



ACTION NEWSLETTER



World Cancer Day with RJ Naved Page No. 1

Media Coverage Page No. 3

World Cancer Day celebrated with Radio Mirchi

Action Cancer Hospital
World-class Care

RADIO MIRCHI
Interview

Guest: Raj Kumar Gupta
(President Action Group of Hospitals)

Host: RJ Naved

Listen to us on the occasion of World Cancer Day

@actioncancerhospitaldelhi actioncancerhospitaldelhi



4th Feb, On the occasion of World Cancer Day, Action Cancer Hospital kick-started the event by launching a Happy Pill drive in association with famous and leading Radio Mirchi 98.3 FM. The program was hosted by renowned RJ Naved and followed by RJ Sayema. The aim of the campaign was to create awareness and salute the enthusiasm of our cancer survivors, cherish them with funny moments and apprise their survival stories to the Dehmites, so that they can be seen as the flagbearers of defeating the cancer against all odds.

Entire faculty of Action Cancer Hospital i.e Dr Rajesh Jain, Dr J B Sharma, Dr Samit Purohit, Dr Sushant Mittal, Dr Kumardeep Dutta Choudhary, Dr Gaurav Dixit, Dr Arun Danewa, Dr Shruti Bhatia, Dr Atul Goswami, Dr Sameer Khanna, Dr Nikhil Gupta, Dr Harpreet Singh, Dr Manish Pandey participated with their golden tips to defeat this diseases, which was broadcasted from 29th Jan to 4th Feb.

On 4th Feb, World Cancer Day RJ Naved interviewed Sh. Raj Kumar Gupta, President, Action Group of Hospitals. He has also shared the awareness tips and cancer survivors interview on his Instagram, which was been liked by millions of his follower and been tagged to action cancer hospital, similarly been shared by RJ Sayema on her Instagram. Not only on the radio, but the happy pill campaign was also performed at the premises of action cancer hospital too. In this, the cancer patients enthusiastically shared their pictures by taking a selfie in the cutout frame of a pill, subsequently these patients were honoured with a surprise gift as a token of respect on behalf of the entire action family.



BIRTHDAYS in MARCH



01-Mar Dr. Rajesh Mussani

02-Mar Dr. Ramdeo Yadave

03-Mar Dr. Babita Bansal

06-Mar Dr. Sandeep Gupta

10-Mar Dr. Manish Bummerkar

12-Mar Dr. Govind Singh Bisht

15-Mar Dr. Sunny Jandyal

16-Mar Dr. Rakesh Chugh

20-Mar Dr. Anjali Sharma

23-Mar Dr. Monika Singh

27-Mar Dr. Kiran Raman Goyal

31-Mar Dr. Navdeep Hooda

Family members of Sri Balaji Action Medical Institute & Action Cancer Hospital wishes each one of you a very Happy Birthday

www.actionhospital.com
www.actioncancerhospital.com

Word of Wisdom: One Day or Day One... You Decide. (By Rohit Sharma)





Doctor Live

Topic: **Knee Arthritis and its Management**

SATURDAY
Feb 06 2021
TIME : 12:30 PM

Join Us Live On Facebook
SBAMI.Delhi



Dr Aman Dua
Sr Consultant- Department of Joint Replacement



Doctor Live

Topic: **Thyroid Nodules - Medical & Surgical aspects Know from Expert.**

WEDNESDAY
Feb 17 2021
TIME : 11:30 AM

Join Us Live On Facebook
SBAMI.Delhi



Dr Saket Kant
Senior Consultant, Endocrinology



Dr Vivek Aggarwal
Senior Endocrine Surgeon

launched a series of live interviews on hospital's Facebook page through Zoom, where we featured our medical specialists and ask questions given by viewers. This month in our Facebook live series named Doctor Live, on 06th, 17th february respectively. Fb live in the month February was with Dr Aman Dua - Department of joint replacement, had shared his views, on the topics Knee Arthritis and its management on 06th february, 12:30pm. Subsequently in the next Facebook live held on 17th February at 11:30 pm, Dr Saket kant, Sr. Consultant Endocrinology & Dr. Vivek Aggarwal Sr. Consultant, Endocrine Surgery shared their opinion on very common problem, Thyroid Nodules- Medical and Surgical aspects, know form expert. Many queries were received on this topic during interview and approximately 6000 viewers have seen the live till now.



DIGITAL HEALTHCARE SHOW World Cancer Month



Dr. Manish Pandey
MBBS, MD, DNB
Sr. Consultant, Radiation-Oncology

How to beat cancer? Know from the expert

9th Feb 2021 | Tuesday | 12 PM Onwards

On the occasion of World Cancer Day, Action Cancer Hospital, in association with Horlicks, organized a live session with Dr. Manish Pandey- Sr. Consultant, Radiation Oncology. In this live session, his prime focus was on the causes, symptoms and treatment of the cancer.

Dr. Pandey has also spoken about various types of cancer with the audience including senior office bearers of the Horlicks, Sonipat Plant. In his talk he mentioned about the role of hereditary in the cause of cancer. He highlighted the role of chemicals, how in our daily life can effect the human body. He also made the audience aware about the symptoms of different types of cancers and their warning signs. The session followed by a questionnaire round, where more than 100 attendees participated in the

webinar and raised their queries related to cancer.

The session concluded with five important messages:

- Don't ignore sudden weight loss.
- Don't ignore irregular bleeding
- Don't ignore changes in mole
- Don't ignore any lump formation
- Don't ignore change in voice pattern

Health - Prime concern of every individual and Society and in the current Pandemic it has been a challenge to the entire nation. In Spite of the adversity and tough times, our Healthcare Fraternity have been withstood with determination to not only treat patients but educate them in a way, so they can at least understand, in time of emergency how they have to handle and bring to hospital or speak to doctor. We, at Action Group of Hospitals have

Times Event



Feb 12 : Session on Cancer Awareness Month, Action Cancer Hospital has organised a Health talk with women welfare NGO Aas Ek Prayas, where Dr J B Sharma has given a talk on Cancer Awareness at fiery grills- Pittampura, in the presence of more than 60 women.



