Gujarati Translation
હું ડૉ. સુઝાના બ્લૉક, કન્સલ્ટન્ટ રેસ્પિરેટરી ફિઝિશિયન છું. અમે લંગ નૉડ્યૂલ્સ (ફેફસાંમાં ગઠ્ઠા) ધરાવતા અનેક દર્દીઓની સંભાળ રાખીએ છીએ. અમે તેમની પાસેથી જાણ્યું છે કે જ્યારે તમને એક કહેવામાં આવે કે તમારા ફેફસાંમાં એક ગઠ્ઠો છે તો તે ખૂબ ગભરાવી નાખનાર બની શકે છે અને તમને પ્રશ્નો હોઈ શકે છે.
અમે આ વીડિયો તમને હૈયાધારણ આપવામાં મદદરૂપ થવા અને ફેફસાંમાં ગઠ્ઠો હોવો એટલે શું તે સમજાવવા માટે બનાવ્યો છે. એ ખૂબ સામાન્ય વાત છે કે તમને તમારાં ફેફસાં અથવા શ્વસન સંબંધી કોઇ લક્ષણો હોય, તો ડૉક્ટર તમને તમારા ફેફસાંની છબી લેવા માટે છાતીનો એક્સ-રે અથવા CT સ્કેન કરાવવાનું કહી શકે. કેટલીક વાર સ્કેન બીજાં કારણોસર થઈ શકે, દાખલા તરીકે તમારા હૃદય અથવા કિડનીનું મૂલ્યાંકન કરવા માટે અને આ મામલાઓમાં ડૉક્ટર જો તે છબીઓમાં તમારા ફેફસાં અથવા તેના ભાગો દેખાતા હોય, તો તેમની સમીક્ષા કરશે.
હું ડૉ. રીચર્ડ લી, કન્સલ્ટન્ટ રેસ્પિરેટરી ફિઝિશિયન છું. અમે જ્યારે સ્કેનમાં ફેફસાંની છબીઓ જોઇએ ત્યારે જોવા મળતી એક સામાન્ય વસ્તુ છે લંગ નૉડ્યૂલ અથવા ફેફસાંમાં ગઠ્ઠો. આને કેટલીક વાર પલ્મોનરી નૉડ્યૂલ પણ કહેવામાં આવે છે, અને બંનેનો અર્થ એકજ થાય છે.
છાતીના એક્સ-રે અથવા CT સ્કેનમાં ગઠ્ઠો મળવો ખૂબ સામાન્ય વાત છે. નૉડ્યૂલ (ગઠ્ઠો) શબ્દ ફેફસાના એક નાના ગાઢ વિસ્તારનું વર્ણન કરે છે જે છબીમાં ગોળ ડાઘ જેવો દેખાય છે.
એ ઘણીવાર નાના હોય છે અને તેમનું કદ 30 મિલિમીટરથી ઓછું હોય છે, તેનાથી કોઈ લક્ષણો થતા નથી અને તે ફેફસાંની કામગીરીને પ્રભાવિત કરતા નથી કે શ્વાસ લેવામાં અવરોધરૂપ થતા નથી. તમારા ડૉક્ટર અથવા કોઈ સ્પેશિયલિસ્ટ નર્સ કેટલીક વાર અમે શું જોઈ રહ્યા છીએ તે સમજવામાં મદદરૂપ થવા માટે તમને તમારો સ્કેન બતાવી શકે છે.
આ છાતીના એક CT સ્કેનની છબી છે. કાળાં ક્ષેત્રો ફેફસાં છે અને લંગ નૉડ્યૂલ (ગઠ્ઠો) સ્ક્રીનની જમણી બાજુએ સફેદ ડાઘરૂપે દેખાય છે. એવો CT સ્કેન કરાનાર લોકો જેમના સ્કેનમાં તેમનાં ફેફસાં પણ દેખાતા હોય, માંથી 35 ટકા લોકોના ફેફસાંમાં ગઠ્ઠો મળશે.
