



# नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्था

Nepal Cancer Relief Society (NCRS)



# Souvenir

स्मारिका २०२३

२०८० भाद्र ३१

*With Best Compliments From*



# Yetichem Group

44-Mahadev Marg, Bag Durbar, Sundhara, Kathmandu

Phone No.: 4243356, 4225244, Fax No.: (1) 4228244

E-mail: yetichem@mos.com.np

**(Specialised in Anti Cancer, Vaccine,  
Anti HIV & Life Saving Medicines)**

## **Sole Distributors for Nepal**

- Abbott India Ltd.
- Abbott Healthcare Pvt. Ltd.
- Cipla Ltd.
- Dr. Reddy's Laboratories Ltd. (Onco Div)
- Fresenius Kabi India Pvt. Ltd. (Onco Div)
- F. Hoffmann-La Roche, Switzerland
- Novartis Pharma AG, Switzerland
- Sanofi Pasteur SA, France
- Jayson Pharmaceuticals Ltd., B'desh
- Hilton Pharmaceutical Ltd. Pakistan
- Chengdu Institute of Biological Products, China
- Neon Laboratories Ltd., India
- Genzyme Corporation, USA
- Eli Lilly Export S. A.
- GlaxoSmithKline Biologicals SA, Belgium
- Merck Export GmbH, Germany
- Samartha Life Sciences Pvt. Ltd., India
- Sanofi India Ltd.
- Summit-Alembic Ltd.
- Tablets India Ltd.



प्रधानमन्त्री

काठमाडौं, नेपाल



## शुभकामना

नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाले आफ्नो ४१ औं वार्षिकोत्सवको अवसर पारेर स्वास्थ्य क्षेत्रसँग चासो राख्ने सबैका लागि निकै उपयोगी हुने 'स्मारिका' प्रकाशन गर्न लागेकोमा मलाई खुशी लागेको छ ।

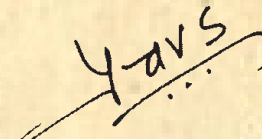
स्थापना कालदेखि नै क्यान्सर रोगको निदान, उपचार र रोकथामका विभिन्न क्रियाकलाप सञ्चालन गरिरहेको यस संस्थाले सर्वसाधारणको स्वास्थ्य सम्बन्धी अधिकारलाई सुनिश्चित गर्ने सरकारको प्रयासमा महत्वपूर्ण भूमिका खेलेको छ । देशका ४५ जिल्ला शाखाहरू मार्फत क्यान्सर सम्बन्धी जनचेतनामूलक कार्यक्रमहरू सञ्चालन गरी क्यान्सरबाट हुने हानी न्यूनीकरण गर्न यस संस्थाले खेलेको भूमिका प्रशंसनीय छ ।

हाम्रो जस्तो विकासोन्मुख देशका लागि क्यान्सर केवल रोग मात्र नभएर यो सामाजिक, आर्थिक र मानसिक चुनौतीको रूपमा रहेकाले सबैको सहयोगबाट यसका नकारात्मक असर कम गर्न सकिन्छ भन्ने मलाई विश्वास छ ।

स्वस्थ जीवनशैली, सुर्तीजन्य पदार्थरहित आचरण र समय समयमा स्वास्थ्य परीक्षण नै क्यान्सरबाट बच्ने प्रमुख उपाय हुन् भन्ने चेतना शहर अनि गाउँगाउँसम्म पुऱ्याउन संस्थाले अभै सक्रियता बढाउनु पर्ने देखिन्छ ।

यस संस्थाले प्रकाशन गर्न लागेको स्मारिका क्यान्सर रोगबारे विस्तृत रूपमा बुझ्ने र अध्ययन अनुसन्धान गर्न चाहने सबैका लागि उपयोगी हुनेछ भन्ने विश्वास व्यक्त गर्दै स्मारिकाको सफलताको शुभकामना दिन चाहन्छु ।

१६ भदौ, २०८०  
धन्यवाद ।

  
पुष्पकमल दाहाल 'प्रचण्ड'



मोहन बहादुर बस्नेत  
Mohan Bahadur Basnet

स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या मन्त्री  
Minister for  
Health and Population



नेपाल सरकार  
Government of Nepal

स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या मन्त्रालय  
Ministry of Health and Population



फोन : ०१-४-२६२५३४  
०१-४-२६२५३४  
फ्याक्स : ०१-४-२६२५६५  
फैक्स : ०१-४-२६२५६५  
वेबसाइट : www.mohp.gov.np

रामशाहपथ, काठमाडौं, नेपाल  
Ramshahpath, Kathmandu, Nepal

पत्र संख्या(Ref. No.): ०००/८१

चलानी नं.(Dispatch No.): १०४

मिति(Date):.....



## शुभकामना

नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाले आफ्नो ४१ औं वार्षिकोत्सवको अवसरमा क्यान्सर रोग रोकथाम र निदान सम्बन्धी लेख, रचना समावेश गरी स्मारीका प्रकाशन गर्न लागेकोमा मलाई अत्यन्त खुसी लागेको छ ।

आम नागरिकहरूले आफु वरपरको वातावरण, दैनिक आहार विहार र जीवनशैलीमा परिवर्तन ल्याउन सके क्यान्सर जस्तो प्राणघातक रोगबाट बच्न सकिने हुँदा आम जनमानसमा क्यान्सर रोग सम्बन्धी व्यापक रूपमा चेतनामूलक कार्यक्रमहरू सञ्चालन गर्नु अति आवश्यक रहेको मैले महसुस गरेको छु । क्यान्सर रोगको कारक तत्व, यसबाट बच्ने उपाय र उपचार विधि बारे संस्थाले विविध कार्यक्रमहरू सञ्चालन गर्दै आइरहेकोमा यस संस्था प्रति धन्यवाद व्यक्त गर्न चाहन्छु । नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाले आफ्नो स्थापनाकाल देखि नै क्यान्सर रोग रोकथाम र निदान दुबै प्रकारका जनचेतना अभिवृद्धि र निवारणका उपाय अवलम्बन सम्बन्धी विविध कार्यक्रमहरू सञ्चालन गर्दै आइरहेको छ ।

क्यान्सर रोगको प्रमुख कारक तत्वको रूपमा रहेको सुर्तिजन्य पदार्थको सेवनलाई रोकथाम र नियन्त्रण गर्न नेपाल सरकारले ल्याएको सुर्तिजन्य पदार्थ नियन्त्रण र नियमन ऐन मुताबिक यस संस्थाद्वारा देशका विभिन्न जिल्लाहरूमा सञ्चालित कार्यक्रमहरू धेरै ठूलो सहयोग पुग्ने छ भन्ने विश्वासका साथ यस्ता जनचेतनामूलक कार्यक्रमलाई देशैभर सञ्चालन गर्नुपर्ने आवश्यकता ठानेको छु ।

अन्त्यमा, नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्था ४१ औं वर्षमा प्रवेश गरेको अवसरमा यस संस्थाका कार्यसमितिका पदाधिकारीहरू, कर्मचारीहरू र जिल्ला शाखामा कार्यरत सभापतिहरू प्रति आभार व्यक्त गर्दै संस्थाको उत्तरोत्तर प्रगती एवम् पूर्ण सफलताको शुभकामना व्यक्त गर्दछु ।

धन्यवाद

१९ श्रावण, २०८०

मोहन बहादुर बस्नेत  
मन्त्री





नेपाल सरकार  
स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय

(.....शाखा)



फोन नं.

४२६२५९०  
४२६२८०२  
४२६२७०६  
४२६२९३५  
४२६२८६२  
४२२३५८०

रामशाहपथ,  
काठमाडौं, नेपाल ।

मिति : .....

प्राप्त पत्र संख्या :-

पत्र संख्या :-

चलानी नं. :-



## शुभकृमना

नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाले चालिस बर्षसम्म क्यान्सर रोगबाट बच्न अपनाउनु पर्ने सावधानी, खानपान लगायतका विषयमा चेतना जागरण सम्बन्धि कार्यक्रम र उपचारमा ४५ जिल्लामा रहेका शाखा कार्यालयहरु मार्फत सेवा तथा सहयोग पुरईरहेको छ । यस संस्थाको ४१ औं वार्षिकोत्सवको अवसरमा स्मारिका प्रकाशन गर्न लागेकोमा मलाई खुसी लागेको छ ।

क्यान्सर रोगको प्रमुख कारकतत्वको रूपमा रहेको सुर्तिजन्य पदार्थ भएकोले यसबाट टाढै रहन तथा सुर्तिजन्य पदार्थको रोकथाम र क्यान्सर रोगका विषयमा जानकारी हुने कार्यक्रमहरुको सञ्चालन गर्न आवश्यक रहेकोछ । ठूलो संख्यामा जनता कृषीमा आधारित रहेको हाम्रो जस्तो देशका लागि रासायनिक मल, बिउ, विजन तथा बिषादी प्रयोगमा सतर्कता अपनाउने किसिमका कार्यक्रमहरु पनि समेट्नु पर्ने देखिन्छ । क्यान्सर रोग नेपालमा दिनानुदिन बढ्नमा मुख्य कारण खानपान, रहनसहन र जीवनशैली भएकोले यस तर्फ ध्यान पुऱ्याउन अति आवश्यक भएको मैले महसुस गरेको छु । त्यसैगरी यस रोगबारे जनमानसमा चेतनाको कमी र उपचारमा भएको ढिलाइका कारण पनि मृत्यु हुनेको संख्या दिनानुदिन बढिरहेको छ । यसतर्फ नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाले आफ्नो जिल्ला शाखाहरु मार्फत जनचेतनामुलक कार्यक्रमहरु तथा स्वास्थ्य शिविरहरु सञ्चालन गर्दै आएको मलाई जानकारी छ । संस्थाले भक्तपुर क्यान्सर अस्पताल निर्माण गरी क्यान्सर रोगीहरुलाई पुऱ्याएको सेवा अतुलनिय रहेको छ । संस्थाबाट उक्त अस्पताल स्थापना गर्नमा महत्वपूर्ण योगदानको मन्त्रालय सम्मान व्यक्त गर्दछ । क्यान्सर रोग सम्बन्धि जनचेतनाको अभावले गर्दा गाउँघरका मानिसहरु त्रसित रूपमा रहेको देखिएका छन् । यस संस्थाद्वारा सञ्चालित कामर्यक्रमहरुलाई अझ व्यापक रूपमा देशैभर सञ्चालनका लागि सरकारको तर्फबाट गर्नुपर्ने सहयोगहरु प्रदान गर्ने प्रतिवद्धता व्यक्त गर्दछु ।

अन्त्यमा नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाको उत्तरोत्तर प्रगतिको कामना गर्दछु ।

डा. रोशन पोखरेल  
सचिव

**14 August 2023**

Mahesh Shrestha  
President  
Nepal Cancer Relief Society  
नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्था  
PO Box 3314  
Kathmandu, Nepal

# Message



## CONGRATULATIONS

Dear Mr Shrestha,

On behalf of Prostate Cancer Foundation of Australia, congratulations on the auspicious occasion of the 41<sup>st</sup> Anniversary of the Nepal Cancer Relief Society (NCRS).

Over the past 41 years, the NCRS has helped to fight against the spread of cancer in Nepal, establishing branches in 44 districts and mobilising 15,000 volunteers nationwide.

The NCRS has been at the forefront of tobacco control for four decades, working tirelessly not just to cure cancer, but to prevent it from occurring. This is important and lasting work, which will prevent many avoidable deaths and save many thousands of lives into the future.

The NCRS is also worthy of the highest commendation for its support of cancer patients and their wellbeing with an emphasis on quality of life and cancer care.

There can be no doubt that the NCRS has played a leading role in cancer control in Nepal – helping prevent cancer, detect it early, and beat it – while supporting those affected.

We are honoured to work alongside you in the international cancer control community.

Please accept our very best wishes once again on this auspicious milestone.

Yours sincerely,

**Professor Jeff Dunn AO**  
**Chief of Mission and Head of Research | Prostate Cancer Foundation of Australia**  
**President | Union for International Cancer Control**





# शुभकामना

स्थापनाकालदेखि आजसम्म क्यान्सर रोगविरुद्धको अभियानमा अनवरत काम गरिरहेको हाम्रो संस्था, नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाले आज आफ्नो ४१औं स्थापना दिवस मनाउदैछ, भन्न पाउँदा आफैमा गौरवान्वित महसुस भइरहेको छ। यो क्षणमा सुरुवाती दिनहरुमा संस्थाको जग बसाल्न खटिनुभएका सम्पूर्ण पूर्वअध्यक्षज्यूहरु, सहयोगी हातहरु, अनुसन्धाता, स्वयंसेवी चिकित्सक र विभिन्न माध्यमबाट हाम्रो यात्रामा जोडिन आईपुग्नु भएका समस्त महानुभावहरुलाई ससम्मान स्मरण गर्न चाहन्छु। तपाईंहरुको प्रयासबाटै आज हाम्रो संस्था ४० वर्ष पार गरेको परिपक्व र अनुभवी अवस्थामा आईपुगेको छ।

क्यान्सर रोग मात्र नभइ यो एउटा सामाजिक समस्या पनि हो। जसले व्यक्तिको परिवार र सिंगो समाजलाई नै प्रभावित बनाउँछ। चुनौतिको रुपमा रहेको यो रोगको न्यूनीकरण र रोकथामका लागि हरतरहबाट तपाईं हाम्रो सहकार्य अपरिहार्य छ। विगतका दिनमा भएका कमी कमजोरीबाट पाठ सिक्दै, सच्चिदै भोलिको पुस्तालाई यो संस्थाको मर्म अनुरूप काम गर्न जिम्मेवार बनाउनुपर्ने जिम्मेवारी हामी माफ्र छ।

हाम्रो जस्तो देशमा सबैको स्वास्थ्य सेवामा पहुँचका लागि सरकारका कार्यक्रमहरु मात्र प्रयाप्त नहुने ठानी आफ्नो तर्फबाट क्यान्सरको नकारात्मक असरलाई कसरी कम गर्ने भन्ने सवालमा यसको निदान महत्वपूर्ण हुने निष्कर्षसहित निकट भविष्यमा नै हामी एक अत्याधुनिक क्यान्सर डाइग्नोस्टिक सेन्टर सञ्चालनको कार्यलाई अधि बढाउँदैछौं। यस महत्वपूर्ण कार्यको थालनीमा हामीलाई सहयोग गर्नुहुने हाम्रा दाताहरुप्रति सधैं कृतज्ञ रहनेछौं। आजका दिनसम्म विश्वमा नसर्ने रोगहरुमध्येको प्राणघातक यो रोगसँग निदानात्मक र उपचारात्मक दुवै विधिबाट लड्नुपर्ने भएकाले तपाइ हाम्रो सहकार्य अत्यन्तै आवश्यक छ।

क्यान्सर रोगको एउटा कारक मानिएको सूतीजन्य पदार्थको प्रयोग र बिक्री वितरणमा विद्यमान ऐन कानूनहरुलाई पालना गर्न र गराउन राज्यसँगै हाम्रो सामूहिक जिम्मेवारी भएको कुरालाई मनन गर्नुपर्छ। आजका युवा र भोलिको पुस्ताका लागि समेत जिम्मेवार समाज निर्माणमा तपाईं हामी आजैदेखि लाग्नुपर्ने देखिन्छ। आजैबाट हामी आफूबाट सुरु गरी हाम्रा आफन्त, छरछिमेक र समाजलाई धुम्रपानरहित समाज बनाउन सके सिंगो देशमा सूतीजन्य पदार्थ