Feb 16 : 178 employees were registered and examined. Social Awareness Activity, we held our First Post Covid Free General Health Checkup Camp which was also is the first of the series of three camps for MCD employees at MCD Primary School, D Block, Saraswati Vihar.



Feb 17 : 205 employees were registered and examined. Social Awareness Activity, we held our Free General Health Checkup Camp for MCD employees, which is second of the three camps for them at MCD Community hall, opp. M2K Mall, Ranibagh



Feb 18 : Social Awareness Activity, we held our Free General Health Checkup Camp for MCD employees, which was the third of the three camps of series for them at MCD Community hall, Jwalaheri Market

All consultants are requested to kindly update Medical Director about the advanced and complicated surgeries performed so that same can be provided to PR Agency for publicity



Media Coverages

ब्रेस्ट कैंसर बढ़ने की वजह बन रही आपकी शर्म

नैशनल कैंसर रजिस्ट्री प्रोग्राम रिपोर्ट 2020 के अनुसार, देश में कैंसर के 13.9 लाख मामले हैं। इस रिपोर्ट में ये भी बताया गया था कि पुरुषों के मुकाबले महिलाएं ज्यादा कैंसर से प्रभावित रही हैं और ब्रेस्ट कैंसर के मामले तेजी से बढ़ रहे हैं। हमने डॉक्टर से जाना क्या है इस स्थिति की वजह:

Gaurav.Khare@timesgroup.com

एक रिपोर्ट में अनुमान लगाया गया है कि 2025 तक ब्रेस्ट कैंसर के मामले करीब 2.4 लाख तक हो सकते हैं। ऐसे में इस बात को समझना बेहद जरूरी है कि मामले इतनी तेजी क्यों बढ़ रहे हैं।

शर्म ने बढ़ाई है मुश्किलें

हमारे समाज में महिलाएं अपने शरीर से जुड़ी समस्या पर खुलकर बात रखने से हिदायती रही हैं। ऐसे में उनकी शर्म ब्रेस्ट कैंसर होने की एक बड़ी वजह मानी जा रही है। इस बात में नारायणा अस्पताल एवं धर्मशिला नारायणा अस्पताल में सीनियर कंसल्टेंट डॉ. रमेश शर्मा बताते हैं, 'वैश्व, बहुत सी महिलाओं में शर्म के कारण सही समय पर डॉक्टर से संपर्क न करना जोखिम को बढ़ा देता है। हालांकि यह समस्या शिक्षित तबके में कम देखने को मिलती है, लेकिन समाज के बहुत से तबकों में आज भी शर्म का अपने शारीरिक समस्याओं के प्रति मुखर नहीं होने दिया जाता।

मेल डॉक्टर से रहती हैं असहज

जैसा कि डॉक्टर बताते हैं कि समाज के एक बड़े तबके में महिलाओं को ब्रेस्ट से जुड़ी समस्याएं निजी लगती हैं। लेकिन ये भी जरूरी नहीं है कि आप जिन अस्पतालों में जाएं वहां महिला के लिए महिला ही डॉक्टर हों। ऐसे में इस समस्या को लेकर महिलाएं एंजल डॉक्टर से पास जाने से कतराते हैं। इंद्रप्रस्थ अपोलो हॉस्पिटल में सीनियर कंसल्टेंट (सर्जिकल



डॉ. रमेश शर्मा
सीनियर कंसल्टेंट



डॉ. राजेश जैन
सीनियर कंसल्टेंट

विश्व कैंसर दिवस
4 फरवरी 2021

अनकोलाजी) डॉ. रमेश शर्मा बताते हैं, 'ज्यादातर महिलाएं अपने गायनाक्रोलॉजिकल एवं स्तनों के मामलों के बारे में मेल डॉक्टर के वजाए फीमेल डॉक्टर के साथ बात करने में सहज महसूस करती हैं। इस वजह से भी ब्रेस्ट कैंसर के इलाज में देरी हो जाती है। इसके अलावा वे स्तनों की समस्याओं के बारे में किसी से बात नहीं करना चाहती, क्योंकि वह इसे अपना अंतरंग मामला मानती हैं।' वकील डॉ. गुंजाल, 'सेल्फ एजायनेशन के तरीकों की जानकारी का अभाव भी समस्या बढ़ा देता है। लेकिन जब बात वैमारी की हो तो महिलाओं को अपने इलाज पर ध्यान देना चाहिए, चाहे फिर डॉक्टर मेल ही या फीमेल।

ब्रेस्ट कैंसर की घर में ऐसे करें जांच

एक्शन कैंसर अस्पताल (ब्रेस्ट एंड थोरेसिक ऑन्को सर्जरी यूनिट) में ब्रेस्ट एंड थोरेसिक ऑन्को सर्जरी यूनिट, डॉ. राजेश जैन बताते हैं कि कैसे महिलाएं खुद महसूस करती हैं कि वह ब्रेस्ट कैंसर से पीड़ित हैं या नहीं?