કેટલીક વાર તમારા ફેફસાંમાં એકથી વધુ ગઠ્ઠા મળી આવે એવું બની શકે છે. જરૂરી નથી કે આ એકજ ગઠ્ઠો હોવાથી વધુ ગંભીર બાબત હોય. ગઠ્ઠો અનેક જુદાં-જુદાં કારણોસર હોઈ શકે, જેમાં ચેપનો નાનકડો ભાગ; વ્રણ કે પછી ફેફસાંમાંની સામાન્ય ગ્રંથિઓ પણ હોઈ શકે છે. જેમને અગાઉ ટીબી અથવા ક્ષય રોગ થઈ ચૂક્યો હોય તેવા લોકોમાં ગઠ્ઠા સામાન્ય છે.
કેસોની નાની સંખ્યામાં તે ફેફસાંના કેન્સરની શરુઆતનું પ્રથમ લક્ષણ હોઈ શકે છે. જો કોઈ કેસમાં આ જાણવા મળે, તો તે શરુઆતમાંજ મળી ગયા હોવાથી તેમની સારવાર કરવાની ઘણી વધુ સહેલી હોય છે.
હું ડૉ. સેરા શીઅર્ડ, કન્સલ્ટન્ટ રેડિયોલૉજિસ્ટ છું. ફેફસાંના ગઠ્ઠાની નિષ્ણાત તરીકે હું ગઠ્ઠાનું કદ અને તેના દેખાવની વિગતો અને લક્ષણો જોઉં છું જેથી નક્કી કરવામાં મદદ મળે કે કયા ગઠ્ઠા માટે ફૉલો-અપ અથવા તપાસની જરૂર છે અને કયા માટે નથી.
અમે તમારી ઉંમર અને અન્ય તબીબી ઇતિહાસ અથવા મેડિકલ હિસ્ટ્રી જેવા બીજાં કારણોને પણ ધ્યાનમાં લઈએ છીએ. હજારો લોકોના સ્કેન અને તેના પરિણામોના અભ્યાસમાંથી અમે જાણીએ છીએ કે કયા ગઠ્ઠા કોઈ ચિંતાજનક વસ્તુમાં પરિણમી શકે છે. આનાથી અમે દરેક છબીમાં શું જોઈએ છીએ તેને વધુ સારી નક્કી કરી શક્યા છીએ અને એ પણ કે દરેક પ્રકારના ગઠ્ઠા માટે પછી શું કરવું.
કોઈ ગઠ્ઠો શું છે તે હંમેશા પહેલા સ્કેનમાં સાચી રીતે કહી શકાતું નથી અને આવા કેસમાં અમે તમને એક અથવા વધુ આગળના સ્કેન કરાવવાનું કહીશું, જેથી જાણી શકાય કે સમય વીત્યે ગઠ્ઠામાં ફેરફાર થાય છે કે તે એવોજ રહે છે. જુદા-જુદા સમયોએ સ્કેન વડે વારંવાર તપાસવાને કેટલીક વાર નૉડ્યૂલ સર્વેલન્સ (ગઠ્ઠા પર દેખરેખ) અથવા એક્ટિવ મૉનિટરિંગ (સક્રિય દેખરેખ) કહેવામાં આવે છે.

મોટાભાગના ફેફસાંના નૉડ્યૂલ્સ એજ કદના રહે છે અથવા નાના થાય છે કે પછી સંપૂર્ણપણે ગાયબ થઈ જાય એવું પણ બની શકે છે. જો કોઈ નૉડ્યૂલ વારાફરતી કરાયેલ સ્કેન દરમિયાન કદમાં વધે નહીં, તો બીજા ફૉલો-અપની જરૂર રહેતી નથી. મોટાભાગના ફેફસાંના ગઠ્ઠામાં ફેરફાર થતો નથી, પણ કેટલાંક લોકોને અમે આગળ તપાસો કરાવવાને કહી શકીએ.