प्रयोगको मात्रा कम गर्ने हाम्रो प्रयासमा टेवा पुग्न सक्छ। दूरदराजका गाउँहरुमा स्वास्थ्य सम्बन्धी चेतना फैलाउने, जनजनमा स्वस्थ जीवनशैली र खानपानबारे जानकारी पुऱ्याउने काम एक्लो प्रयासबाट पक्कै पनि सफल हुनेछैन।

केन्द्रबाट भईरहेका क्यान्सर रोग सम्बन्धी नियमित कार्यक्रम, विभिन्न कृयाकलापलाई जनस्तरसम्म पुऱ्याउन भविष्यमा अझ बृहत्तर ढङ्गले अधि बढाउन हामी प्रतिबद्ध छौं। रोगसँग सम्बन्धीत जुनसुकै सवालमा सरकारसँग आवश्यक लडि गरी, सरकार र जनताबीचको सेतुका रुपमा हामी सधैं जिम्मेवारीका साथ काम गर्ने छौं। केन्द्रसँगै हामीले हाम्रा ४५ जिल्लामा फैलिएका शाखाहरुबाट पनि क्यान्सरको रोकथाम र नियन्त्रणका लागि निरन्तर विभिन्न जानकारीमूलक गाी तविधि गर्दै आएका छौं। जिल्लामा कृयाशील हाम्रा शाखाहरुसँग सहकार्य गरी हाम्रो प्रयासमा सहयोग गरिरहनु भएका सम्पूर्ण महानुभावहरु, संघसंस्था लगायत सरोकारवालाहरुलाई भोलिका दिनमा अझ रचनात्मक कार्यमा लाग्न हार्दिक अनुरोध गर्न चाहन्छु।

४१औं वार्षिक उत्सवको सम्पूर्णमा हार्दिक शुभकामना। धन्यवाद।

“फुटेर होइन जुटेर, क्यान्सरलाई जितौं हाँसेर”

  
महेश श्रेष्ठ  
अध्यक्ष



## गीत

धूम्रपान मुक्त बनोस् हाम्रो परिवार  
अर्बुद रोग संस्था भन्छ सधैं होसियार  
होसियार होसियार.....॥

बिउँभ्र जाग धूम्रपानका अम्मलीहो आज ॥  
धूम्रपान मुक्त जीवन बाँचौं विश्व माभ्र  
धूम्रपान मुक्त बनोस् हाम्रो परिवार  
अर्बुद रोग संस्था भन्छ सधैं होसियार  
होसियार होसियार.....॥

साहसीको प्रतिक होईन दुर्बल बनाउछ ॥  
सफलताको के कुरा जीवन नष्ट पार्छ ॥

धूम्रपान मुक्त बनोस् हाम्रो परिवार  
अर्बुद रोग संस्था भन्छ सधैं होसियार  
होसियार होसियार.....॥

अकालमै ज्यान लिने क्यान्सरको साथी ॥  
आजै छोडी खैनी, सुर्ती कति हुन्थ्यो जाति ॥

धूम्रपान मुक्त बनोस् हाम्रो परिवार  
अर्बुद रोग संस्था भन्छ सधैं होसियार  
होसियार होसियार.....॥

रचना : देवी प्रसाद घिमिरे  
संगीत : दीप श्रेष्ठ  
गायक: रोशन राज गुरुड, नारायण लामा  
गायिका : माण्डवी त्रिपाठी, योगिता मोक्तान

## विषय सूची

सूर्तीजन्य पदार्थ नियन्त्रणको बाटो - नीति कि कार्यान्वयन ? डा. जयकुमार गुरुड	२
क्यान्सर भएपछि कहाँ जाने के गर्ने ? डा. प्रकाश राज न्यौपाने	४
क्यान्सर, मधेश र अबको बाटो डा. अजय कुमार भ्ना	५
हाम्रो संस्था र सपना लेख बहादुर श्रेष्ठ	६
बाल क्यान्सर : उपचार, फलो-अप र एक चिकित्सक प्रा.डा. रामेश्वर प्रसाद पोखरेल	७
सार्कोमा: बिर्सिएको क्यान्सर डा. जनिथ सिंह	१०
Immunohistochemistry in management of Cancer patient Dr Diksha Karki	12
बदलिँदो जीवनशैली र स्तन क्यान्सरको जोखिम डा. सम्पदा श्रेष्ठ	१३
नेपालमा स्तन क्यान्सरको उपचार र चुनौती डा. सुजिता हिराचन	१४
समयमै पहिचान र उपचार, क्यान्सरबाट पार डा. प्रकाश बुढाथोकी	१६
स्तन क्यान्सर जितेकी गायिका देविका वन्दनालाई दश प्रश्न अन्तरवार्ता	१८
Breast Cancer Status in Nepal Dr. Prafulla Shakya	२०
क्यान्सर, सूर्तीजन्य पदार्थ र यसका अवयवहरू प्रकाश खतिवडा	२१
Navigating Complex cases: The Roles of Tumor Board in Cancer Care Prof. Pradeep Vaidya	२२
केन्द्रीय कार्यालयको गतिविधि	२४
विश्व क्यान्सर दिवस	२६
NCRS Tumor Board Meeting	३०
बार्षिक कार्य-योजना तालिका (२०८०/०८१)	३२
नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाकाबाट वितरीत २०७०-७९ सम्म पुरस्कार पाउने व्यक्तित्वहरू	३४
नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्था जिल्ला शाखाका गतिविधिहरू	३७



# नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्था

## Nepal Cancer Relief Society (NCRS)

हाल सम्मका पूर्व अध्यक्षहरु



**स्व. जयन्ती शाह**

पूर्व अध्यक्ष (२०३९-२०४७)



**स्व. डा. अञ्जनी कुमार शर्मा**

पूर्व अध्यक्ष (२०४५-२०५३ जेष्ठ)



**कर्ण शाक्य**

पूर्व अध्यक्ष (२०५३ जेष्ठ-२०५३ माघ)



**स्व. हरिप्रसाद पौडेल**

पूर्व अध्यक्ष (२०५३ माघ-२०५७ पौष)



**दिवाकर राजकर्णिकार**

पूर्व अध्यक्ष (२०५७ पौष-२०६५ पौष)



**जीत बहादुर श्रेष्ठ**

पूर्व अध्यक्ष (२०६५ पौष-२०६६ पौष)



**लोकेन्द्र कुमार श्रेष्ठ (ईश्वर)**

निवर्तमान अध्यक्ष (२०६६ पौष-२०७६ फल्गुन)

# नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्था

## Nepal Cancer Relief Society (NCRS)

### वर्तमान केन्द्रीय पदाधिकारीहरु



**महेश श्रेष्ठ**

अध्यक्ष

ठेगाना: संखुवासभा

सम्पर्क: ९८५१०३५८३०

ईमेल: mahesh.ncrs@gmail.com



**लोकेन्द्र कुमार श्रेष्ठ**

निवर्तमान अध्यक्ष

ठेगाना: धनकुटा

सम्पर्क: ९८४१२२१९६२

ईमेल: ishwor650@hotmail.com



**कृष्ण बहादुर बस्नेत**

उपाध्यक्ष

ठेगाना: भोजपुर

सम्पर्क: ९८४१६७६१९८

ईमेल: egckrishna@gmail.com



**नारायण कुमार कोइराला**

अध्यक्ष

ठेगाना: सुर्खेत

सम्पर्क: ९८५८०५००११

ईमेल: narayan.bheri@yahoo.com



**विमल कुमार होडा**

ठेगाना: काठमाडौं

सम्पर्क: ९८४१३०५७३९

ईमेल: ncrsgs@gmail.com



**दिनेश शंकर पालिखे**

ठेगाना: कास्की

सम्पर्क: ९८५६०२०२४५

ईमेल: dspalikhe@gmail.com



**प्रकाश खतिवडा**

उप-महासचिव

ठेगाना: मकवानपुर

सम्पर्क: ९८५५०२७७५०

ईमेल: pkhatiwadanp@gmail.com



**राधा कार्की**

उपकोषाध्यक्ष

ठेगाना: भ्नापा

सम्पर्क: ९८४२६३८१५७

ईमेल: secretariatofdeputymayor@gmail.com



# नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्था

## Nepal Cancer Relief Society (NCRS)

### वर्तमान केन्द्रीय पदाधिकारीहरु



**विजेश अवाल**  
सदस्य  
ठेगाना: भक्तपुर  
सम्पर्क: ९८५१०४६३१४  
ईमेल: awalbijesh@gmail.com



**डा. प्रकाशराज न्यौपाने**  
सदस्य  
ठेगाना: दाङ  
सम्पर्क: ९८५१०२५९८८  
ईमेल: prneupane@gmail.com



**कमल श्रेष्ठ**  
सदस्य  
ठेगाना: धनकुटा  
सम्पर्क: ९८४२०३०१७९  
ईमेल: kamal1234shrestha@gmail.com



**डोर प्रसाद भट्टराई**  
सदस्य  
ठेगाना: सलार्ही  
सम्पर्क: ९८४१८५१८११  
ईमेल: bhattarai prasad@gmail.com



**रती श्रेष्ठ**  
सदस्य  
ठेगाना: सिन्धुपाल्चोक  
सम्पर्क: ९८४१२६३८०२  
ईमेल: ratee.bdyeing@gmail.com



**हर्ष नारायण कामाचार्य**  
सदस्य  
ठेगाना: काभ्रेपलान्चोक  
सम्पर्क: ९८४१४८९०२९  
ईमेल: harshakarmacharya2@gmail.com



**जय कुमार उपाध्याय**  
सदस्य  
ठेगाना: सिन्धुली  
सम्पर्क: ९८५४०२३५२९  
ईमेल: contractorjaykumar@gmail.com



**दिपेन्द्र बान्तवा**  
सदस्य  
ठेगाना: संखुवासभा  
सम्पर्क: ९८५१००६६०३  
ईमेल: bantawadipendra@gmail.com



**प्रो. डा. प्रदीप वैद्य**  
सदस्य  
ठेगाना: काठमाडौं  
सम्पर्क: ९८५१०४१११९  
ईमेल: praidya@yahoo.com

# नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्था

Nepal Cancer Relief Society (NCRS)

## प्रदेश संयोजकहरु



मणेश कोइराला  
बागमति प्रदेश



बिकास बनेपाली  
कोशी प्रदेश



यामेन्द्र वलि  
लुम्बिनी प्रदेश



राम प्रसाद बास्ताकोटी  
गण्डकी प्रदेश



तेजकुमारी जी.सी  
कर्णाली प्रदेश



मधेश प्रदेश



सुदुरपश्चिम प्रदेश



## PRESIDENT TRAVEL & TOURS

Hunting line +97714200245/ email: info@president.com.np

www.ptnepal.com





# नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्था

Nepal Cancer Relief Society (NCRS)

## वर्तमान जिल्ला शाखा सभापति



भूपेन्द्र बहादुर ढुङ्गाना  
अछाम



नारायण पौडेल  
अर्घाखाँची



हिमाल कर्मचार्य  
इलाम



लेख बहादुर श्रेष्ठ  
उदयपुर



काठमाडौं



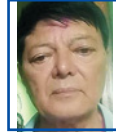
नेपाल सुधार भैया  
का.वा.काभ्रे



प्रेम भुजेल  
कास्की



गोविन्द प्रसाद पौडेल  
चितवन



रेसम लाल श्रेष्ठ  
तनहु



रुद्र बहादुर भुर्तेल  
भापा



राम चन्द्र ऐर  
डडेल्धुरा



राजेन्द्र कुमार येडुवेन  
ताप्लेजुङ्ग



रोमहृष भण्डारी  
दाङ



नारायण प्रसाद रिजाल  
धनकुटा



मधु अधिकारी  
नुवाकोट



उषा शाह  
पसां



काजिमान श्रेष्ठ  
पाँचथर



रेशम बहादुर खत्री  
बागलुङ



सुशील मुडवारी  
बारा



सर्जु प्रधान  
संयोजक भक्तपुर



मधुसुधन गौह  
स्याङ्जा



माधव प्रसाद अधिकारी  
मकवानपुर



धनश्याम राठी  
मोरङ



छोटेलाल साह  
रौतहट



शैलेन्द्र लाल प्रधान  
ललितपुर



कृष्णराज शाक्य  
शंखुवासभा



विनोद कार्की  
सर्लाही



अशोक अमात्य  
सिरहा



भक्त बहादुर बस्नेत  
सिन्धुपाल्चोक



कृष्ण प्रसाद श्रेष्ठ  
सुनसरी



मोतिलाल कडेल  
सुर्खेत



हेनु विष्ट  
साल्खुम्बु



बिबश कर्मचार्य  
म्याग्दी



नविन राई  
खोटाङ



मोहन धमला  
सिन्धुली



प्रकाश बान्तवा  
भोजपुर



शिव नारायण साह  
सप्तरी



अनिल प्रधान  
दोलखा



चन्द्र मणि बराल  
तेह्रथुम



मनोज नारायण श्रेष्ठ  
रामेछाप



पदम बहादुर तमाङ  
ओखलढुङ्गा



रुपेश स्वर्वा  
कैलाली

दमन कुमार श्रेष्ठ  
बाँके



साजना तामाङ कुँवर

## सम्पादकीय

नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाले ४० वर्ष पार गरेर नयाँ वर्षको अध्याय सुरु गर्दैगर्दा नेपालले क्यान्सरका क्षेत्रमा प्राप्त गरेका सफलताका हरेक खुड्किलोमा, एउटा पाइला यो संस्थाको पनि छ। स्थापनाकालदेखि नै क्यान्सर विरुद्धको अभियानमा सक्रिय नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्था आज ४५ जिल्ला शाखाहरु सहित ठूलो परिवार बनिसकेको छ।

नेपालमा सबैभन्दा बढी मृत्यु गराउने नसर्ने रोगहरु मध्ये क्यान्सर, दोस्रो स्थानमा छ। प्रतिवर्ष झण्डै ३० हजारको संख्यामा क्यान्सरका नयाँ बिरामी थपिने गरेको विभिन्न अध्ययनले देखाएको छ। यो दर हरेक वर्ष बढ्दै गइरहेको छ। क्यान्सर नेपाली समाजको मानसिक, समाजिक र आर्थिक समस्या हो। क्यान्सरले बिरामीसँगै सिंगो परिवारलाई हरेक कोणबाट प्रभावित बनाउँछ।