■ स्टेप 1: सबसे पहले आइने के सामने बिना टॉप के खड़े हो जाएं ताकि ब्रेस्ट का पूरा पैरि तरह से आप देख सकें और जांच कर सकें।

■ स्टेप 2: दाएं हाथ की हथेली व उंगलियों को सौंध

ब्रेस्ट को एक सीध में हल्का दब कर महसूस करें।

■ स्टेप 3: अब तल्लक वड़ल उंगलियों से गाँठ को महसूस करते हुए हाथ को घुमाते जाएं। पहले 12 बजे की दिशा में उंगलियों से गाँठ महसूस करने की कोशिश करें फिर पूरा गाँठ बनते हुए बाएँ 12 बजे की दिशा में जाएं।

■ स्टेप 4: ठीक यही प्रक्रिया बाएँ हाथ से दाईं ब्रेस्ट पर दोहराएं। दरअसल बिपरीत दिशा के हाथ से यह प्रक्रिया इसलिए भी की जाती है ताकि हाथ सौंध रखने में आसानी हो और सही से जांच सुनिश्चित की जा सके। यदि कोई गाँठ महसूस हो तो तुरंत डॉक्टर से संपर्क करें।

■ स्टेप 5: इसके बाद निम्न पर नजर डालें कि वह टेबल या और की तरफ न हों, समान्य आकार का हो।

■ स्टेप 6: बाईं भुजा ऊपर करके दाएँ हाथ से उसके बाल में हाथ से जांच करें यदि गाँठ महसूस हो तो संपर्क हो जाएं। फिर ठीक यही प्रक्रिया बाएँ हाथ से दाईं भुजा की बाल में दोहराएं। पूरी प्रक्रिया में सौंधी उंगलियों से ही जांच करें।

उपरोक्त के अलावा यदि ब्रेस्ट में असमान्य दृढ़, निम्न से ब्रेस्ट दृढ़ के अतिरिक्त किसी प्रकार का असमान्य स्वाद, बड़ी गाँठ आदि जैसे दिखाई देने वाले लक्षण हों तो बिल्कुल नजरअंदाज न करें और तुरंत डॉक्टर से संपर्क करें।

दैनिक भास्कर, गुवा, 03/02/2021

आपके परिवार की
समस्या

मधुरिमा

• आलोक • प्रभा कौशिक, कैंसर केयर समाज सेविका, एक्शन कैंसर अस्पताल

कोई शक नहीं कि कैंसर एक गंभीर रोग है। इसका नाम सुनते ही व्यक्ति तनाव में आ जाता है। इलाज की प्रक्रिया के दौरान घरेलू और आत्मविश्वास खोने लगता है। ऐसे में इलाज के साथ उनकी शारीरिक और मानसिक संबल देना परिजनों और मित्रों का दायित्व है।

जो कैंसर के सामने खड़े हैं उनका सहारा बनें

कैंसर का इलाज संभव है, और इसके इलाज के आधुनिक तरीके विकसित हो रहे हैं। पर ये रोग इतना गंभीर है कि इसके घरेलू अक्सर घर में खोने लगते हैं, और पीछा से जुड़ते-जुड़ते उनकी अस्थिरता भी अंधकाय में नष्ट होने लगती है। कैंसर के इलाज के दौरान बाल झड़ना, कुछ विशेष शारीरिक बदलाव आना, खाने पीने में असहजता होना, ओं की खी देना या खोने का डर अतिरिक्त रूप से मनोबल तोड़ने लगता है। ऐसे में कैंसर से जुड़े घरेलू को इस डर से निभाने जिम्मेदारी उनके परिवार और दोस्तों की है। उनका कैसे मनोबल बढ़ाना है और सामान्य जीवन व्यतीत करना आसान करना है, ये उनके प्रति हमारे व्यवहार पर निर्भर करता है। ऐसे में किन बातों का ध्यान रखना है और होसना देना है...

• बीमारी को स्वीकार करें

कैंसर होने की खबर से मरीज को मानसिक रूप से जटिल देती है। शुरूआती दौर में अक्सर इसे स्वीकार करने में मरीजों को बहुत परेशान करने से गुजरना पड़ता है। कैंसर से संबंधित अंधविश्वास, अतिरिक्त पीछा का डर, शरीर की किसी अंग के खोने या उसके स्वभाव के बदल जाने या जान का जोखिम आदि जैसे कारक हो सकते हैं, जो परेशान करते हैं। डॉक्टर कैंसर होने का तयब मरीज को ठीक होने की उम्मीद से दूर ले जाते हैं, ऐसे में सबसे पहले यह मरीज को यह स्वीकार करने में मदद की जाए कि वे कैंसर से जुड़े रहे हैं, जिसका इलाज पूरी तरह से संभव है। और उसे इलाज के लिए तैयार होना है, जो उनके ठीक होने के लिए जरूरी है। उन लोगों की जीवनी पढ़ने को वे जिन्होंने कैंसर को हराया है। उनके अनुभवों की जड़ों में, ये रोग का समाज आसना हो जाएगा।

• संवाद से दुखी नहीं करें

संवाद केवल मौखिक नहीं होते, मरीज के परिवार की बाँधी लैंग्वेज, चेहरे के भाव, काम करने के तरीके आदि भी बहुत कुछ संवाद करते हैं। यदि मरीज अपने इलाज के कारण कोई विशेष काम नहीं कर सकता या कोई खेद नहीं खेद सकता तो उसके सामने अति उत्साही होकर वही काम करना मरीज का मनोबल गिराव दे। इसके बिपरीत रोगी के सामने ऐसा व्यवहार करें जिसमें रोगी सहमत हो और संच रहता हो। केवल मौखिक संवाद ना दें। यदि मरीज इलाज के चलते सामान्य भोजन खा

सकने में सक्षम नहीं है और किसी प्रकार के तरल या भोजन पर है तो उनके सामने सामान्य भोजन न करें। साथ ही उनके भोजन के समय उनका साथ दें और थोड़ा बहुत उनके साथ उनके खाने वाले भोजन में से जिसको सामान्य रूप से भी खाया जा सकता है, खा लें या जूस, चाय आदि लेकर बैठें। ये छोटे-छोटे व्यवहार आत्मविश्वास कायम करने में सक्षम होते हैं।

• उम्र के अनुसार समझाएं

रोगी की उम्र के अनुसार उनके इलाज और शारीरिक बदलाव के लिए तैयार करें। यदि रोगी एक बच्चा है तो उसके मित्रों को समझा कर उसके साथ मेल-जोल करवाएं। कोई भी ऐसा विचार ना व्यक्त होने दें कि वह ठीक नहीं हो सकता। यदि रोगी बुजुर्ग है तो किसी अनुभवी व्यक्ति से सहयोग लें। यदि युवा है तो उसके जुबक मित्रों को समझा कर उसके साथ उसके अधिक से अधिक सामान्य महसूस करवाने की कोशिश करें। खुलना महीन बनकर रहें।