થોડાંક ગઠ્ઠા શરુઆતના ફેફસાંના કેન્સરમાં વિકસી શકે છે અને તેથી આ ગઠ્ઠા માટે સાચો ફૉલોઅપ કરવો મહત્ત્વનો છે. જો કોઈ ગઠ્ઠો કેન્સરનો હોય, તો તેનું વહેલું નિદાન કરવું મદદરૂપ થાય છે, કારણકે અમે સારવારના વધુ વિકલ્પો પૂરાં પાડી શકીશું અને અમને વધુ સારા પરિણામો મળી શકે છે.
જોકે એ યાદ રાખવું મહત્ત્વનું છે કે કોઈ ગઠ્ઠો શરુઆતનું ફેફસાંનું કેન્સર હોવાનું સામાન્ય જોખમ ખૂબ ઓછું છે. તમારા ડૉક્ટર અથવા સ્પેશિયલિસ્ટ નર્સ તમારી સાથે તમારા વ્યક્તિગત જોખમ વિશે વાત કરશે અને તમે તમને હોય તેવા કોઈપણ પ્રશ્નો તેમને પૂછી શકો છો.
જો તમારો કોઈ એવો સ્કેન હોય જેમાં ફેફસાંમાં ગઠ્ઠા દેખાય, તો તમારી સંભાળમાં અમુક પ્રકારના ચિકિત્સકો સામેલ રહેશે: કન્સલ્ટન્ટ રેસ્પિરેટરી ફિઝિશિયન (શ્વસન નિષ્ણાત); કન્સલ્ટન્ટ રેડિયોલૉજિસ્ટ (એક્સ-રે નિષ્ણાત); પલ્મોનરી નૉડ્યૂલ્સ ક્લિનિકલ નર્સ સ્પેશિયલિસ્ટ (ફેફસાંના ગઠ્ઠા માટે નિષ્ણાત ચિકિત્સા નર્સ), સ્પેશિયલિસ્ટ ટ્રેઇની ડૉક્ટર (નિષ્ણાત તાલીમાર્થી ડૉક્ટર); હું આ ટીમ માટે કોઑર્ડિનેટર છું અને હું તમારી સંભાળની વ્યવસ્થા કરવામાં મદદ કરું છું.
આ એક મલ્ટી-ડિસિપ્લિનરી ટીમ અથવા MDT છે જે સાથે મળીને તમારી સંભાળ રાખે છે. ફેફસામાં ગઠ્ઠાની તપાસ કરાવી રહેલા બધા દરદીઓની તેમના ડૉક્ટર અથવા સ્પેશિયલિસ્ટ નર્સ સાથે એપૉઇન્ટમેન્ટ ગોઠવાશે જેમાં પરિણામો અને આગળની યોજના વિશે વાત થશે.
આ રૂબરૂમાં હોઈ શકે, ટેલિફોન દ્વારા હોઈ શકે કે પછી વીડિયો ક્લિનિક કે પત્રો દ્વારા પણ હોઈ શકે છે. જો તમને ખાસ કરીને એપૉઇન્ટમેન્ટ્સની વચ્ચે ચિંતા કે ભય હોય, તો તમે તેમની સાથે આ બાબતે વાત કરો તે મહત્ત્વનું છે.
ફેફસાંમાં ગઠ્ઠા જોવા મળવા સામાન્ય બાબત છે, અને તમારી ટીમ તમને મદદ કરવા અને તમારી સાથે કામ કરવા અને તમને હોય તેવા કોઈપણ પ્રશ્નોના જવાબ આપવા માટે અહીં હાજર છે. જો તમે વધુ માહિતી મેળવવા માંગતા હો તો આ વીડિયોની નીચે કેટલાંક ઉપયોગી સંસાધનોની લિંક્સ આપેલ છે, અથવા તે તમારી હૉસ્પિટલમાંથી પણ મળી શકશે.