जसरी नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्था क्यान्सरविरुद्धको अभियानमा लागेको छ, त्यसरी नै हरेक नागरिक लाग्ने हो भने यसबाट हुने हानी अवश्य कम गर्न सकिन्छ। तर यसका लागि हाम्रा पूर्व मेचीदेखि पश्चिम महाकालीसम्म दूरदराजका गाउँहरुसम्म क्यान्सर रोग, सूतीजन्य पदार्थ सेवनका नकारात्मक असरहरु, स्वस्थ जीवनशैली र आधारभूत स्वास्थ्य अधिकार के हो? भन्ने चेतना पुऱ्याउन आवश्यक छ। हाम्रा कति ग्रामीण क्षेत्रहरुमा अझै पनि स्वास्थ्य संस्था पुग्दा नपुग्दै महिलाले बाटैमा शिशुलाई जन्म दिन्छन्। कतिपय स्थानमा आज पनि मानिसहरु क्यान्सर भएको हो, भन्ने पत्तो नै नपाई मृत्युवरण गर्नुपर्ने अवस्था छ। रोगको निदान र उपचारमा गाउँ र शहरबीच विद्यमान खाडललाई पुर्न सरकारले स्वास्थ्य क्षेत्रमा अहिले गरेको बजेट विनियोजनलाई बढाउनु अपरिहार्य छ। आफ्ना नागरिकको स्वास्थ्य सेवाको अधिकार सुनिश्चित गर्न हरेक प्रदेशमा विशेषज्ञ चिकित्सक सहितको अत्याधुनिक प्रविधियुक्त अस्पतालहरु सञ्चालन गर्न ढिला गर्नु हुन्न।

नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाले प्रकाशन गरेको यो स्मारिका एउटा पुस्तक मात्रै नभएर क्यान्सर रोगको समग्र अध्ययनका लागि उपयोगी दस्तावेज हो। क्यान्सरसँग जोडिएको वर्तमानको सेरोफेरोका साथै रोगबारे विशेषज्ञ चिकित्सकहरुका छुट्टाछुट्टै आलेखले आज मात्र होइन भविष्यमा पनि क्यान्सरबारे अध्ययन अनुसन्धान गर्न चाहनेका लागि यो स्मारिका महत्वपूर्ण सावित हुनेछ। ४९ औं वार्षिकोत्सव मनाइरहेको नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाका विगतदेखि वर्तमानका उकाली ओरालीहरूसँगै जिल्ला शाखाका गतिविधिहरु र भावी योजना यसमा समेटिएका छन्। विश्व जगतमा क्यान्सर रोगको निदान र उपचारमा भईरहेका अभ्यासहरु र नेपालको स्थान कहाँ छ? भनेर बुझ्न यो स्मारिका सहयोगी हुनेछ।

अन्त्यमा, हाम्रो आग्रहलाई स्वीकारेर आलेखहरु उपलब्ध गराई दिनुहुने समस्त विशेषज्ञ चिकित्सक, बोर्ड सदस्य, जिल्ला शाखाका प्रतिनिधिहरुप्रति आभार व्यक्त गर्न चाहान्छु। संस्थाका अग्रजहरुको अनुभव र नयाँ पुस्ताको उर्जालाई एकसाथ लिएर अधि बढ्न सके संस्था अझ बलियो बन्ने छ। ४९ औं वार्षिकोत्सवका अवसरमा गरिमामय इतिहास बोकेको संस्थसँग काम गर्न पाउँदा निकै हर्ष अनुभूत भएको छ।

धन्यवाद।

# Hot-Air Balloon Ride

Flight Time 30-40 mins

Nepalese - Rs.9500/- per person

SAARC - \$100 per person

Other Countries - \$130 per person

**BOOK NOW**

📍 Lakeside, Pokhara 📞 061-590559 📞 +977-9856047847

## Outsourced Housekeeping

JHS is able to provide clients with a unique outsourcing model.

**Our Contacts**

*Give us a call or drop by anytime, we endeavour to answer all enquiries within 24 hours on business days. We will be happy to answer your questions.*

📍 **Head Office**  
Suite 2/54 Memorial Ave, Liverpool NSW 2170, Australia

📍 **CBD Office**  
Level 6, suite 608/368 Sussex St Sydney NSW 2000, Australia

📞 **Call Us 24/7**  
+61 0414 903 409 | 02 8119 4260

✉ **Mail Us**  
info@jhsservices.com.au





# सूर्तीजन्य पदार्थ नियन्त्रणको बाटो - नीति कि कार्यान्वयन ?



**डा. जयकुमार गुरुङ**  
वरिष्ठ अनुसन्धान विशेषज्ञ,  
नेपाल विकास अनुसन्धान प्रतिष्ठान

नेपालमा नीति राम्रो भए पनि त्यसको कार्यान्वयन पक्ष अत्यन्त फितलो छ। के साँच्चै नै नीति राम्रो भएर कार्यान्वयन मात्र फितलो भएको हो त ? यदि कार्यान्वयन मात्र फितलो भएको भए यसको मुख्य कारण के हो ? यसरी नीति कार्यान्वयन फितलो हुनुमा नीतिको दोष हुन्छ कि हुँदैन ?

वास्तवमा नीतिको कार्यान्वयनमा चुनौती छ भने त्यसका विविध कारणहरू हुनसक्छन्, जसलाई गहिराईमा केलाउन जरुरी छ। जस्तै, नीति आफैमा अस्पष्ट हुनु, नीतिमा नै प्राविधिक त्रुटी हुनु, नीति तर्जुमा गर्दा आवश्यक अनुसन्धान नगरिनु, नीतिको सम्बन्धमा सरोकारवालाहरूको सहभागिता नहुनु, कार्यान्वयनका लागि ठोस प्रयास नै नगरिनु तथा कार्यान्वयनको प्रगतिको नियमित समिक्षा नहुनु आदि।

सूर्तीजन्य पदार्थ नियन्त्रण नीति २०६८ को चर्चा गरौं। यो सूर्तीजन्य पदार्थ नियन्त्रण ऐन २०६८ तत्कालिन आन्तरिम संविधान २०६३ को आधारमा बनेको थियो। यहि नीति भित्र रही सूर्तीजन्य पदार्थ नियन्त्रण निर्देशिका २०७१ तर्जुमा भई लागू गरियो। नीति र निर्देशिका लागू भएको एक दशक बित्दैगर्दा बल्ल यसको कार्यान्वयनको समिक्षा गरेर अझै पनि हामी भन्दै छौं, “नीति राम्रो तर कार्यान्वयन राम्रो भएन।” एक त यसरी समिक्षा गर्न धेरै नै ढिला भैइरहेको छ भने अर्कोतिर कार्यान्वयनमा नै प्रभावकारी पहल नभएको भनेर संका गर्ने प्रशस्त ठाँउहरू छन्।

उक्त नीति र निर्देशिकामा रहेका बुँदाहरू गहिरो अध्ययन गर्दा यसको कार्यान्वयन पक्ष ज्यादै नै फितलो भएको भन्नलाई गाह्रो छैन। जुन यत्रतत्र सर्वत्र देखिन्छ। साँच्चै नै मौजुदा नीतिको कार्यान्वयनतर्फ धेरै गर्न बाँकी रहेको देखिन्छ। सूर्तीजन्य पदार्थको नीति र कार्यान्वयनको कुरा गर्दा भन्नै पर्ने हुन्छ, यसको नीतिको बारेमा सर्वसाधारण र सरोकारवाला निकायहरूलाई थाहै नहुनु पहिलो, नीतिगत अस्पष्टता दोस्रो र जानकार सरोकारवालाहरूको वेवास्ता तेस्रो कारक हो।

## जवाफदेही निकाय

सबैभन्दा पहिले नीति लागू गर्ने जवाफदेही निकाय कुन हो, यदि तोकिएको संस्थाले प्रभावकारी कार्यान्वयन नगरे को कसरी जवाफदेही हुनुपर्छ भन्ने प्रष्ट हुन जरुरी छ। संघीय संरचनामा यसको जवाफदेही निकाय स्वतः स्थानीय निकाय हो। तर, यो कुरा निर्देशिकामा उल्लेख भएको छैन। कार्यान्वयन गर्ने निकाय नै किटान नगरिएको अवस्थामा जवाफदेहिताको प्रश्न कति स्वाभाविक छ ? यो सूर्तीजन्य पदार्थ ऐन, नियमावली २०६८, आन्तरिम संविधान २०६३ को अनुसार बनेको हुनाले त्यसबेलासम्म स्थानीय निकायहरूको भूमिका यकिन भैइसकेको थिएन। जब नेपालको संविधान २०७२ लागू भयो, जनतामा नीहित नैसर्गिक अधिकारहरू जस्तै शिक्षा, स्वास्थ्य आदिको दायित्व स्थानीय निकायलाई दिइयो। यसरी, धूम्रपान जस्ता स्वास्थ्यमा असर पार्ने अखाद्य बस्तुको नियन्त्रण र निगरानीको जिम्मेवारी स्थानीय निकायमा आएको बुझ्नुपर्ने हुन्छ।

मौजुदा ऐन २०६८ ले नेपाल सरकारको कुन निकाय, त्यसको संयन्त्र के हुने र त्यसका लागि स्रोत साधनको व्यवस्थापनको पाटो के हो, कुनै पनि सरकारी दस्तावेजमा स्पष्ट उल्लेख नभएका कारण प्रभावकारी कार्यान्वयनमा असर परेको बुझ्न सकिन्छ। यसको समाधानका लागि सबैभन्दा पहिला, संविधान अनुसार सूर्तीजन्य पदार्थ नियन्त्रण जस्ता सवाल यसको उपभोग, व्यापार, व्यवसाय आदिमा स्थानीय सरकारको क्षेत्रभित्र पर्दछ र यसमा प्रत्यक्ष नियन्त्रण पनि स्थानीय सरकार कै हुन्छ भनेर कार्यविधि तर्जुमाका लागि निर्देशिका उपलब्ध गराउँदा राम्रो हुन्छ।

खुसीको कुरा हाल स्थानीय निकायहरूले यही ऐन २०६८ र निर्देशिका २०७१ को कार्यान्वयन कार्यविधिहरू तयारी गरिहेको, कार्यविधि अनुसार पदार्थ नियन्त्रणका गतिविधि गरीरहेको र केहि सफलताको समाचारहरू पढ्न पाइएको छ। स्थानीय सरकारहरूबीच सूर्तीजन्य पदार्थ नियन्त्रणका गतिविधि गर्ने गराउने लहर र प्रतिस्पर्धा नै चलेको देखिन्छ, जुन आफैमा राम्रो थालनी हो। तर, यो ऐन अर्न्तगतका दफा, उपदफाहरू कार्यान्वयनमा जाँदा र विशेषगरि भविष्यमा कार्यविधि उल्लंघन गर्नेहरूमा कानूनी कारबाही गर्नु परेको खण्डमा स्थानीय सरकार नीतिगत रूपमा बलियो बन्न जरुरी छ।

सूर्तीजन्य पदार्थ नियन्त्रण ऐन २०६८ मा आधारित रहि स्थानीय तहले तपसिलका मुख्य बुँदाहरू समेटिएको कार्यविधि बनाएर अधि बढ्न सक्ने देखिन्छ।

सरकारी निकाय, संस्थाका कार्यालय, शिक्षण संस्थाहरु, सार्वजनिक सवारी साधन, सार्वजनिक शौचालय, उद्योग कलकारखाना, होटेल, मोटेल अतिथि गृह, रंगशाला आदि सार्वजनिक क्षेत्र तोकि ती ठाँउहरुमा धुम्रपान तथा सूती सेवन गर्न नपाइने। पर्याटकीयस्थल, विमानस्थल, होटेल आदिमा धुम्रपान गर्नका लागि अन्य व्यक्तिहरुलाई असर नपर्ने गरि आवश्यक व्यवस्था मिलाउने स्पष्ट उल्लेख गरिनुपर्ने छ। त्यस्तैगरी ऐनम यस्ता वस्तुको उत्पादन र विक्री वितरण गर्दा प्याकेट वा च्यापर्समा आकर्षक चित्रहरु राख्न नपाइने, विक्रीका लागि सजावट गर्न नपाइने, कसैले पनि फुटकर रुपमा चुरोट विँडी वा सिगारका खिल्ली विक्री वितरण गर्न नपाउने बुँदाहरु संलग्न गरिएको छ। तोकिएका सार्वजनिक स्थलहरु, अस्पताल, स्वास्थ्य केन्द्र, विद्यालय, सरकारी सेवाका भवन, बस पार्क आदिबाट १०० मिटरको वरिपरि सूतीजन्य पदार्थ विक्री वितरण रोक लगाउने, १८ वर्ष उमेर मुनिका तथा गर्भवती महिलालाई सूतीजन्य पदार्थ विक्री वितरण गर्न नपाइने, खुल्ला खिल्ली विक्री वितरण गर्न नपाइने जस्ता बुँदाहरु उल्लेख गर्न सकिन्छ।

### सुसूचित अभियान

सूतीजन्य पदार्थप्रति हाम्रो समाजको परम्परागत धारणा सहज किसिमको छ। अर्थात सूतीजन्य पदार्थको उपभोग र व्यापारलाई धेरै कठोर, खतरनाक, वा अपराधिक रुपमा लिइएको छैन। जसले गर्दा यसको नियन्त्रण र धुम्रपानलाई बर्जित गर्ने अभियान प्रभावकारी बन्न सकिरहेको छैन।

सूतीजन्य पदार्थको बेफाइदा र नकारात्मक पक्षको कुरा गरियो भने धेरैजनाले आफ्नो बाजे बराजुले तमाखु भरेको र ती बाजे बज्यैहरु सयौं वर्ष बाँचेको उदाहरण दिएर सहजीकरण गर्न खोज्छौं। हुँदाहुँदा आजकल हरेक होटेल रेष्टुरेन्टमा फेसनको रुपमा चलेको हुक्का बारलाई यो अस्वस्थ छैन, फुलेभर मात्र हो भन्दै जबरजस्ती सजिलो बनाउन कोशिस गरिरहेका छौं। तर, हुक्काको नकारात्मक असर चुरोटको भन्दा कम छैन, जुन कुरा धेरैलाई थाहा छैन।

त्यस्तै गरि हिजोआज सर्वत्र देखिने ई-सिग्रेटलाई मानिसहरुले परिवारकै सानको रुपमा लिने गरेको पाइन्छ। यो विल्कुल गलत हो। किनकी ई-सिग्रेट अन्य साधारण सिग्रेट भन्दा भन्ने बढी स्वास्थ्यका लागि हानीकारक छ।

### फितलो कारवाही

सूतीजन्य पदार्थ नियन्त्रण ऐन २०६८ को अधिकांश दफा र उपदफाले धुम्रपान सम्बन्धी के-के गर्न यस ऐनले बर्जित गर्दछ भन्ने बारे उल्लेख गरेको छ। तर, उल्लंघन भएमा के कारवाही हुने भन्ने बारेमा धेरै नै कम चर्चा गरिएको छ। कारवाहीको रुपमा राखिएका बुँदाहरु धेरै कमजोर खालका छन्। उदाहरणका लागि, सार्वजनिक स्थलमा सूतीजन्य पदार्थ सेवन गरे कस्तो कारवाही हुने भन्ने विषयमा यदि कसैले सार्वजनिक स्थलभित्र सूतीजन्य पदार्थ सेवन गरेको पाइएमा प्रहरीले अनुगमन र निरीक्षण सहयोग गर्नुपर्ने, उसलाई सार्वजनिक स्थलबाट सम्झाइ बुझाई हटाउन सक्नेछ वा रु १०० जरिवाना गर्न सकिने वा यी दुवै कारवाही गर्न सकिनेछ भन्ने उल्लेख छ। यसरी ऐनले आफै धुम्रपान गर्नेलाई न्यून सजाय तोकेर सामान्यीकरण गरेको छ। यो कारवाहीको कमजोर व्यवस्था र जरिवानाले ऐनको उपहास गरेको छ भने धुम्रपान गर्ने छुट दिएको छ भन्दा फरक नपर्ला।