• बातों से निराश नहीं करें

बाल झड़ने और इलाज के दौरान शारीरिक बदलावों के अलावा ओं की खी देने का डर या खी देने कि स्थिति में रोगी के सामने उनको उनके शारीरिक बदलाव के साथ स्वीकार करें। उनसे उनके इस बदलाव से डरना बोलें, उनको बदलाव के साथ सहज महसूस करवाएं, ताकि वह खुद को सहज भाव से स्वीकार कर सकें। जैसे यदि किसी रोगी विशेष अंग नहीं है तो उनसे उस विषय में बात ना करें बल्कि उससे हटकर बातें करें ताकि मरीज को लगे कि उनके इस शारीरिक बदलाव के कारण आपके व्यवहार में कोई परिवर्तन आया ही नहीं।

• मिलने से पहले अनुमति लें

इलाज के बाद मरीज के साथ सामान्य व्यवहार करें। इलाज के बाद जब आप मरीज से मिलने जाएं, तो उनके परिवार से पहले अनुमति लें। बातों की जाने की वजह से मरीज अहसास महसूस करें और मिलना नहीं चाहे, तो ऐसे में उनकी अनुमति जरूरी है। अगर मिल रहे हैं, तो उनसे उनके अनुभव नहीं पूछें। अगर वे खुद इस पर बात करना चाहते हैं, तो उन्हें मुक्ति दें। अपनी ओर से सवाल या किसी और मरीज के अनुभव उनके सामने नहीं रखें। उनसे ऐसे मिले जैसे कि हमेशा से मिलते आए हैं।



उन्हें उन लोगों की जीवनी पढ़ने को दें जिन्होंने कैंसर को हराया है। उनके अनुभवों की जानेंगे, तो रोग का सामना आसान हो जाएगा...

वर्ल्ड कैंसर डे
4 फरवरी

Appearance in Navbharat Times by Dr. Rajesh Jain, Sr. Consultant, Head & Neck, Breast & Thoracic Onco surgery Unit

Appearance in Dainik Bhaskar Newspaper by Prabha Kaushik, Social Worker

बीते कई दशकों से कैंसर सबसे खतरनाक रोगों में शामिल है। लेकिन पिछले एक साल से कोरोना महामारी ने कैंसर पेशेंट्स की मुश्किलें और बढ़ा दी हैं। इस दौरान कई तरह के भय और भावितियां भी फैली हैं। ऐसे में बगैर डरे, पूरी अलर्टनेस के साथ डॉक्टर के निर्देशों का पालन करें।

डॉक्टर एडवाइस

कोविड महामारी के दौर में जहां इसके संक्रमण का डर अभी भी बरकरार है, वहीं कैंसर के मरीजों का इलाज भी बहुत से तरीकों पर बाधित हुआ है। यहां ध्यान देना होगा कि कोविड हमारे सामने एक बड़ी चुनौती के रूप में तो है ही, जिससे निपटना जरूरी है, लेकिन कैंसर उससे पहले से हमारे देश में चिंताजनक आंकड़े पेश करता रहा है। ऐसे में कोविड संक्रमण के आगमन के बाद चुनौतियां निश्चित रूप से बढ़ी हैं। ऐसे में अवेयर रहना जरूरी है।

कंसल्ट करके कराएं ट्रीटमेंट

कोविड के दौर में कैंसर के मरीजों को संक्रमण के संदर्भ में एक्शन कैंसर अस्पताल, दिल्ली के एचओडी-सीनियर कंसल्टेंट, मेडिकल ऑन्कोलॉजी, डॉक्टर जे. बी. शर्मा बताते हैं- हालांकि कोविड संक्रमण का जोखिम एक सामान्य व्यक्ति और कैंसर पीड़ित व्यक्ति में लगभग समान ही होता है लेकिन संक्रमण की चपेट में आने के बाद उसके गंभीर होने का जोखिम कैंसर के मरीज में अधिक होता है। इसलिए पहले तो कैंसर के मरीजों को कोविड के संक्रमण से बचने का हर संभव प्रयास करना चाहिए। साथ ही जहां तक कोविड वैक्सीन की बात है तो जिनकी कीमोथेरेपी चल रही है, उन्हें कीमो पूरी होने तक वैक्सीन लगाने का इंतजार करना चाहिए और संबंधित डॉक्टर की सलाह पर कोविड वैक्सीन लगवानी चाहिए। जहां तक कैंसर इलाज के क्षेत्र में आई आधुनिकता का सवाल है तो



इम्यूनोथेरेपी सबसे अधिक चर्चा में है। साधारण भाषा में कहें तो इम्यूनोथेरेपी, कैंसर मरीज में उसकी इम्युनिटी सिस्टम के साथ मिलकर काम करती है। दरअसल, यह कैंसर के मरीज में 'टी सेल्स' को स्टीमुलेट करती है, जो कैंसर से लड़ने

कोरोना के दौर में कैंसर पेशेंट्स रहें अलर्ट



के लिए बाँधी को तैयार करती है। लंग, किडनी, ब्लैडर आदि के कैंसर समेत लगभग सभी तरह के कैंसर में प्रभावी है।

रेडियोथेरेपी कराने वाले कैंसर पेशेंट

कोविड महामारी के दौरान कैंसर का इलाज भी प्रभावित और बाधित हुआ। रेडियोथेरेपी के संदर्भ में धर्मशिला नारायणा सुपरस्पेशियलिटी अस्पताल, दिल्ली में सीनियर कंसल्टेंट, रेडिएशन ऑन्कोलॉजी डॉक्टर कनिष्का सुद शर्मा कहती हैं, 'सबसे पहले यह समझना होगा कि कोविड संक्रमण के डर के कारण

