২টি অর্থ। প্রতিষ্ঠাতার মহতি মানুষের মন আছে। কিন্তু প্রশান্তির পরিপূর্ণ রূপ দিতে অনেক অর্থের প্রয়োজন। তাই সকলের তরে মিনতি জানাই যাদের অর্থ আছে তারা যেন মানুষের কল্যাণে এমসিসিসিতে অর্থদান করেন। তাহলে রোগীদের সাথে সর্বশ্রেষ্ঠ সেবা প্রদানকারী কর্মকর্তা-কর্মচারী আর্থিক সচ্ছলতা নিয়ে আরও সুন্দরভাবে কাজ করতে পারবে। সর্বপরি যে উদ্দেশ্য নিয়ে এই মহতি মানুষটি এমসিসিসি প্রতিষ্ঠা করেছেন তার পরিপূর্ণ রূপ বাস্তবায়ন করতে পারবে। আমি দোয়া করি **শেঃ কর্ণেল মোদাসিসর হোসেন খান** যেন দীর্ঘজীবী হন এবং আল্লাহ যেন তাকে সুখাছের অধিকারী করেন এবং তার সন্তান যিনি ইতিমধ্যেই আল্লাহর কাছে চলে গেছেন তিনি যেন বেহেশতবাসী হন।

## এই মূল্যে যা প্রয়োজন

1. এককালীন বা নিয়মিত মানিক ভিত্তিতে প্রতিষ্ঠানের রক্ষণাবেক্ষণের জন্য সময়ে সময়ে আর্থিক সহযোগিতা
2. চিকিৎসা সরঞ্জামাদি ( ক্রিনিক্যাল ও ডায়াগনোস্টিক )
3. ঔষধপত্র ( ক্যান্সারের ঔষধ, কেমিক্যালস এবং ডায়াগনোস্টিক পরীক্ষা-নীরিক্ষার জন্য ব্যবহৃত রাসায়নিক উপাদানসমূহ )
4. ক্যান্সার চিকিৎসা বিষয়ক বই, সামগ্রিকী, লিফলেট, গবেষণাপত্র এবং অন্যান্য রোগ উপশমকারী উপাদান
5. ডাক্তার, নার্স, সমাজসেবা-কর্মী এবং স্বাস্থ্যসেবীকে পরামর্শ, ডায়াগনোসিস, চিকিৎসা এবং উপশমকারী ব্যবস্থা সম্পর্কে প্রয়োজনীয় প্রশিক্ষণ প্রদান।
6. যানবাহন
7. জমি/বাড়ী, হাসপাতালের জন্য
8. পৃথক ভাবে রোগীকে সহায়তা প্রদান

**বিঃ দ্র :** আপনাকে অনুরোধ করা যাচ্ছে সমস্ত ও সুযোগ মত কেন্দ্র পরিদর্শন করে অথবা আমাদের ওয়েব সাইট ([www.mcccdbd.org](http://www.mcccdbd.org)) থেকে কেন্দ্রটি সম্পর্কে বিধদভাবে জানতে পারবেন।

## ভবিষ্যত কর্মপন্থা

- সেন্টারের নিজস্ব একটি অপারেশন থিয়েটার স্থাপন
- নিজস্ব রেডিয়েশন থেরাপি ইউনিট স্থাপন
- একটি অত্যাধুনিক ডায়াগনোস্টিক সেন্টার স্থাপন যেখানে রোগের ধরণ, শনাক্তকরণ এবং রোগ পর্যবেক্ষণের সুযোগ থাকবে।
- ক্যান্সার চিকিৎসার পাশাপাশি একটি পূর্ণাঙ্গ প্যাথিওলজি কেয়ার ইউনিট স্থাপন করা।
- পর্যায়ক্রমে আগামী ৩-৪ বছরের মধ্যে একটি পূর্ণাঙ্গ ও স্বয়ংসম্পূর্ণ ক্যান্সার হাসপাতাল প্রতিষ্ঠা করা।

## কিভাবে সাহায্য করবেন

- নগদ অর্থ
  - চেক
- এছাড়াও অন্য যেকোন ধরণের সহযোগিতা প্রদানের জন্য মোসাব্বির ক্যান্সার কেয়ার সেন্টার, বাংলাদেশ-এর নামে অথবা নিচের ঠিকানায় অনুগ্রহপূর্বক যোগাযোগ করুন।

### বাংলাদেশ

#### মোসাব্বির ক্যান্সার কেয়ার সেন্টার

পলি নং # ৩৭/১, গেজ # ০  
হুমমতি অর্ডা, ঢাকা-১২০৫

### দামেদিকা

৪০৪২ হিল প্যালেস ড্রাইভ  
দামেদিকা, টাঙ্গাইল-৩৭১০৫  
ফোন ৯১৪-৩৫২-৪০০৯

### চুকন্যা

৪৪, রেড মিড রেড  
হেইল, মিডল সেক্স  
ইউ বি ও ৪৫ এর  
চুকন্যা



## মোসাব্বির ক্যান্সার কেয়ার সেন্টার

ক্যান্সার রোগীদের সেবায় আত্মনিবেদিত একটি অলাভজনক প্রতিষ্ঠান