हिजोआज टोलहरु सुधार गर्ने क्रममा विभिन्न नीति नियम बनाउने, पालना गर्ने आफ्ना टोललाई “नमूना आदर्श टोल” को रुपमा विकास गर्ने घोषणा गर्ने लहर चलेको छ, तर यसको सूचीमा धुम्रपान सेवन र यसका बढ्दो व्यापारलाई रोक्ने कुनै व्यवस्था गरेको पाइन्न। धुम्रपानका विषयलाई हाम्रो समाजले सामान्यीकरण गर्दै लगेको, यो एउटा उदाहरण हो। कुनै समाजमा धुम्रपान गरिन्छ भने त्यो समाज आदर्श समाज बन्न सक्दैन। अतः एउटा आदर्श समाज बन्नको निमित्त धुम्रपानरहित हुनुपर्छ भन्ने महशुस सबैलाई अनिवार्य गराउन जरुरी छ।

### निरीक्षणको व्यवस्था

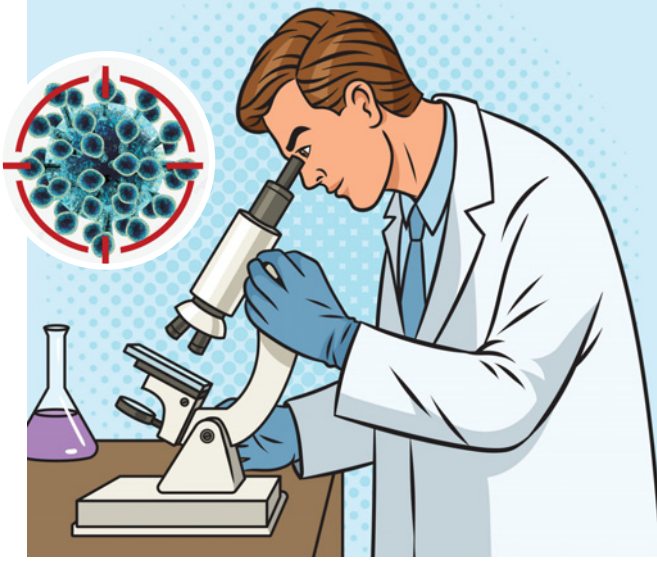
सूतीजन्य पदार्थ नियन्त्रण सम्बन्धी ऐन उल्लंघन गरे नियमन र कारवाहीको अधिकार स्थानीय निकायमा बनेको उपसमितिको हुनेछ भनेर ऐनले नै एउटा अमूक पात्रको कल्पना मात्र गरेको छ। यसअघि प्रमुख जिल्ला अधिकारीको मातहतमा सहायक प्रमुख जिल्ला अधिकारीको जिम्मामा रहने अभ्यास भएपनि संघीयता लागूभएपछि हाल सो जिम्मेवारीमा स्थानीय तह छ। सूतीजन्य पदार्थ नियन्त्रण ऐन २०६८, तात्कालिन आन्तरिम सविधान २०६३ अनुसार बनेको हुनाले यस यसलाई संसोधन गरि स्थानीय तहलाई अधिकार प्रत्यायोजन गर्न ढिला भइसकेको छ।

सूतीजन्य पदार्थको प्रयोग र रोकथामका नीतिहरु अनुमगन गर्न विश्व स्वास्थ्य संगठनले अधि सारेको “Mpower” को शुत्रलाई स्थानीय निकायले अवलम्बन गर्न सक्छन्। जस अन्तर्गत :- अनुगमन, उ - मानिसहरुलाई सूतीजन्य पदार्थको दुर्व्यसनबाट जोगाउने, य-यदि कोहि लतमा फसीसकेका छन् भने उनलाई उद्धार गरि त्याग गर्ने सेवाको व्यवस्था, ध-सूतीजन्य पदार्थको खताराको बारेमा सुसूचित गर्ने, भ -प्रतिबन्धको नियम पालना कडाइका साथ लागू गर्ने, च- सूतीजन्य पदार्थ जस्तो अखाब बस्तुमा व्यापक कर वृद्धि गरि उपभोक्ताको पहुँचबाट टाढा राख्ने।

### नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाको भूमिका

आत्मालाई साक्षी राखी मन बचन र कर्मले काम गर्ने भन्ने उदेश्यले स्थापित “नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्था” नेपालमा सूतीजन्य पदार्थ नियन्त्रणको क्षेत्रमा अवरत चार दशकयता पैरवी गर्दै आएको छ। यस गैरनाफामुलक संस्थासँग रोगबाट बच्न देशव्यापी रुपमा कार्य गर्नेमात्र नभएर रोग लागिसकेको उपचारका लागि सामुदायिक अस्पताल सञ्चालन गरेको पनि अनुभव छ। धुम्रपानको लत लागेकाहरुलाई त्यसबाट कसरी छुटकारा पाउने भनेर परामर्श दिन संस्थाले पहिलो पटक परामर्श सेवा शुरु गरेको थियो, जुन कार्यलाई आजसम्म निरन्तरता दिदै नेपालकै एक मात्र संस्था कायम छ। यस संस्थालाई नेपाल सरकारले विशेष अधिकार र स्रोत साधन सम्पन्न गरेर परिचालन गर्न सके थोरै समयमा व्यापक परिवर्तन आउन सक्छ। अपर्याप्त स्रोतसाधन व्यवस्थापनको कारण र आवश्यक समन्वय नहुँदा संस्था पूर्णक्षमतामा संचालन हुन नसकेको देखिन्छ। सूतीजन्य पदार्थ नियन्त्रणको क्षेत्रमा नेपाल अर्बुदरोग निवारण संस्थाका देशव्यापी संयन्त्र र सञ्जालहरु परिचालन गरि अधि बढ्नु सरकारका लागि पनि ठूलो अवसर हुनसक्छ।

४१औं वार्षिक उत्सवको उपलक्ष्यमा यस संस्थाको उत्तरोत्तर प्रगतिको हार्दिक शुभकामना।



## क्यान्सर भएपछि कहाँ जाने, के गर्ने ?



**डा. प्रकाश राज न्यौपाने**  
पीएचडी (Surgical Oncology)  
अध्यक्ष, नेपाल क्यान्सर सर्जन समाज  
केन्द्रीय सदस्य, नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्था

नर्सने रोगहरु मध्ये सबैभन्दा धेरै मृत्यु हुने (७०% मृत्यु) प्राणघातक रोग हो, क्यान्सर। यो रोग सुरुमा पत्ता लगाउन गाह्रो हुने र उपचारमा खर्च पनि धेरै हुने हुदाँ हरेकले यस रोगबाट बच्न, सम्तो, छिटो छरितो र स्तरीय उपचार गर्न बेलैमा ध्यान पुऱ्याउनु पर्छ। क्यान्सर रोगको उपचार यस सम्बन्धी अध्ययन गरेका, अनुभवी र हाल विश्वव्यापी रूपमा भैरहेको अनुसन्धानसँग परिचित अंकोलोजिष्टसँग गराउनुपर्दछ। क्यान्सरको उपचार र पद्धतिबारेको जानकारी पछिल्लो समय विभिन्न संस्थाहरुको वेबसाइटहरुमा पनि निशुल्क पाउन सकिन्छ। हाल प्रायः जसो चिकित्सकहरुले NCCN guidelines (nccn.org) र ESMO guidelines अनुसार उपचार गर्ने हुदाँ उक्त वेबसाइट निशुल्क प्रयोग गर्न सकिन्छ। क्यान्सर सम्बन्धी मेरो करीब ३७ वर्षको अनुभवका आधारमा केही विषयहरुको चर्चा गरौं।

१. क्यान्सर हुन नदिने दुई वटा भ्याक्सिनहरु हेपाटाइटिस बी र एच. पी. भी. छन्। जसले कलेजोको क्यान्सर र पाठेघरको मुखको क्यान्सर हुनबाट बचाउछ। सरकारले यी भ्याक्सिन निशुल्क उपलब्ध गराउँछ, त्यो अनिवार्य लगाउने।
२. नेपालमा कान्ति बाल अस्पताल र भरतपुरस्थित विपि कोइराला क्यान्सर अस्पतालमा बच्चाको क्यान्सरको निशुल्क उपचार हुन्छ।
३. जेष्ठ नागरीक, अपाङ्गता भएका व्यक्ति र विपन्न आदिलाई सरकारले निशुल्क स्वास्थ्य बीमा गर्दछ।
४. क्यान्सरका विरामीहरुलाई सरकारले मासिक पाँच हजार जीवन निर्वाह भत्ता दिन्छ।
५. क्यान्सर विरामीलाई सरकारले विपन्न शिर्षकमा एक लाख रुपैयाँसम्मको उपचार सुविधा दिदै आएको छ, त्यसमा प्रदेश सरकारले पनि थप रकम दिन्छन्।

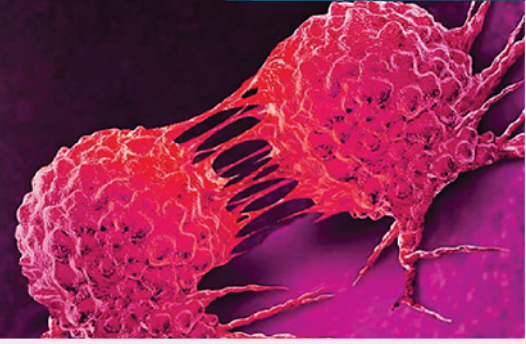
६. बैंकमा खाता खोल्दा पनि धेरै बैंकहरुले क्यान्सरको विरामीहरुको बीमा गरी दिन्छन्।
७. क्यान्सरको निदान र उपचारमा नेपालमा सुविधा नभएमा विदेश जान नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाको सिफरिसमा हवाई भाडामा सहूलियत पाईन्छ।
८. केही महंगा औषधीहरु पाटन अस्पताल र विपि -कोइराला क्यान्सर अस्पतालमा निशुल्क पाईन्छ।
९. धेरै जसो रोगहरुमा PET-CT जरुरत पर्दैन त्यसैले PET-CT को पछि नलाग्ने।
१०. सुरुमा नै क्यान्सर विशेषज्ञलाई देखाएमा अनावश्यक परीक्षण गर्नु पर्दैन र उपचार पनि स्तरीय हुन्छ।
११. फलो-अपमा प्रायः जसो धेरै परीक्षण गर्नु पर्दैन, निश्चित रोगलाई निश्चित परीक्षण गरे मात्र पुग्छ।
१२. विरामीलाई परिवारको हेरचाह, घरको खाना, योगा, घरायसी जडीबुटी आदिले पनि छिटो निको हुन मद्दत गर्दछ।
१३. आफ्नो उपचार सम्बन्धी कागजहरु राम्रोसँग मिलाएर राख्नु पर्छ। आफुलाई सञ्चो नभएको महसूस भएमा आफ्नो चिकित्सकसँग नियमित सम्पर्क गर्नुपर्छ, फोन, भाइबर, मेसेन्जर आदिमा पनि सम्पर्क गर्न सकिन्छ।

सबै क्यान्सरको उपचार विधि एउटै हुँदैन। एउटै प्रकृतिको क्यान्सरको उपचार पनि त्यसको प्रकार, स्टेज, विरामीको अवस्था हेरी फरक-फरक हुन्छ। उपचारमा लाग्ने रकममा भिन्नता रहन्छ। उदाहरणको लागि एउटा सानो छालाको क्यान्सरलाई एउटा सामान्य अप्रेसन गर्दा एक दुई हजारमा पुग्ने निको हुन सक्छ, तर एउटा कलेजो वा ब्लड क्यान्सरलाई अंग प्रत्यारोपण गर्नुपर्ने हुन सक्छ। जुन करोडौं खर्च गरे पनि निको नहुन सक्छ। यसैले क्यान्सर लागेपछि खर्च कम गर्न समयमै सजगता अपनाउनु पर्दछ।





**डा. अजय कुमार भा**  
सिनियर कन्सलटेन्ट  
रगत एवं क्यान्सर रोग विशेषज्ञ  
बयोधा अस्पताल



## क्यान्सर, मधेश र अबको बाटो

हिमाल, पहाड, तराई भौगोलिक बनावट भएको देश नेपाल बहुजाती, बहुभाषी र बहुसंस्कृतिको विविधताले भरिपूर्ण छ। दक्षिण एसियाको एक विकाशोन्मुख मुलुक नेपालका कतिपय स्थानमा अझै पनि आधार भूत स्वास्थ्य सेवा पुग्न सकेको छैन। ती स्थानहरूमा सामान्यभन्दा सामान्य स्वास्थ्य समस्याले पनि मानिसहरूले ज्यान गुमाउनु परिरहेको छ। बेलाबेलामा संसारभर फैलने सरुवा रोग तथा महामारीसँगै अधि बढीरहेको नेपाल विश्वभरमै मानव स्वास्थ्यका लागि गम्भीर चुनौतिका रूपमा रहेको मुटुरोग, क्यान्सर जस्ता भयानक रोगको बढ्दो समस्याबाट पनि गुञ्जिरहेको छ। जिवनशैली र खानपानमा आएको परिवर्तन, कृषि क्षेत्रमा प्रयोग हुने विषादीहरू, रासायनिक मल, मदिरा, सूतीजन्य पदार्थको सेवन जस्ता कुराले क्यान्सर बढ्नमा थप बल पुगेको छ।

समग्र जनसंख्याका आधारमा क्यान्सरका बिरामीको तथ्याङ्क लिने काम हालसम्म नभएकाले पनि देशमा क्यान्सर रोगीको संख्या कति छ ? र प्रतिवर्ष कति थपिन्छन् ? भनेर भन्न गाह्रो छ। यद्यपि विभिन्न अस्पतालहरूमा आएका बिरामीको तथ्यांकलाई आधार मान्ने हो भने हाल प्रतिवर्ष भन्डै ३० हजारको संख्यामा क्यान्सरका नयाँ बिरामी थपिने गरेका छन्। यो संख्या हरेक वर्ष करिब १०% ले बढ्दै गएको छ। विकसित मुलुकको तुलनामा हाम्रो देशमा धेरै क्यान्सरहरू एडभान्स स्टेज (Advanced stage) हुनु, कम उमेरकोमा हुनु र मृत्युदर पनि बढी हुनु अर्को चिन्ताको विषय बनेको छ। देशमा क्यान्सर अस्पताल कम हुनु, न्यून विशेषज्ञ चिकित्सक, सरकारको प्रभावकारी योजना अभाव जस्ता कारण सो समस्या जटिल देखिएको हो। आर्थिक रूपमले कमजोर हाम्रो देशको कूल बजेटको भन्डै ४.५% मात्र बजेट स्वास्थ्य क्षेत्रका लागि छुट्याइनु, दुई दशकयता सरकारीस्तरका कुनै क्यान्सर अस्पताल सञ्चालनमा नआउनु, विभिन्न सरुवा रोगहरूको प्रकोप बढ्दै जानुले क्यान्सर रोकथाम र यसको क्षति कम गर्ने सवालमा सरकारको दीर्घकालीन योजनाहरूको अभाव देखिन्छ। संघीय संरचना अनुसार संघ र प्रदेश सरकारको समन्वयमा क्यान्सरको उपचारात्मक र रोकथाम सम्बन्धी अल्पकालीन एवम् दीर्घकालीन योजनाहरू ल्याउनुपर्ने विज्ञले सुझाएका छन्।