अस्पताल न आना और कैंसर के इलाज में देरी करना बिल्कुल सही नहीं है क्योंकि जितना इलाज देला जाता है, कैंसर की स्टेज उतनी ही बढ़ती जाएगी। प्रत्यक्ष रूप से कोविड से संक्रमित हो चुके कैंसर के मरीजों में सही समय पर इलाज के साथ सकारात्मक परिणामों की संभावना अधिक होती है। मेरे अनुभव में तकरीबन 10 ऐसे मरीज हैं, जिन्हें रेडियोथेरेपी के दिनों में कोविड का संक्रमण हुआ लेकिन उन्होंने दोनों से निबर होकर सामना किया और बेहतर स्थिति में हैं। वहीं बहुत से मरीज जो संक्रमण से डर के कारण अस्पताल नहीं आए उनकी समस्याएं बढ़ती चली गईं। पहले के दौर की तुलना में अब रेडिएशन में कैंसर को बारीकी से

World Cancer Day is on February 4, 2021. Doctors tell you that during COVID cancer patients need extra care and explain whether people undergoing chemotherapy can take the COVID jab

Amid COVID pandemic when fear of infection is rife, treatment of cancer patients has been suffered at many levels. Cancer is already a prevailing challenge long before even COVID came. WHO's study confirms one in 10 Indians will develop cancer in their lifetime. Considering the fact that cancer patients are immune compromised, the risk of complications is very much higher after catching any infection. Their caregivers should be extra cautious in this regard. So what are the concerns if a cancer patient catches COVID especially if she/he is undergoing treatment? First of all the risk of catching COVID for a cancer patient and a common person is almost same, but the possibility of getting it severe is high in a cancer patient. Hence precautionary measures and COVID appropriate behaviour is must for everyone. Talking about our own hospital till last December

CANCER & COVID WOES

2020 around 150 cancer patients caught COVID; surely they need extra care in regard to COVID and cancer both. Also not reporting to hospital in the fear of catching COVID infection will only cause progression in disease and stages of cancer.

As countless researches are taking

place across the world in regard to COVID infection there is no strong study available yet covering every aspect of disease itself. Hence till we come up with any valid confirmation the COVID infected cancer patients' chemotherapy is stopped and they are kept quarantine for few days and then treatment is started again after obser-

vation. As far as the vaccine is concerned:-

Chemotherapy and COVID Vaccine: patients undergoing chemotherapy should wait to get vaccinated till their Chemotherapy is over.

Immunotherapy and COVID Vaccine: This type of cancer treatment has been giving very much satisfactory results which works with patient's immune system. Patients undergoing this treatment also are advised to go for vaccine after completing their immunotherapy till there is strong data available which confirms about taking vaccine during such treatments.

The writer is Dr J.B. Sharma, HOD and Senior Consultant, Medical Oncology, Narayana Hospital, Gurugram

Keep in mind

Cancer patients have decreased immunity and also have multiple co-morbidities. So surgery during COVID times may exacerbate complications and also if they are undergoing chemotherapy they may be at increased risk of neutropenia and decrease in blood counts. Also the COVID infection may cause more complexities in such condition. But not reporting to the hospital and delaying treatment may make it more advanced and hence increase chances of incurability.

Factors like severity of infection, stages of cancer, co morbidities etc influence the right direction of the treatment and the concerned doctor's take all these factors into consideration before deciding the treatment for the patient.

Hence instead of getting anxious, be regular with your treatment, keep your information source right and share every detail with your doctor. Keep positive approach towards life as not taking treatment, delaying it or leaving the treatment will only make the situation worse.



Always report to the hospital with COVID appropriate care and follow all required precautions:

■ Bring all your documents so that multiple visits can be avoided.

■ Go with only one responsible adult to take care of other things in order to avoid more crowd at hospital.

patient is on chemotherapy or radiotherapy, ensure safety at every possible level.

Considering the tough time we are living in any disease can cause anxiety or stress, consult psychologist without hesitation if required.

The writer is Dr Indu Bansal, Director and Senior Consultant — Radiation Oncology, Narayana Hospital, Gurugram

Appearance in Indian Hari Bhoomi by Dr. J.B. Sharma, Sr. Consultant, Medical Oncology

Appearance in The Pioneer by Dr. J.B. Sharma, Sr. Consultant, Medical Oncology

All consultants are requested to kindly update Medical Director about the advanced and complicated surgeries performed so that same can be provided to PR Agency for publicity



लोकमत समाचार

जिस तरह बीते समय कोविड-19 महामारी के चलते विश्व में बदलाव देखने को मिला उस हिसाब से देश को इस बजट का विशेष तौर पर इंतजार था। स्वास्थ्य के क्षेत्र में तकरीबन 137 फीसदी बढ़ोतरी की घोषणा की गई है। स्वास्थ्य के क्षेत्र में बुनियादी ढांचे के विकास में और अधिक खर्च को देखते हुए यह कदम निश्चित रूप से स्वागत योग्य है। हम स्वास्थ्य के क्षेत्र में आने वाले समय में एक समावेशी विकास को देखेंगे जो अभी के दौर में बहुत सी चुनौतियों से गुजर रहा है। इसके साथ ही कोविड वैक्सीन के लिए 35 हजार करोड़ रुपये खर्च की घोषणा की गई है। इससे महामारी के विरुद्ध चल रही लड़ाई से हम और भी मजबूती से सामना करेंगे। डा. आनंद बंसल, मेडिकल डायरेक्टर एट एक्शन ग्रुप आफ हारियटल्स



Appearance in Dainik Jagran Newspaper by Dr. Anand Bansal, Medical Director

विश्व कैंसर दिवस • कीमो के बाद डॉक्टर की सलाह से लगवाएं कोविड का टीका

कैंसर के मरीजों के लिए समय पर इलाज कराना जरूरी

नई दिल्ली। 3 फरवरी। लोस सेवा

कोविड-19 का टीका आने के बाद हर ओर छाया इस जानलेवा बीमारी का कुहासा जैसे छंटने लगा है और पिछले एक वर्ष से भी अधिक समय के 'ग्रहण' के बाद रोशनी की किरण दिखाई दी है। हमारे देश में टीका लगाने का अभियान 16 जनवरी से शुरू हो चुका है।

यह टीका पूरी तरह से सुरक्षित और प्रभावी होने के बावजूद कैंसर के मरीजों को इसे लगवाने में विशेष सावधानी बरतने की सलाह दी जा

जितना इलाज टलेगा, गंभीरता उतनी ही बढ़ेगी

दिल्ली के ही धर्मशिला नारायणा सुपर स्पेशलिटी अस्पताल की क्लिनिकल लीड और सीनियर कंसल्टेंट आर्कोलॉजी और रेडिएशन आर्कोलॉजी डॉ. कनिका सुद शर्मा का कहना है कि कोविड संक्रमण के डर के कारण अस्पताल न आना और कैंसर के इलाज में देरी करना ठीक नहीं है, क्योंकि जितना इलाज टलता जाएगा, कैंसर की गंभीरता उतनी ही बढ़ती जाएगी और ठीक होने की गुंजाइश कम होती जाएगी। नारायणा सुपर स्पेशलिटी अस्पताल की ही डॉ. इंदु बंसल का कहना है कि कैंसर के मरीजों को इम्युनिटी तुलनात्मक रूप से कम होती है इसलिए उनमें कोविड के साथ-साथ किसी भी संक्रमण के गंभीर होने का जोखिम ज्यादा होता है।

रही है और डॉक्टरों का कहना है कि कीमो पूरी होने का इंतजार करना चाहिए और उसके बाद डॉक्टर की

सलाह पर ही कोविड का टीका लगवाना चाहिए। पत्रिका लांसेट की एक रिपोर्ट के मुताबिक कैंसर के मरीज अस्पताल जाने से बचने के लिए सर्जरी और कीमो टालते रहे और दवाएं खाकर संकट का समय गुजर जाने का इंतजार करते रहे। हालांकि अब समय बदलने लगा है और दिल्ली स्थित एक्शन कैंसर अस्पताल में मेडिकल आर्कोलॉजी के विभागाध्यक्ष और सीनियर कंसल्टेंट डॉ. जे. बी. शर्मा के मुताबिक कोविड-19 के डर से कीमो और रेडियोथेरेपी के लिए आने वाले

रोगियों को तादाद, जो एक समय घटकर 30 प्रतिशत रह गई थी, अब एक बार फिर 90 प्रतिशत से अधिक हो गई है।

अतिरिक्त सावधानी बरतने की जरूरत: डॉ. शर्मा ने बताया कि कोविड संक्रमण का जोखिम एक सामान्य व्यक्ति और कैंसर पीड़ित व्यक्ति में लगभग सामान ही होता है, लेकिन संक्रमण की चपेट में आने के बाद उसके गंभीर होने का जोखिम कैंसर के मरीज में अधिक होता है। ऐसे में उन्हें निश्चित रूप से अतिरिक्त सावधानी बरतने की जरूरत होती है।

Appearance in Various Newspaper by Dr. J.B. Sharma, Sr. Consultant, Medical Oncology

कैंसर के मरीज कीमो के बाद डॉक्टर की सलाह से लगवाएं कोविड का टीका

नई दिल्ली, (बीअ)। कोविड-19 का टीका आने के बाद हर ओर छाया इस जानलेवा बीमारी का कुहासा जैसे छंटने लगा है और पिछले एक वर्ष से भी अधिक समय के ग्रहण के बाद रोशनी की किरण दिखाई दी है। हमारे देश में टीका लगाने का अभियान 16 जनवरी से शुरू हो चुका है। यह टीका पूरी तरह से सुरक्षित और प्रभावी होने के बावजूद कैंसर के मरीजों को इसे लगवाने में विशेष सावधानी बरतने की सलाह दी जा रही है और डॉक्टरों का कहना है कि कीमोथेरेपी पर चल रहे लोगों को कीमो पूरी होने का इंतजार करना चाहिए और उसके बाद डॉक्टर की सलाह पर ही कोविड का टीका लगवाना चाहिए। महामारी के इस दौर में जब संक्रमण का डर हर ओर व्याप्त था, गंभीर एवं पुरानी बीमारियों के इलाज के लिए नियमित रूप से अस्पताल जाने वाले लोग एक नई बीमारी लगने के डर से महीनों तक अपने घरों में कैद रहे। पत्रिका लांसेट की एक रिपोर्ट के मुताबिक कैंसर के मरीज अस्पताल जाने से बचने के लिए सर्जरी और कीमो टालते रहे और दवाएं खाकर संकट का समय गुजर जाने का इंतजार करते रहे। हालांकि अब समय बदलने लगा है और दिल्ली स्थित एक्शन कैंसर अस्पताल में मेडिकल आर्कोलॉजी के विभागाध्यक्ष और सीनियर कंसल्टेंट डॉ. जे. बी. शर्मा के मुताबिक कोविड-19 के डर से कीमो और रेडियोथेरेपी के लिए आने वाले रोगियों की तादाद, जो एक समय घटकर 30 प्रतिशत रह गई थी, अब एक बार फिर 90 प्रतिशत से अधिक हो गई है। डॉ. शर्मा ने बताया कि कोविड संक्रमण का जोखिम एक सामान्य व्यक्ति और कैंसर पीड़ित व्यक्ति में लगभग सामान ही होता है लेकिन संक्रमण की चपेट में आने के बाद उसके गंभीर होने का जोखिम कैंसर के मरीज में अधिक होता है।

चंद्रकला ने कोरोना और कैंसर दोनों को हराया

1 हैदरपुर इलाके की रहने वाली वर्षा ब्रेस्ट कैंसर के इलाज के दौरान दो बार कोरोना पीड़ित होने पर भी ठीक हो गई। एक्शन कैंसर अस्पताल में कीमोथेरेपी के वक्त दो बार ऐसा हुआ कि कोरोना रिपोर्ट पॉजिटिव आने पर थेरेपी रोकनी पड़ी। अस्पताल के मेडिकल कैंसर रोग विशेषज्ञ डॉ. जे. बी. शर्मा ने कहा कि वर्षा ने दो बार कोरोना के साथ कैंसर को भी मत दे दी।