क्यान्सरको ट्रेन्डलाई हेर्ने हो भने नेपालमा पनि फोक्सोको क्यान्सर सबैभन्दा बढी रहेको छ। त्यस्तै महिलाहरूमा पाठेघर मुखको क्यान्सर (cervical-cancer), छातीको (Breast Cancer) बढ्दो क्रममा छन्। हालैमात्र सरकारले पाठेघरको मुखको क्यान्सरको रोकथामका लागि ल्याएको HPV खोप कार्यक्रम निकै प्रशंसनीय छ। क्यान्सरको सुरुको अवस्थामै पहिचान गर्ने कार्यलाई देशव्यापी बनाउन सकियो भने प्रतिवर्ष थपिने नयाँ बिरामीको संख्यामा निश्चय पनि कमी आउने छ। स्वस्थ जिवनशैलीको अवधारणालाई जनजनमा पुऱ्याउने, सूतीजन्य पदार्थ (चुरोट, गुटका, पान-पराग आदि) पदार्थमा गरेको दायरा बढाउँदै यसको उपयोगलाई न्यूनीकरण गर्नेतर्फ ठोस कदम चाल्नु पर्ने देखिन्छ।

नेपालको हिमाली तथा पहाडी क्षेत्रमा भौगोलिक विकटता, मधेशमा गरीबी र अशिक्षा मुख्य समस्या हुन। देशभरको मानव विकास सुचकांकमा सबैभन्दा पछाडि रहेको मधेश प्रदेशमा जनघनत्व बढी छ। यहाँको जनसंख्या सूतीजन्य पदार्थ प्रयोगका दृष्टिले भने अगाडी छ। हरेक वर्ष नयाँ थपिने क्यान्सरका बिरामीमध्ये यस क्षेत्रका भन्डै २५ देखि ३०% रहेको अनुमान गर्न सकिन्छ। मधेशमा कमजोर स्वास्थ्य संरचना र अशिक्षाले गर्दा धेरै बिरामीहरू क्यान्सरको लक्षण हुँदा पनि समयमा उपचार लिन नसक्ने र समस्या भईसकेपछि भारतका सिमावर्ती स्थानमा रहेका स्वास्थ्य संस्थामा गएर उपचार लिने गरेको पाईन्छ। यसले धेरै रकम खर्च गरेपनि रोग निको नहुने र त्यसै घर फर्किनुपर्दा उपचार गराउने मानसिकतामा हास आएको कतिपय घटनाबाट हामीले अनुभव गरेका छौं।

तराई भेगका बिरामीहरू चितवन, काठमाडौं जस्ता स्थानमा उपचार गराउन जादाँ भाषागत कठिनाइ हुनु, विपन्नताका कारण आर्थिक बोझ हुनु, घरका सदस्य बिरामी परे लामो समय उपचारमा धाउनु पर्दा भएको रोजगार पनि गुम्नु जस्ता समाजिक समस्याहरू देखिन्छ। उपचारमा सहज पहुँच नहुँदा धेरैजसो विपन्न परिवारका बिरामीहरू आर्थिक, समाजिक र पारिवारिक समास्या थग्न नसकी बीचमै उपचार छोडेर घर फर्किएका घटना समेत छन्।

क्यान्सर रोगबाट हुने हानीलाई मनन गरि प्रादेशिक एवम् संघीय अस्पतालको संरचनामा क्यान्सरको सेवालालाई विस्तार गर्नुपर्ने, स्वस्थ जिवनशैली अपनाउन प्रोत्साहित गर्ने तथा यस रोगको रोकथामका लागि राजनीतिक दलका नेताको सहभागिता समेत बढाउनुपर्ने देखिन्छ।

अन्त्यमा, क्यान्सर रोग र यसका फरक चुनौतीको दृष्टिगत गरि समयमा नै विज्ञहरूको सल्लाह-सुझाव अनुसार सरकारले विशेष कार्ययोजना मार्फत रोकथाम र उपचारका लागि नयाँनयाँ प्रविधियुक्त संरचनाहरू निर्माण गर्नुपर्ने देखिन्छ। अल्पकालीन रूपमा संघीय आपतालहरूमा विज्ञ एवम् प्रविधिसहितको क्यान्सरको उपचार सेवा विस्तार सुरु गरिहाल्नुपर्ने देखिन्छ। दीर्घकालीन योजना अन्तर्गत हरेक प्रदेशमा - एक प्रदेश, एक क्यान्सर अस्पताल र संघमा National Cancer Institute को अवधारणालाई मुर्त रूप दिन जरुरी भईसकेको छ। हाल देशमा सूतीजन्य पदार्थको आयात र व्यापारको कर बापत उठ्ने सबै रकम स्वास्थ्य क्षेत्रको बजेटमा गाभ्ने हो भने यस्ता दीर्घकालीन योजनाका लागि खर्चको व्यवस्थापन त्यति कठिन भने छैन। विश्वभर क्यान्सर रोग भनेर एउटै परिभाषामा समेटिए पनि हाम्रो जस्तो देशका लागि यसका चुनौतीहरू फरक छन्। समाजिक र आर्थिक प्रभावको मनन गरि क्यान्सरबाट हुने हानी कम गर्न फरक तरिकाले अधि बढ्नुपर्ने देखिन्छ।

# हाम्रो संस्था र सपना



लेख बहादुर श्रेष्ठ  
सभापति, उदयपुर शाखा

यसका साथै संस्थाले उपचारात्मक तथा प्रबर्द्धनात्मक कार्य अन्तर्गत क्यान्सर रोगबाट बच्न सक्ने जनचेतनामूलक कार्यक्रमहरु, रोगीलाई आवश्यक सल्लाह-सुझाव र सिफारिस दिने, क्यान्सर पीडितलाई अधिकतम सेवा सुबिधा उपलब्ध गराउन सरकारसँग निरन्तर पहल कदमी गर्दै आएको छ । सूर्तिजन्य पदार्थको बिक्री वितरणमा रोक लगाउन ऐन बमोजिमका अभ्यास गर्न ताकेता गर्ने, जनस्तरमा सूर्तिजन्य पदार्थको सेवनबाट स्वास्थ्यमा पर्ने असरहरु र थप आर्थिक भार जस्ता महत्वपूर्ण बिषयमा सूचित गर्ने काम पनि संस्थाले गम्भीरतापूर्वक सँगसँगै लगेको छ । देशभरमा ४४ जिल्ला शाखाहरु रहेको संस्थाको ७७ वटै जिल्लामा शाखा स्थापना गरि सरकारी सेवा र जनताबीच सेतुको काम गर्ने लक्ष रहेको छ ।

नसर्ने एवम् जटिल रोग क्यान्सरका बिरामीको शारीरिक मानसिक सामाजिक एवम् आर्थिक अवस्थाका जटिलता निकै गाह्रो किसीमको हुन्छ । शारीरिक रुपमा यो रोगको सामना बिरामी एकलैले गरे पनि , यसका विविध पक्षसँग जुध्न सबैको सहयोगको आवश्यक हुन्छ ।

आर्थिक, नैतिक, भावनात्मक या भौतिक बिरामी र उसको परिवारलाई यी सबैखाले सहयोगको आवश्यकता पर्दछ । बिरामीको अवस्था हेरि उपचार वा अन्य कस्तो सहयोग चाहिन्छ, त्यसका लागि परिवार मात्रै होइन, नजिकका आफन्त र समाज पनि सहयोगा लागि हिचकिचाउनु हुँदैन । बिरामीलाई समयमै अस्पतालमा पुऱ्याउनु पर्ने, समय मै उपचारको ब्यवस्था मिलाउनु पर्ने र उपचार विधि केहि लामो हुनेभएकाले पनि यसमा सामुहिक समभागिताको आवश्यकता महसुस गरिएको हो । यस्तै अवस्थामा बिरामी र उसका परिवारको सहयोगका लागि तत्परता, मानवीयता, आत्मियता, सामाजिक सेवाको भावना, परेको बेला विशुद्ध सामाजिक सेवा गर्ने संस्थाको हो, “नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्था” ( Nepal Cancer Relief Society- NCRS) । यो संस्था २०३१ सालमा स्थापना भइ हालसम्म क्यान्सर रोग न्यूनीकरणका लागि अनवरत रुपमा लागि रहेको छ । सरकारको स्वास्थ्य सेवाप्रतिको दायित्वमा सहयोग गर्दै जनस्तरसम्म सहज रुपमा सेवा पुऱ्याउने उदेश्यले जनस्तरबाट स्थापित यो संस्था “आत्मा साक्षी राखी मन बचन र कर्मले सेवा गरौं” भन्ने मूल नाराका साथ चार दशकयता क्रियाशील छ ।

स्थापनाकालदेखि निरन्तर क्यान्सर रोग न्यूनीकरणका लागि उपचारात्मक र प्रबर्द्धनात्मक कार्य गर्दै आएका पनि यसको आफ्नै स्थायी श्रोत साधन नहुनु, सरकारको हरेक वर्ष विनियोजन हुने बजेटमा यो संस्था प्राथमिकतामा नपर्नु, जनस्तरमा यसको महत्व र भावना पर्याप्त मात्रामा बुझाउन नसक्नु, राष्ट्रिय र अन्तर्राष्ट्रिय गैरसरकारी संस्थाहरूसँग समन्वय र सहकार्य हुन नसक्नु जस्ता विविध समस्याहरु रहेका छन् । यस्तै संस्थाको आफ्नै निर्माणाधीन भवन, भक्तपुर क्यान्सर अस्पतालको जिम्मेवारी, लहान क्यान्सर केयर सेन्टर र उदयपुर शाखाको भवन तथा अस्पताल निर्माणको प्रयास र बिभिन्न जिल्ला शाखाहरुको स्थायी सम्पतिहरुको संरक्षण कसरी गर्ने भन्नेमा संस्थाले कार्य गरिरहेको छ ।



## Tobacco QUIT Line

### धुम्रपान त्याग्नको लागि परामर्श सेवा



**01-520 1200**

**11am to 4pm**

**Quit line**  
**5201200**



# बाल क्यान्सर : उपचार, फलो-अप र एक चिकित्सक



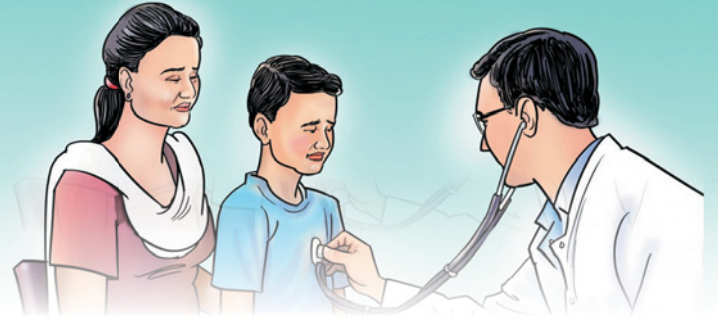
**प्रा.डा. रामेश्वर प्रसाद पोखरेल**  
बरिष्ठ बाल शल्यचिकित्सक  
चिरायू नेशनल अस्पताल, काठमाडौं

## बाल क्यान्सर एक परिचय

शरीरका कुनै पनि भाग वा अङ्गका कोष वा तन्तुहरू अनियन्त्रित रूपमा बृद्धि भइ विभिन्न माध्यमबाट शरीरमा फैलिले, बिकास हुँदै जाने र केही समयपछि मानिसको मृत्युसमेत हुनसक्ने प्राणघातक रोग हो । क्यान्सर कुनै पनि उमेर समूहमा, जहिले पनि, जुनसुकै अंगमा हुनसक्छ । यसको अवस्था (नफैलिएको, फैलिसकेर लक्षणहरू देखिन थालेको, लक्षण नै नदेखिएको वा साधारण लक्षणहरू देखिएको अवस्थामा वा थाहा नभएको ) जस्तो पनि हुन सक्छ । नियमित स्वास्थ्य परीक्षण गरेमा यो रोग पत्ता लाग्न सक्छ । आधुनिक प्रविधिको प्रयोग गरि बहुआयामिक प्रक्रिया (Multi diagnostic technique) बाट चाँडै निदान गर्न सकिन्छ । सुरुको अवस्थामा रहेको क्यान्सर भए सही चिकित्सकिय विधीबाट उपचार गरे बिरामी पूर्ण रूपमा नै निको हुनसक्ने सम्भावना हुन्छ । यदि क्यान्सर फैलिएकै अवस्थाको भए पनि उचित उपचार पुऱ्याउन सके निको पार्न वा रोगलाई रोकथाम गर्न पनि सम्भव छ ।

बालबालिकामा हुने क्यान्सरका बारेमा भन्नु पर्दा, यो धेरैजसो शरीरको अंगहरू बन्ने कोषहरूबाट नै बढ्ने जस्तै, हेपाटोब्लास्टोमा : कलेजो बन्ने कोषबाट बढ्ने क्यान्सर । नेफ्रोब्लास्टोमा : मृगौला बन्ने कोषबाट बढ्ने क्यान्सर । ट्युमर, रेटिनो ब्लास्टोमा : आँखाको रेटिना (पर्दा) बाट उत्पन्न हुने क्यान्सर आदि छन् । बाल क्यान्सरहरू धेरै जसो जन्मजात नै बनेका हुन सक्छन् । बच्चा जन्मेपछि बृद्धि भएर मात्र क्यान्सर अथवा ट्युमर भएको रहेछ भने पछि मात्र देखिन्छ भने केही खालका बाल क्यान्सरहरू जन्म जात नै भए पनि दुई वर्षको उमेर सम्ममा आफै हराउने वा आकार सानो हुने हुन सक्छ । तर तिनीहरूको नियमित परीक्षण गरि आकार बढेको या नबढेको यकिन गर्ने र बढेको भए तुरुन्तै सही उपचार सुरु गर्नु पर्छ । जन्मजात बाहेकका अन्य क्यान्सरहरू बच्चा जन्मेपछि नै सुरु हुन सक्छन् र तिनीहरूमा पनि वयस्कमा जस्तै लक्षणहरू देखिन सक्छन् ।

बालबालिकामा क्यान्सरका कोष तथा तन्तुहरू वयस्कमा भन्दा चाँडै बढ्ने र छोटो समयमै परिवर्तन भई आकार ठूलो हुने सम्भावना हुन्छ । बालबालिकामा शरीर बृद्धिदर तथा ग्रोथ हर्मोनको मात्रा तथा रोग प्रतिरोधात्मक शक्ति, उमेर अनुसार बृद्धिका विभिन्न चरणहरू पार गर्दा समय अनुसार घटीबढी भई रहने हुँदा रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता कम भएका वा ग्रोथ हर्मोन बढी भएमा क्यान्सरका कोष तथा तन्तुहरूको बृद्धि पनि बढि नै हुन्छ । यसकारण बाल क्यान्सर चाँडो बढ्ने हुन्छन् । यसैले उनीहरूलाई समयमै सही उपचार आवश्यक छ । बाल क्यान्सरलाई जटिल समस्याको जञ्जालसँग तुलना गर्न सकिन्छ तर यसलाई बेलैमा खानतलासी गरी वास्तविक समस्याको उचित पहिचान र समाधानको उपाय अवलम्बन गरे यस्तो जञ्जालबाट छुटकारा पाउन सकिन्छ र हानी कम हुन पनि सक्छ । बाल क्यान्सरका बिरामीले सुरुमै उचित उपचार पाएमा पूर्ण निको भएका धेरै उदाहरणहरू छन् । त्यसैले क्यान्सर सचेतना