कोविड महामारी में कैंसर से निपटने की चुनौती जटिल

कैंसर के मरीजों में कोविड के जोखिम और बीते वर्ष कैंसर के इलाज के लिए आई तकनीकों के संदर्भ में डॉक्टर जे. बी. शर्मा, एचओडी एंड सीनियर कंसल्टेंट, मेडिकल आर्कोलॉजी, एक्शन कैंसर अस्पताल बताते हैं कि - हालांकि कोविड संक्रमण का जोखिम एक सामान्य व्यक्ति और कैंसर पीड़ित व्यक्ति में लगभग सामान ही होता है लेकिन संक्रमण की चपेट में आने के बाद उसके गंभीर होने का जोखिम कैंसर के मरीजों में अधिक होता है। हमारे अस्पताल की यदि बात करें तो बीते दिसम्बर तक हमारे यहां आने वाले तकरीबन 150 कैंसर के मरीजों को कोविड के संक्रमण की चपेट में आ गए, जिन्हें निश्चित रूप से अतिरिक्त सावधानी की जरूरत है। इसलिए पहली दृष्टि में कैंसर के मरीजों को कोविड के संक्रमण से बचने का हर संभव प्रयास करना चाहिए। साथ ही यदि कोविड वैक्सीन और कैंसर के मरीजों की बात है तो जो लोग कीमोथेरेपी पर चल रहे हैं, उन्हें कीमो पूरी होने तक वैक्सीन लगाने का इंतजार करना चाहिए और संबंधित डॉक्टर की सलाह पर कोविड वैक्सीन लगवानी चाहिए।

जहां तक बात है कैंसर के इलाज के क्षेत्र में आई आधुनिकता की तो इम्युनोथेरेपी चर्चा में है। इम्युनोथेरेपी - बीते 2 से 3 तीन वर्षों में इस इलाज के तरीके का आगमन हुआ है। साधारण भाषा में कहें तो इम्युनोथेरेपी कैंसर मरीजों के मरीजों में उसकी इम्युनिटी सिस्टम के साथ मिलकर काम करती है। दरअसल यह कैंसर के मरीजों में टी सेल्स को स्टीमुलेट करती है

जो कैंसर से लड़ने के लिए बाँझी को तैयार करती है। लंग, किडनी, ब्लेडर आदि के कैंसर समेत लगभग सभी तरह के कैंसर में प्रभावी है और बहुत से केसेस में चौथे स्टेज में भी इसके सकारात्मक परिणाम देखने को मिले हैं। इसके तहत PD-1 और PDL-1 के विरुद्ध मोनोक्लोनल एंटीबायोजन तैयार की जाती हैं जो फार्मसी लेब में विकसित की जाती हैं और मरीजों में इंजेक्शन के साथ दी जाती हैं। इसके तहत मरीज का खून नहीं लिया जाता। इसमें मरीजों के ट्यूसर टिशू पर PDL-1 की टेस्टिंग की जाती है, यदि यह पॉजिटिव आए तो इम्युनोथेरेपी कारगर सिद्ध होती है। उदाहरण के लिए लंग कैंसर से पीड़ित व्यक्ति में 50 फीसदी से अधिक PDL-1 पॉजिटिव निकलता है तो केवल इम्युनोथेरेपी से भी इलाज किया जा सकता है, अन्यथा कीमोथेरेपी के साथ इम्युनोथेरेपी दी जाती है और यह बहुत असरदार भी होती है। इलाज के इस तरीके के भविष्य में और भी व्यापक सम्भावना है और लोगों में इसकी जानकारी का प्रसार भी होना चाहिए।

कोविड महामारी के दौरान कैंसर के इलाज भी प्रभावित और बाधित हुए। ऐसे में रेडियोथेरेपी के संदर्भ में डॉक्टर कनिका सुद शर्मा, क्लिनिकल लीड एंड सीनियर कंसल्टेंट, आर्कोलॉजी, रेडिएशन आर्कोलॉजी, धर्मशिला नारायणा सुपरस्पेशलिटी अस्पताल कहती हैं कि -

सबसे पहले यह समझना होगा कि कोविड संक्रमण के डर के कारण अस्पताल न आना और कैंसर के इलाज में देरी करना बिल्कुल सही नहीं है क्योंकि जितना इलाज टलता जाएगा, कैंसर की गंभीरता उतनी ही बढ़ती जाएगी और ठीक होने की गुंजाइश कम होती जाएगी। और प्रत्यक्ष रूप से कोविड से संक्रमित हो चुके कैंसर

कीमो के बाद डॉक्टर की सलाह के बाद ही लगवाएं कोविड का टीका

नई दिल्ली (एसएनबी)। कोविड-19 का टीका आने के बाद हर ओर छाया इस जानलेवा बीमारी का कुहासा जैसे छंटने लगा है और पिछले एक वर्ष से भी अधिक समय के 'ग्रहण' के बाद रोशनी की किरण दिखाई दी है। देश में टीका लगाने का अभियान 16 जनवरी से शुरू हो चुका है। इस टीके के पूरी तरह से सुरक्षित और प्रभावी होने के बावजूद कैंसर के मरीजों को इसे लगवाने में विशेष सावधानी बरतने की सलाह दी जा रही है। डॉक्टरों का कहना है कि कीमोथेरेपी पर चल रहे लोगों को कीमो पूरी होने का इंतजार करना चाहिए और उसके बाद डॉक्टर की सलाह पर ही कोविड का टीका लगवाना चाहिए। हर वर्ष 4 फरवरी को विश्व कैंसर दिवस के रूप में मनाया जाता है।