तथा रोक थामका लागि बेलैमा सचेत र सतर्क रही क्यान्सरबाट बच्न नियमित स्वास्थ्य जाँच गराऔं र क्यान्सरको शंका लागेमा तुरुन्तै सही निदान गरी बेलैमा उपचार थालौं भन्ने सन्देश सबैको पहुँचमा पुग्ने गरि प्रवाह गर्न आवश्यक भईसकेको छ ।

## क्यान्सर जितेका बच्चाको फलोअप - चिकित्सक र परिवारको भूमिका

क्यान्सरको उपचार गरेर अस्पतालबाट घर पठाईएका बच्चाहरू नियमित फलो-अप मा आउदो चिकित्सकलाई ती बच्चाहरू कठिन परिस्थितिका समस्याहरूको सामना गर्दै, अनेक उतार चढाव भेल्दै, जीवनमा अथक प्रयासपछि सफल भएका र यो संसारमा सक्षम र स्वस्थ व्यक्ति बन्न उत्साहित गर्दै गरेका बच्चा हुन् भन्ने लाग्छ । त्यसैले उनीहरूमा आत्मनिर्भर बन्न र विश्वास बढाउन हौसला दिनु पर्छ भन्ने लाग्छ । साथै उनी जीवनमा सफल होऊन भन्ने कामना रहन्छ । क्यान्सर भएका बच्चाहरू फलो-अपमा आउँदा र बिरामीको राम्रो अवस्था देख्दा आफूले गरेको कामको प्रत्यक्ष नतिजा देखिन्छ यसले चिकित्सकमा पनि बेग्लै सन्तुष्टि मिल्छ ।

बिरामीको अवस्था सन्तोषजनक नभएको अवस्थामा थप अध्ययन तथा अनुसन्धान गर्ने, अन्य देशहरूको अभ्यास बुझ्न सोधखोज गर्ने, छलफल गरेर अझ राम्रो योजना बनाउने जस्ता काममा चिकित्सक लागेका हुन्छन् । तर यसमा बिरामी र उनका परिवारले चिकित्सकलाई विश्वास गरि सहयोग गरेको खण्डमा बिरामीको उपचारमा ठूलो सहयोग पुग्छ । त्यस्तै बिरामीको पनि आत्मबल बढेर चाँडै निको हुन पनि मदत पुग्न सक्छ । बिरामी पक्ष र चिकित्सकहरूको संयुक्त प्रयासले जटिल भन्दा जटिल समस्याहरू पनि समाधान गर्न सकिने विभिन्न अनुभवले बताईसकेको छ ।

## उपचारपछि क्यान्सरबाट पूर्ण निको भएका केहि उदाहरण

१. नेपालगञ्जकी बालिका, जसको छ महिनामा न्युरोब्लास्टोमाको शल्यचिकित्सा भएको थियो । उनी अहिले दश वर्ष पुगिन् । क्यान्सर पूर्ण निको भई नियमित विद्यालय गइरहेकी छिन् ।
२. दाङ्गकी तीन बर्षिय बालिका, पेन्क्रियाटिकोब्लास्टोमा (जन्म जातै पेन्क्रियाको क्यान्सर) भएकोमा शल्य चिकित्सा भएको थियो । उनी उपचारको तेह्र बर्षपछि मात्र ओपिडीमा आइन् । सो समयमा दश कक्षामा पढ्ने उनले अहिले १२ कक्षा उत्तीर्ण गरिसकेकी छिन् ।
३. नाईजेरियाका शरणार्थी बालक, जसको छ महिनामा न्युरो ब्लास्टोमाको शल्यक्रिया गरिएको थियो । ती बालक करिब ५ बर्षसम्म रोग मुक्त भएका छन् र अहिले नेपालमै परिवारसँगै शरणार्थी जीवन बिताईरहेका छन् । जुनसुकै अवस्थाका बाल क्यान्सरलाई सही उपचार गर्ने कोसिस गरे निको हुने सम्भावना बढ्ने यी घटनाहरूले सिकाएका छन् ।

विभिन्न प्रकारका क्यान्सरको शल्यचिकित्सका कममा लिएका केही तस्वीरहरू ।



## बाल क्यान्सरको उपचारपछिको फलो-अप सम्बन्धी जर्नी अवधारणा

सन् १९९७ मा बाल शल्य चिकित्सक भएर देशमा आएदेखि नै मेरो बाल क्यान्सरका बिरामीहरुप्रति विशेष लगाव थियो। उपचार गरेमा बच्चाको क्यान्सर पनि निको सकिन्छ र यस्ता बच्चाहरुले निरोगी जीवन जीउन पाउनु पर्छ भन्ने मान्यताले म यस विधामा प्रवेश गरेको हुँ। कान्ति बालअस्पताल काठमाडौं, सिद्धार्थ बाल तथा महिला अस्पताल बुटवल, त्रीवी शिक्षण अस्पताल महाराजगंज जस्ता संस्थाहरुमा विभिन्न जिम्मेवारीमा काम गर्दै हालसम्म हजारौं क्यान्सर पीडित बालबालिकाको उपचारमा संलग्न भईसकेको छु। काम गरेकामध्ये धेरैजसो काठमाडौं बाहिरका बिरामीहरु थिए। हामीसम्म आईपुग्दा रोग निक्कै फैलिएको, जटिल अवस्थाको र फलो-अपसमेत अनियमित भईसकेका बिरामी हुने गरेका थिए।

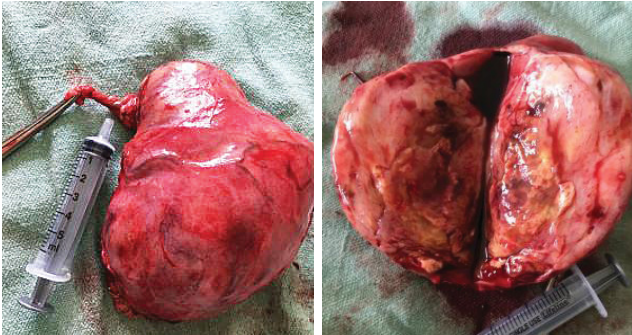


मलाशयको क्यान्सर (कोर्छोमा)

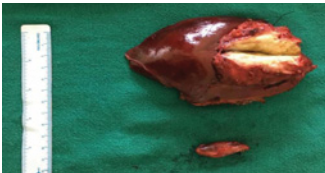
त्यसैले उपचारपछिको फलो-अपको महत्व र धेरै भन्दाधेरै बिरामी फलो-अपमा आउन भनेर मैले अंक तीनको सूत्र प्रतिपादन गरे।

पहिलो साढे पाँच बर्ष र त्यसपछिको ६ बर्ष (जम्मा ११.५ बर्ष) सम्म फलो-अप गर्ने समयलाई पाँच चरणमा विभाजन गरि प्रत्येक चरणमा ३ पटकको फलो-अप विधिबनाई अंक ३ को सूत्र तयार गरिएको हो। यो विधि अपनाउदा केही गरि एक वा दुई पटकको फलो-अप छुटेमा त्यसपछिको फलो-अपलाई निरन्तरता दिदा क्यान्सर भएको रहेछ भने पनि छुट्ने संभावना कम हुन्छ।

सुरुको पाँच बर्ष र त्यसपछिका पाँच बर्ष (जम्मा १० बर्ष) कटाएपछि क्रमसः क्यान्सर पूर्ण निको भएको भनि मान्य हुने भएकोले ५ बर्षभन्दा ६ महिना बढिसम्म र १० बर्ष कटाएर १ बर्ष अगाडिसम्म फलो-अप गर्दा केही बढि समयसम्म फलो-अप गर्दा फाईदा हुन्छ भनि अंक तीनको सूत्र प्रतिपादन गरिएको हो।



अण्डकोष ट्युमर टेस्टिकुलर ट्युमर



हेपाटोब्लास्टोमाको शल्यक्रिया गरि निको भएको नमूना बालक



शल्यक्रियापछि क्यान्सर पूर्ण निको भएका

## फलो-अप सम्बन्धी अंक ३ को सूत्र

१. पहिलो चरण: यस चरणमा बाल क्यान्सरका बिरामीको उपचारपछि धेरै समस्याहरु आउन सक्ने र औषधी तथा शल्यक्रियाका जटिलताहरु पनि बढि देखिन सक्ने भएकोले चाँडो चाँडो फलो-अप गर्नुपर्छ। पहिलो चरणमा ३ पटकसम्म फलोअप एक/एक महिनाको फरकमा गर्नुपर्छ (तीन महिना)।

२. दोश्रोचरण: फलो-अप ३ पटकसम्म, तीन/तीन महिनाको फरकमा (नौ महिनासम्म)

३. तेस्रोचरण: फलो-अप ३ पटक, छ/छ महिनाको फरकमा (१८ महिना सम्म)

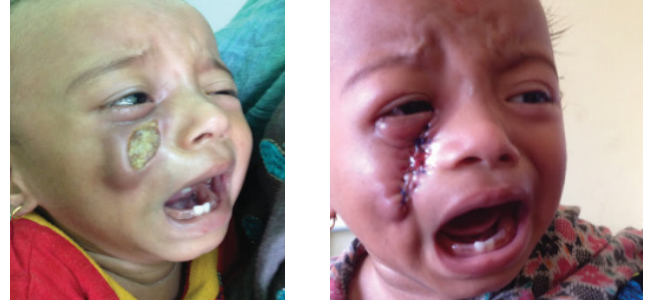
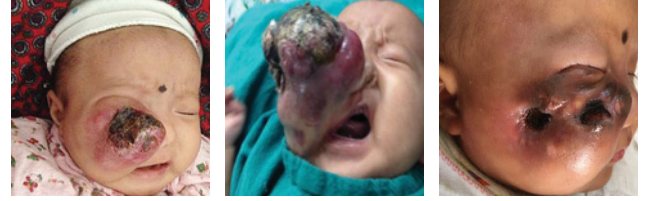
४. चौथो चरण: फलो अप ३ पटक, एक/एक बर्षको फरकमा (तीन बर्षसम्म)

यसरी पहिलो खण्डमा जम्मा साढे पाँच बर्ष (६६ महिना) सम्म नियमित फलो-अप गराउनु पर्छ।

५. पाँचौ चरण: पहिलो पाँच बर्ष समाप्ति पछिको फलो-अप भने तीन पटकसम्म, दुई/दुई बर्षमा एक/एक पटक गरी ६ बर्षसम्म गर्नु राम्रो हुन्छ।

यसरी पछिको प्रस्तावित यो फलो-अप समयसम्म पनि शरीरमा क्यान्सरका लक्षण नभए क्यान्सर पूर्ण निको भएको मानिन्छ।

क्यान्सरको उपचार प्रभावकारी हुँदै गएको खण्डमा औषधी तथा शल्यक्रियाको प्रतिक्रियास्वरुप टाउकोको कपाल भर्ने, शुरुमा



गालाको क्यान्सर शल्यक्रिया अघि

शल्यक्रियापछि सिलाएको

शरीर दुब्लाउने र खानामा रुचि कम हुने हुँदा बालबालिकाको बाहिर शरीरमा केही भिन्नता आउँछन्। तर यो अवस्थापछि क्रमिक सुधारभई पहिलेकै स्वरुपमा आउने हुन्छ। अझ कतै अनौपचारिक कार्यक्रम, जमघट (पार्टीहरु) मा ती उनका अभिभावकहरुले बाबु/नानी डाक्टर साबलाई नमस्ते गर, तिमीलाई अपरेसन गरेर निको पारी जीवन दान दिनुहुने डाक्टरसाब हो नि भनेर परिचित गराउँदा बिर्सिएको घटना पनि ताजा हुन्छ भने समाजमा केही गर्न सकिन्छ भन्ने लाग्छ। यस्तो भेट वा परिस्थितिले पहिले नै उपचार गरेका बच्चाहरुको बारेमा थाहा त हुन्छ नै अप्रत्यक्ष फलो-अप पनि हुन्छ। चिकित्सक र बिरामीका परिवार वा आफन्तको संयुक्त प्रयासले बिरामीको उपचारमा धेरै ठूलो भूमिका खेलेको हुन्छ। चिकित्सकको सल्लाह बिरामी पक्षले नमान्दा वा आनाकानी गर्दा समयमै उपचार गर्न ढिलाई भएर रोग फैलने सम्भावना बढ्ने र समस्या भन जटिल हुँदै जान सक्छ। यसकारण चिकित्सक, बिरामी पक्ष, सल्लाहकार तथा अन्य सम्बन्धीत बिषयका बिज्ञहरुको संयुक्त बैठक बसेर निर्णय गर्दा र सबैले सोही निर्णयको पालना गर्दा बाल क्यान्सरको उपचारमा भन् सजिलो हुनेछ। "क्यान्सरलाई परास्त गरौं र सबै स्वस्थ बनौं।"





# “नारीकै नाममा घर आकर्षक ब्याजदर”



सिद्धार्थ बैंकले “नारीको नाममा घर, आकर्षक ब्याजदर” भन्ने नारा सहित नारीको नाममा घर जग्गा खरिद गर्न प्रोत्साहन स्वरुप संचालनमा ल्याएको यस कर्जा सुविधा उपभोग गरी लाभान्वित हुनुहोस् ।

## १०.७४%

वार्षिक ब्याजदर (पहिलो ७ वर्षका लागि स्थिर)

यो कर्जा सुविधा घर खरिद, निर्माण र पुनर्निर्माणका लागि लागू हुनेछ ।

यो योजना सीमित अवधिको लागि मात्र



« सम्बन्ध सधैंभरिलाई »



www.siddharthabank.com 01-5970020

\*शर्तहरू लागू हुनेछन्



# सार्कोमा: बिरसिएको क्यान्सर



**डा. जनित्य सिंह**  
राष्ट्रिय ट्रमा सेन्टर,  
चिकित्सा विज्ञान राष्ट्रिय प्रतिष्ठान

## सार्कोमा के हो ? के हाडजोर्नीमा देखिने सबै क्यान्सर सार्कोमा हुन् ?

हाडजोर्नी, मांसपेशी लगायत सो वरिपरिका स्नायु, धमनी, बोसो इत्यादिमा उत्पन्न हुने अर्बुद रोग (क्यान्सर) लाई सार्कोमा भनिन्छ । अरु क्यान्सर सरेर हड्डी मक्किने या भौँचिने क्रमलाई मेटास्टाटिक रोग वा हाड जोर्नीमा फैलिएको क्यान्सर भनेर बुझ्नु पर्छ । सामान्यतया सार्कोमाका विरामीभन्दा अरु शरीरका अन्य भागका क्यान्सर हाडजोर्नीमा फैलिएका विरामीहरू बढी भेटिन्छन् । सार्कोमा र मेटास्टाटिक रोग दुबै क्यान्सरले हाडजोर्नी बिग्रिने भएता पनि यी दुईका उपचार विधि र परिणाम फरक हुन्छन् ।