शालुक्रिया प्रक्रिया अथ पकड़ने लगी है गति : एक रिपोर्ट के मुताबिक कैंसर के मरीज अस्पताल जाने से बचने के लिए सर्जरी और कीमो टालते रहे और दवाएं खाकर संकट का समय गुजर जाने का इंतजार करते रहे। हालांकि अब समय बदलने लगा है और दिल्ली स्थित एक्शन कैंसर अस्पताल में मेडिकल आर्कोलॉजी के विभागाध्यक्ष और सीनियर कंसल्टेंट डॉ. जे. बी. शर्मा के मुताबिक कोविड-19 के डर से कीमो और रेडियोथेरेपी के लिए आने वाले रोगियों की तादाद, जो एक समय घटकर 30 फीसद रह गई थी, अब एक बार फिर 90 फीसद से अधिक हो गई है।

डा. शर्मा ने बताया कि कोविड संक्रमण का जोखिम एक सामान्य व्यक्ति और कैंसर पीड़ित व्यक्ति में लगभग सामान ही होता है लेकिन संक्रमण की चपेट में आने के बाद उसके गंभीर होने का जोखिम कैंसर के मरीजों में अधिक होता है। ऐसे में उन्हें निश्चित रूप से

अतिरिक्त सावधानी बरतने की जरूरत होती है। इसी तरह कोविड-19 की वैक्सीन लगवाने समय भी कैंसर के मरीजों को विशेष एहतियात बरतने की जरूरत है। डॉ. शर्मा कहते हैं कि जो लोग कीमोथेरेपी पर चल रहे हैं, उन्हें कीमो पूरी होने तक वैक्सीन लगवाने का इंतजार करना चाहिए और संबंधित डॉक्टर की सलाह पर कोविड वैक्सीन लगवानी चाहिए।

कोविड मरीज बरतें ज्यादा सावधानी : लेडी हार्डिंग मेडिकल कॉलेज में डिपार्टमेंट ऑफ रेडिएशन आर्कोलॉजी में सहायक प्रो. डॉ. अभिषेक शंकर का कहना है कि कैंसर के मरीजों को कोविड के संदर्भ में अतिरिक्त सावधानी बरतने की जरूरत है। कीमोथेरेपी और रेडियोथेरेपी जैसी उपचार पद्धतियों पर चल रहे मरीजों की इम्युनिटी प्रभावित होती है और ऐसे में डॉक्टर और मरीज दोनों के लिए हिदायतें बढ़ जाती हैं। कोविड से संबंधित नियमों का पूरी तरह से पालन करें और किसी भी तरह की असहजता होने पर डॉक्टर से परामर्श लें। संक्रमण के डर से अस्पताल न जाने पर जोखिम बढ़ सकता है। ऐसे में जरूरी है कि कोविड संबंधी नियमों का पालन करते हुए अस्पताल अवश्य जाएं और इलाज समय पर पूरा करें।

धर्मशिला नारायणा सुपर स्पेशलिटी अस्पताल की क्लिनिकल आर्कोलॉजी एंड रेडिएशन आर्कोलॉजी की डॉ. कनिका सुद शर्मा का कहना है कि कोविड संक्रमण के डर के कारण अस्पताल न आना और कैंसर के इलाज में देरी करना ठीक नहीं है क्योंकि जितना इलाज टलता जाएगा, कैंसर की गंभीरता उतनी ही बढ़ती जाएगी और ठीक होने की गुंजाइश कम होती जाएगी।

राष्ट्रीय हेल्थ प्लान और पालिसी में शामिल की जाए यह बीमारी

नई दिल्ली (एसएनबी)। विश्व कैंसर दिवस के अवसर पर, भारत भर में कैंसर से पीड़ित वृद्ध और उनके माता-पिता, पीएम को पत्र लिख रहे हैं और भारत में वृद्धों के कैंसर के लिए एक राष्ट्रीय योजना और नीति बनाने का आग्रह कर रहे हैं।

कैंनाइस संगठन की अध्यक्ष पूनम कौर ने कहा कि डब्ल्यूएचओ ग्लोबल इनिशिएटिव फॉर चार्ज्डरुड कैंसर ने हमारे जैसे निम्न मध्य-आय वाले देशों में कैंसर से पीड़ित वृद्धों के लिए जीवन रक्षा का 60 फीसद लक्ष्य रखा है और कैंसर से वृद्धों का बचाव करने के लिए 2030 तक का लक्ष्य संस्था ने रखा है। उच्च-आय वाले देशों में 80 फीसद वृद्धों के कैंसर से बचे रहेंगे, लेकिन निम्न और मध्यम-आय वाले देशों में, केवल 20 फीसद वृद्ध ही जीवित रहेंगे। यह डेटा दर्शाता है कि हम कैंसर के खिलाफ लड़ाई में

सम्मिलित युद्ध कर रहे हैं। यह समय है इस बीमारी को राष्ट्रीय हेल्थ प्लान और पालिसी में शामिल किया जाए।

व्यापक स्थिति : भारत जैसे देश के लिए, जो दुनिया के 25 फीसद से अधिक वृद्धों के कैंसर के लिए जाना जाता है, जहां 250 से अधिक सेंटर, कैंसर से पीड़ित वृद्धों का इलाज करते हैं, मार उस में से सिर्फ 30 फीसद कैंसर पीड़ित वृद्धों से सेंटरों में इलाज कराने के लिए जाते हैं।

देश के 10 सेंटरों में भी 13-15 फीसद से अधिक कैंसर पीड़ित वृद्धों को सेंटरों में इलाज कराने के लिए जाते हैं। नहीं जाते हैं और सर्वाइवल रेट इन अस्पतालों में 10-80 फीसद है। पिछले 4 वर्षों से, किड्स कैंन कनेक्ट, युवा किशोर कैंसर सर्वाइवर के ग्रुप के वृद्धों और उन के माता-पिता ने 3 लाख से अधिक प्रतिभाएं एकत्र की हैं। विश्व में हर साल 3 लाख वृद्धों के कैंसर से प्रभावित होते हैं।