## हाडजोर्नी तथा मांसपेशीमा हुने क्यान्सर कुन उमेर समूहमा बढी देखिन्छ ?

सानातिना बोसोका गिर्खा (lipoma) र छाला मुनि साना सिस्टहरू नहुने मान्छे विरैले भेटिन्छन् । यस्ता गिर्खा वा सिस्ट, क्यान्सरका कोषिका हुने सम्भावना अत्यन्त न्यून हुन्छ । हड्डीको ट्युमर भने त्यति साधारण हुदैनन् । अझ क्यान्सर भएका गिर्खाहरू वा हड्डी तथा मांसपेशीमा हुने सार्कोमा निकै असाधारण हुन्छन् । तथ्याङ्क अनुसार शरीरमा हुन सक्ने सबै क्यान्सरहरू मध्ये एक प्रतिशत सार्कोमा हुने गर्दछ । हाडजोर्नीका सार्कोमा र मासुमा उत्पन्न हुने केही सार्कोमाहरू विद्यालय र कलेज जाने बालबालिका/युवायुवतीहरूमा बढी देखिन्छ । बालबालिकामा हुने क्यान्सरमध्ये १५ प्रतिशत क्यान्सर सार्कोमा हुने गर्दछ । मासु, स्नायु, बोसो, धमनी इत्यादिमा र विशेष प्रकारका हाडजोर्नीका सार्कोमा भने बयस्क र बुढ्यौलीमा बढी देखिन्छ ।

## नेपालमा सार्कोमा रोगको अवस्था के छ ?

नेपालमा सार्कोमाका विरामीको यकिन तथ्याङ्क छैन । यद्यपि यस विषयमा काम गर्नेहरूको आधारमा भन्ने हो भने वर्षेनी ६ सयदेखि ७ सयजना सार्कोमाका नयाँ विरामी थपिने अनुमान छ । हाडजोर्नीका क्यान्सरमध्ये ओस्त्यो सार्कोमा, ईविड सार्कोमा र कोन्ड्रो सार्कोमा बढी भेटिन्छन् । मासुका क्यान्सरमध्ये लाइपोसार्कोमा, साइनोभियल सार्कोमा, मीकजो फाइब्रोसार्कोमा, यु पी एस इत्यादि बढी भेटिन्छन् । तुलनात्मक रूपमा नेपालमा सार्कोमा भएका विरामीहरू, अरु क्यान्सर रोगीहरू भन्दा निकै कम संख्यामा छन् ।

## सार्कोमाका लक्षणहरू के हुन् ?

सार्कोमा शरीरमा छिटो बढ्ने गिर्खाको रूपमा देखा पर्दछ । कहिलेकाही यो बर्षौँदेखि एकै आकारको भएर पनि बस्न सक्छ । साना आकारका, छालाको ठिक मुनि, दुइ औलाको बीचमा उठाउन र चलाउन सकिने गिर्खाहरू प्रायस क्यान्सररहित (Benign) हुन्छन् । तीन औला भन्दा

ठुलो सहजै उठाउन वा चलाउन नसकिने र कुनै निश्चित आकार नभएको वा छिटो बढ्ने गिर्खाहरू सार्कोमा हुनसक्छन् । यसको पहिचानका लागि परीक्षण नै उत्तम उपाय हो । सामान्यतया यस्ता गिर्खालाई विरामीले बोसोको डल्ला वा तन्किएको वा काम/कसरतले बढेको मांसपेशी ठान्ने गरेको पाइन्छ । सुरुको अवस्थामा दुखाई खासै नहुने भएकाले पनि विरामीले चिकित्सकको राय लिन आवश्यक ठान्दैनन् । कतिपय अवस्थामा चिकित्सक स्वयम्ले बोसोको डल्ला वा सिस्ट ठानेर यस्ता गिर्खालाई बिना कुनै अनुसन्धान निकाली दिन्छन् । प्याथोलोजी रिपोर्टमा सार्कोमा आएपछि वा गिर्खा पुनः पलाएर आएपछि मात्रै सतर्क हुन्छन् । सानो शल्यक्रियाबाट सुल्फिने कामलाई पछि जटिल शल्यक्रिया गर्नुपर्ने र कतिपय अवस्थामा अङ्ग नै गुमाउनु पर्ने अवस्था आउन सक्छ ।

## के सार्कोमा वशाणुगत वा सरुवा रोग हो ?

कुनैकुनै असाधारण Syndromic रोगमा बाहेक यो वशाणुगत हुँदैन । यो सरुवा रोग पनि हैन । केही कुरा खानाले, पिउनले वा नखानाले, नपिउनले यो रोग लाग्दैन । सूतिजन्य पदार्थ सेवनसँग पनि यसको निश्चित सम्बन्ध छैन । शरीरको कुनै भागमा रोगको लागि वा कुनै कारण विकिरण लिएको कालान्तरमा सार्कोमा निम्तन सक्छ । यस बाहेक प्रायस सार्कोमा बिना कुनै कारण शरीरमा देखा पर्छ । यसलाई अरु क्यान्सरहरू जस्तो रोकथाम नै त गर्न सकिँदैन तर यदि रोगकोबारे सचेतना छ र समयमै सही उपचार गरे यसलाई निको पार्न भने सकिन्छ ।

## सार्कोमा पहिचान कसरी गर्ने ?

शरीरका कुनै पनि भागमा संकास्पद ठूलासाना गिर्खा आए सो ठाउँ, त्यसको एक जोर्नी माथि र एक जोर्नी तलसम्मको MRI गराएपछि वास्तवमा त्यो गिर्खा के हो भन्ने थाहा हुन्छ । MRI बाट ती गिर्खाहरू क्यान्सर हुन वा होइनन् भनेर निक्कै गर्न सकिन्छ । स्रोत साधनले भ्याएसम्म MRI सकभर डेढदेखि तीन tesla को गराउँदा उपयुक्त हुन्छ । क्यान्सर भए कस्तो खालको र कति फैलिएको छ भन्ने कुरा पनि MRI बाट थाहा हुन्छ । शल्यक्रियाको हिसाब ले हेर्ने हो भए पनि MRI बाट धेरै कुरा जान्न र प्लानिङ गर्न सकिन्छ । MRI मा क्यान्सर हो वा होइन भनेर निक्कै गर्न नसकिने गिर्खाहरूको मासु जाँच गरिन्छ, जसलाई बाइओप्सी पनि भनिन्छ । बाइओप्सी गर्ने विभिन्न तरिकाहरू हुन्छन् । ठूला गिर्खाहरूमा सानो सुइले मासु जाँच गरे पुग्छ । यसको लागि विरामी भर्ना हुनु पर्दैन । यदि गिर्खा हड्डीभित्र वा मांसपेशीभित्र छ भने बेहोस गरी सानो शल्यक्रिया नै गर्नु पर्ने पनि हुन्छ । यसरी निकालिएको स्याम्पललाई प्याथोलोजिस्ट कहाँ पठाइन्छ ।

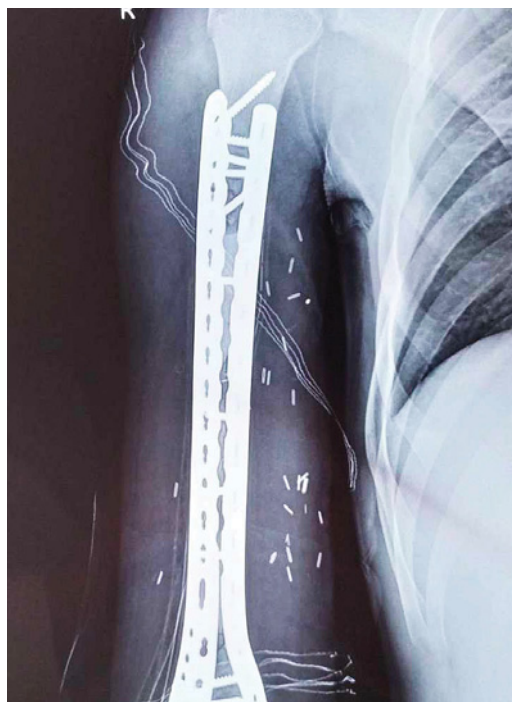
## सार्कोमा पुष्टि भएपछिको उपचार कसरी गरिन्छ ?

कुनै पनि गिर्खा सार्कोमा हो भनि पुष्टि भएपछि पहिलो कुरा सो क्यान्सर शरीरका अन्य भागमा फैलिएको छ कि छैन भनि अनुसन्धान गरिन्छ । अरु क्यान्सर जस्तो यो कलेजो नगई सिधै फोक्सोमा फैलिने हुनाले तुरुन्त छातीको CT scan गर्नुपर्छ । यो बाहेक अरु रगतका जाँचहरू पनि आवश्यक हुन्छ । सार्कोमा फैलिने क्रम पनि अरु अर्बुद रोग भन्दा अलि फरक हुन्छ । यसबाट सार्कोमा कति डरलाग्दो हो भनि आंकलन गर्न सकिन्छ । यी सबै जाँचहरूपछि विरामी को



बास्तबिक स्थिति ठम्याउन सकिन्छ र सोहि अनुसार उपचार योजना बनाइन्छ ।

हड्डी र मासुमा हुने सार्कोमाको उपचार विधि फरक हुन्छ । रोगको पूर्ण निर्मूलीकरण गर्न शल्यक्रिया अनिवार्य हुन्छ । हड्डीको सार्कोमा पुष्टि भएपछि बिरामीलाई केही हप्ता chemotherapy दिइन्छ, सल्यक्रिया गरिन्छ र केही सातापछि पुनः chemotherapy सुरु गरिन्छ । किमोले क्यान्सरका कोषिका मार्ने र अन्य अङ्गमा फैलिने सम्भावना कम गर्छ । किमोका औषधि कडा हुने भएकाले वाकवाकी लाग्ने, खाना नरुच्ने, रगतको मात्रा घट्ने, तौल घट्ने, ज्वरो आउने, इन्फेक्सन हुने, कपाल भर्ने इत्यादि साइड इफेक्टहरु हुन सक्छन् । मांसपेशीको सार्कोमाका बिरामीलाई भने कि त शल्यक्रिया मात्र गरिन्छ, कि त शल्यक्रियासँगै उपचारका क्रममा विकिरण पनि दिइन्छ । विकिरण शल्यक्रिया अघि दिने की पछि भन्ने कुरा सार्कोमाको आकार प्रकार र शल्यक्रिया विधिले निर्धारण गर्छ । ठूलो आकारको वा केही विशेष खालका मासुबाट उत्पन्न भएका सार्कोमामा किमो पनि दिने गरिन्छ । सार्कोमाको शल्यक्रिया जटिल हुन्छ । यसमा क्यान्सर फेरी नदोहोरिओस् भनि wide resection गर्नु आवश्यक हुन्छ । जसमा क्यान्सरसँगै छेउ को Normal tissue पनि निकाल्नु आवश्यक हुन्छ । सार्कोमा भएका हाडजोर्नीलाई निकालेर कृत्रिम जोर्नी राख्नु पर्ने हुन्छ । क्यान्सरले रगतका धमनी वा नसा बिगारेको भए बिग्रिएको भागलाई निकालेर कृत्रिम नसा हाल्नु पर्ने स्थिति पनि हुन सक्छ । अवस्था हेरि सोहि अनुसार विभिन्न विधाका शल्यचिकित्सकहरुको आवश्यकता पर्न सक्छ । शल्यक्रिया गर्दा “भ्याएको जति निकाल्नु “आँखाले भ्याएसम्म को निकाल्नु” भन्ने भनाइले अपुरो र गलत शल्यक्रिया विधि जनाउँछ । जसले बिरामीका लागि अनावश्यक जोखिम निम्त्याउँछ ।



### के सबै सार्कोमा निर्मूल पार्न सकिन्छ ?

पश्चिमी देशको तथ्याङ्क हेर्ने हो भने आजको दिनमा हात खुट्टाको सार्कोमाका हरेक १० बिरामी मध्ये ७ देखि ९ जनाको उपचारपछि रोग निर्मूल हुने गर्दछ । पाँच बिरामीमध्ये एक जनाको क्यान्सरले ग्रसित हात खुट्टा बचाउन नसकिएको देखिन्छ । नेपालमा पछिल्लो दश वर्षको तथ्याङ्क हेर्ने हो भने पनि लगभग त्यस्तै अवस्था छ । तर केही विशेष प्रकारका सार्कोमा भने अन्य सार्कोमाहरु भन्दा उपचारका दृष्टिले गाह्रो मानिन्छ ।

### नेपालमा सार्कोमाको उपचार व्यवस्थित गर्न के गर्नुपर्ला ?

प्रथमत यो रोगबारेको सचेतना चिकित्सक र बिरामी दुवैमा हुन जरुरी छ । बिरामीले संकास्पद गिर्खाहरुको समयमै जाँच गराउने र चिकित्सकले कुनै पनि गिर्खा सार्कोमा हुन सक्ने शंका लागेमा सोहि अनुसारको अनुसन्धान तथा उपचार वा रेफेरल गर्नुपर्दछ । सार्कोमा असाधारण अर्बुद रोग भएकाले यसका निम्ति एकै छत मुनि सबै सम्बन्धित विशेषज्ञहरुको संगठित अभ्यास हुन अनिवार्य छ । कमसे कम हरेक महिना जटिल केसहरुको उपचार सम्बन्धी छलफल हुनुपर्छ । असाधारण रोग सार्कोमाका लागि तुरुन्तै सरकारीस्तरबाट विशेष कार्यक्रम ल्याउन गाह्रो हुने अवस्थामा सार्कोमा सम्बन्धी कोषको व्यवस्था गर्नुपर्छ । राष्ट्रिय र अन्तर्राष्ट्रिय तथा विकसित देश वा दातृ निकायसँग सहकार्य गर्न आवश्यक देखिन्छ । साथै सरकारीस्तरबाटै अरु अङ्गहरुको जस्तै हाडजोर्नी दात तथा हड्डीको बैंक अर्थात “बोन बैंक” विकसित गर्नु आवश्यक छ ।



# Immunohistochemistry in management of Cancer patient



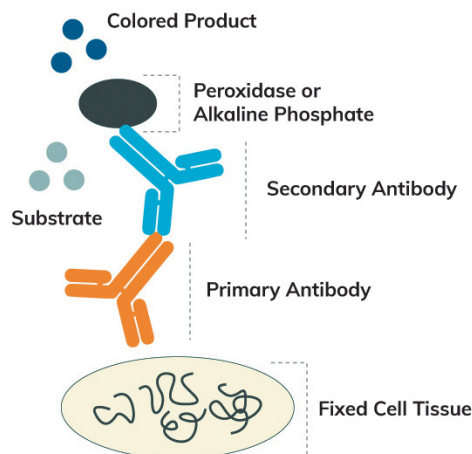
**Dr Diksha Karki**  
Head of Department of Pathology  
Bhaktapur Cancer Hospital

Cancer cases of different organ systems are increasing day by day, so is the nomenclature, classification, subtypes, and diagnostic criteria used in diagnosis of various cancer. Not only early diagnosis but accurate diagnosis is crucial in treatment of cancer patient. There is remarkable research going on in field of pathology to develop cutting edge technologies to ease the path of cancer patient management, of which Immunohistochemistry is one of those.

Immunohistochemistry (IHC) has become a cornerstone in the personalized care of cancer patients. It is a technique that utilizes antibodies to detect specific antigens in tissue which are expressed on the surface or within the tumor cells. The accessible antibody markers not only help to diagnose the types of cancer but also determine its aggressive behavior and provide information about response to specific treatment.

One of the challenges faced in daily pathology practice is to identify the tissue of origin in poorly differentiated tumors and metastatic tumors of unknown primary. Availability of lineage specific markers thus helps in identifying the primary source of tumor origin. The communication of this information to oncologist and surgeons do have direct impact on selection of treatment.

Moreover, IHC has proven instrumental in this era of targeted therapies. One of the prime examples is in lung carcinoma. The identification of certain genomic alterations like ALK, ROS1, BRAF for targeted treatment in lung cancer has also been possible with IHC testing. Similarly in breast cancer, determination of hormone receptor status by IHC (Estrogen receptor, Progesterone receptor) categorize the patient to hormone therapy responsive or irresponsive group. This information has a drastic impact on patient outcome and survival. In same instance, identifying HER2-positive breast cancer through IHC, can help to plan for therapies designed to inhibit the HER2 pathway that result in improved patient outcomes.



Apart from this there are emerging tumor entities and some molecularly defined entities like those tumors arising from central nervous system and soft tissue tumors where identification of certain gene alteration is diagnostic of specific tumor, which has direct impact on overall management and survival. There are surrogate markers of such gene alteration available in IHC platform that has made the diagnostic process convenient.

IHC has also been emerged as a critical tool in patient selection for immunotherapies. The expression of immune checkpoint proteins like PD-L1 (program death ligand) can guide the use of immune checkpoint inhibitors. Tumors with high PD-L1 expression are more likely to respond to these inhibitors.

Despite all those revolutionary efforts contributed by IHC technique, there are certain challenges that come along. The failure of validation process, lab to lab variation in staining protocols in manual procedure, environmental factors has impacted on its reliability. It must be kept in mind that a conscious application of IHC, taking in account the clinical details, histomorphological features and other relevant investigations can further heighten its value.

The technologies have now advanced to provide a full automation system in IHC which can overcome these issues and can enhance the accuracy of IHC results. The quality of the test result and time value for the cancer patients has also been taken care with such advancement.

In conclusion, apart from diagnosis, the ability of immunohistochemistry technique in providing insight to prognosis and therapeutic decision making has revolutionized cancer treatment.



# सूर्तीजन्य पदार्थ सेवनको प्रतिकूल प्रभाव



दिनेश शंकर पालिखे  
केन्द्रीय कोषाध्यक्ष  
नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्था

कतिपय मानिस धुम्रपानबाट हुन सक्ने सम्भावित जोखिमहरुको पहिचान गर्न नसकेर र कतिपय सबै कुरा बुझेर पनि सूर्तीजन्य पदार्थहरुको सेवन गरिरहेका हुन्छन्। धुम्रपान गर्दा निस्कने धुवाँको कारण ५० भन्दा बढी क्यान्सर रोग गराउने रसायनहरुले स्वस्थ वातावरणलाई प्रदूषित गरिरहेको हुन्छ। अप्रत्यक्ष धुम्रपानले पनि मानवीय स्वास्थ्यमा जटिल समस्या सृजना गरेको देखिन्छ।

नेपालको संदर्भमा २१औँ शताब्दिमा पनि हामी गरिबी, बेरोजगारी, अशिक्षा र अज्ञानताको समस्यामा अल्झिरेहेका छौँ। यस्ता परिस्थितिबाट मुक्त हुन नसकेका कारण मानिसहरु धुम्रपान एवम् मध्यपान जस्ता कुलतमा फसेका छन्। त्यस्तै अरुको देखासिकी र लहलहैमा कतिपय युवाहरु सूर्तीजन्य पदार्थको लतमा परेको देखिन्छ। आजकालका युवा धुम्रपान सेवनको विकल्पको रूपमा हुक्कातर्फ आकर्षित भइरहेको देखिन्छ। तर हुक्का सेवन पनि स्वास्थ्यको लागि अत्यधिक हानिकारक रहेको विभिन्न अनुसन्धानले प्रमाणित गरिसकेको छ।

नेपालमा वर्षेनी करिब ३० हजार मानिसको सूर्तीजन्य पदार्थको सेवनका कारण मृत्यू हुने गरेको छ। १५ वर्ष र सो माथिका ३७ प्रतिशत युवाले सूर्तीजन्य पदार्थको सेवन गर्छन् भने नेपालका महिला विश्वमा बढी सूर्तीजन्य पदार्थ सेवन गर्ने मध्येमा पर्छन्।

जुनसुकै सूर्तीजन्य पदार्थको सेवनले मुटु सम्बन्धी रोग, उच्च रक्तचाप र मष्तिष्कघात, दीर्घ स्वासप्रश्वास सम्बन्धी रोग, क्यान्सर लगायत जटिल स्वास्थ्य समस्या उत्पन्न हुने बलियो सम्भावना हुन्छ। यस्ता गम्भीर प्रकृतिका नसर्ने रोगको उपचारमा ठूलो रकम खर्च हुने त छँदैछ, पारिवारिक तनाव समेत उत्पन्न गराउँछ।

विभिन्न समयमा गरिएका अनुसन्धान प्रतिवेदन अनुसार नेपालमा सरुवा रोग भन्दा नसर्ने रोगको बाहुल्यता (६६ प्रतिशत) छ। यसको प्रमुख कारण अस्वस्थकर जीवनशैली, खानपान र अव्यवस्थित शहरीकरण हो। तसर्थ नसर्ने रोगको बृद्धिमा सूर्तीजन्य पदार्थको ठूलो योगदान छ।

वर्तमानमा सूर्तीजन्य पदार्थको प्रयोगमा न्यूनिकरणका लागि सूर्तीजन्य पदार्थको विज्ञापन लगायत प्रचार प्रसारमा रोक, सूर्तीजन्य पदार्थमा कर बृद्धि, स्वस्थ वातावरण उन्मुख सामाजिकीकरण तथा व्यापक जनचेतनामूलक कार्यक्रम र सूर्तीजन्य पदार्थ सम्बन्धी ऐनको प्रभाकारी कार्यान्वयन अपरिहार्य छ।

## भावपूर्ण श्रद्धाञ्जली



जन्म: १९८७ भाद्र २९

स्वगति: २०७९ चैत्र १७

### स्व. ईश्वर बहादुर श्रेष्ठ

हाम्रा संस्थाको शुभचिन्तकहरु, ईन्जिनियर प्रकाश बहादुर श्रेष्ठको पुज्यपति पिता, श्रीमती अञ्जलि श्रेष्ठकी पुज्यपति ससुरा बुबा, ईन्जिनियर श्रीमती रेखि कर्माचार्यकी पुज्यपति पिता तथा ईन्जिनियर रिधि बहादुर कर्माचार्यका पुज्यपति ससुरा बुबा नेपाल सरकारका पूर्व सचिव, सामाजिक सुधार ऐनका प्रवर्द्धक स्व. इन्द्र बहादुर श्रेष्ठको स्वगतिहोनाबाट हामी दुःखित छौं यस दुःख क्षणमा स्वर्गीय बाताको पिर शान्तिको कामना गर्दै शोक सन्तप्त परिवारमा दिव्य धारण गर्ने शक्ति प्रदान गरुन भनि परमेश्वर भगवानसँग प्रार्थना गर्दछौं।

महिेश श्रेष्ठ  
केन्द्रीय अध्यक्ष  
नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्था  
केन्द्रीय कार्यालय काठमाडौं







# नेपालमा स्तन क्यान्सरको उपचार र चुनौती



## डा. सुजिता हिराचन

उप-प्राध्यापक  
स्तन क्यान्सर शल्यचिकित्सा,  
त्रिवि शिक्षण अस्पताल

स्तन क्यान्सर एक विश्वव्यापी स्वास्थ्य समस्या हो, जसले संसारका लाखौं महिला र उनीहरूको परिवारलाई प्रभावित गरेको छ। नेपालमा स्तन क्यान्सरमहत्वपूर्ण जनस्वास्थ्य समस्याको रूपमा रहेको छ। समाजमा बढ्दै गएको स्वास्थ्य सम्बन्धी चेतना, निदान-उपचारमा अत्याधुनिक उपकरण र औषधीको प्रयोगले पहिलेभन्दा केही प्रगति भए पनि अझै चुनौतीहरू छन्।

## चेतना र शिक्षामा प्रगति

स्तन क्यान्सर विरुद्धको नेपालको लडाइमा सबैभन्दा महत्वपूर्ण उपलब्धि बढ्दो चेतना र शिक्षा हो। विभिन्न व्यक्तिहरू, स्वास्थ्यकर्मी र गैरसरकारी संघसंस्थाले सक्रिय रूपमा महिला र समुदायस्तरमा स्तन क्यान्सरका जोखिम, यसका कारण, सुरुमै रोगको पहिचा नर्ग सकिने विधि र नियमित स्वास्थ्य जाँचको महत्वबारे जानकारी गराउन सक्रिय रूपमा काम गरिरहेका छन्। अक्टोबर महिनालाई स्तन क्यान्सर सम्बन्धी

सचेतना फैलाउने महिनाको रूपमा मान्यता दिएसँगै स्तन क्यान्सर सचेतना अभियानले गति लिएको छ। यस्ता खालका प्रयासहरूमा विभिन्न सञ्चार माध्यम, सार्वजनिक छलफल, शहर र गाउँमा निःशुल्क स्तन क्यान्सर परीक्षण शिविर हरूहरूको भूमिका महत्वपूर्ण छ।

## प्रारम्भिक पहिचान

स्तन क्यान्सर रोगको उपचारका लागि जतिसक्यो चाँडो त्यसको पहिचान महत्वपूर्ण हुन्छ। पछिल्ला वर्षहरूमा नेपालका सहरी क्षेत्रमा स्तन क्यान्सर परीक्षणका अत्याधुनिक सुविधाहरू उलब्ध छन्। म्यामोग्राफी र क्लिनिकल स्तन परीक्षणहरू थप पहुँच योग्य भएका छन्, जसले स्तन क्यान्सरका केसहरूको प्रारम्भिक पहिचानमा मद्दत गर्दछ। तर अझै पनि ग्रामीण र दुर्गम क्षेत्रहरूमा भने चुनौती छन्। स्तन क्यान्सरबारेको गलत बुझाइका कारण अझै पनि महिलाहरू सुरुमै निदान र उपचारमा नगएको पाइन्छ। स्तनमा आउने सबैखाले परिवर्तनहरू क्यान्सरका लक्षण हुँदैनन्। स्तन क्यान्सरका विभिन्न लक्षणहरू देखिन सक्छन्। तलका मध्ये कुनै पनि लक्षणहरू देखिए, त्यसको परीक्षणका लागि स्वास्थ्यकर्मीसँग परामर्श लिनुपर्दछ।

- स्तन क्यान्सरको साभ्ना लक्षण स्तन वा काखी मुनिको भागमा नयाँ गाँठोको आउनु हो। यी गाँठोहरू प्रायः नदुख्ने र नरम हुन्छन्।
- एउटा स्तनको तुलनामा अर्को स्तनको आकारमा बदलाव वा परिवर्तन देखा परे।
- स्तन क्यान्सर सामान्यतया सुरुवाती अवस्थामा छ भने यो पीडादायी हुँदैन, यति हुदाँहुँदै पनि केही महिलाहरूले दुखाइ वा असहज महसुस गर्न सक्छन्।
- स्तन वरपरको छालामा रातोपन, सुन्तालाको बोका जस्तो देखिने, डिम्पलिड जस्ता परिवर्तनहरू देखा परे।
- निप्पलमा उल्टोपन ( निप्पल भित्र घुस्छ), असामान्य स्राव (स्तनबाट दूध बाहेकका पदार्थ निस्के) सचेत रहनु पर्छ।
- स्तन सुन्नितै जानु, गाढा हुनु वा असामान्य महसुस हुनु क्यान्सरको लक्षण हुन सक्छ।
- लगातार निप्पल दुख्नेक्रम नरोकिए र कडा हुँदै गए स्वास्थ्यकर्मीसँग परामर्श गर्नुपर्छ।
- शरीरको तौल अप्रत्याशित रूपमा घट्ने वा बढ्ने भएमा।

सुरुवाती चरणमा केही स्तन क्यान्सरले कुनै लक्षणहरू नदेखाउन सक्छन् । स्तनको नियमित घरमै आफैले परीक्षण गर्ने, स्वास्थ्य सेवा प्रदायकद्वारा क्लिनिकल परीक्षण र म्यामोग्रामबाट यसलाई पत्ता लगाउन सकिन्छ ।

## स्तन क्यान्सरको अनुसन्धानमा निदान वा पहिचानमा प्रयोग हुने सामान्य अनुसन्धान विधिहरू :

१. क्लिनिकल ब्रेस्ट एग्जामिनेशन (CBE) : एक स्वास्थ्य सेवा प्रदायकले शरीरमा आएका गाँठाहरू, स्तनको आकार वा आकारमा परिवर्तन, छलामा आएको असामान्य परिवर्तन वा निप्पल डिस्चार्ज पत्ता लगाउन यस्तो परीक्षण गर्दछ । CBE स्तन क्यान्सर परीक्षणमा अपनाइने प्रारम्भिक चरण हो ।
२. म्यामोग्राफी : यो एक एक्स-रे इमेजिङ प्रविधि हो । जुन विशेष गरी स्तनको तन्तुका लागि निर्माण गरिएको हुन्छ । यो स्तन क्यान्सर परीक्षणका लागि एक महत्वपूर्ण उपकरण हो । यस विधिले धेरै सानो ट्यूमर पनि पत्ता लगाउन सक्छ । नियमित वा समयसमयमा विशेष उमेर समूहमा गरिने परीक्षणमा स्क्रिनिङ म्यामोग्राम र शंकास्पद भएमा डायग्नोस्टिक म्यामोग्राम विधि प्रयोग गरिन्छ ।



३. स्तन अल्ट्रासाउन्ड : अल्ट्रासाउन्डले स्तनको तन्तुको तस्वीर खिचन उच्च-फ्रिक्वेन्सी ध्वनि तरंगहरू प्रयोग गर्दछ । यो प्रायः म्यामोग्राम वा क्लिनिकल परीक्षणमा असामान्य लागेका स्तनको थप परीक्षणका लागि गरिन्छ । अल्ट्रासाउन्डले मासुका गिर्खा वा गाँठो र तरल पदार्थले भरिएको सिस्ट के भन्ने पत्ता लगाउन मद्दत गर्छ ।
४. बायोप्सी : बायोप्सी स्तन क्यान्सरको लागि गरिने एक किसिमको परीक्षण हो । यसमा स्तनको तन्तुको नमूना सङ्कलन गरी क्यान्सर कोशिकाहरू छन् या छैनन् पत्ता लगाउन माइक्रोस्कोपद्वारा जाँच गरिन्छ ।
५. हार्मोन रिसेप्टर र HER2÷NEU परीक्षण : गाँठोका नमूनाहरूको अवस्थाबारे थाहा पाउन हार्मोन रिसेप्टर (एस्ट्रोजेन र प्रोजेस्टेरोन रिसेप्टर्स) र HER2/NEU परीक्षण गर्न सकिन्छ । यी परीक्षणहरूले हार्मोन थेरापी वा लक्षित उपचारसहित उपयुक्त उपचार विधि निर्धारण गर्न मद्दत गर्दछन् ।
६. स्तन क्यान्सर स्टेजिङ : यसमा अतिरिक्त इमेजिङ अध्ययनहरू जस्तै CT स्क्यान, हड्डी स्क्यान र PET स्क्यान जस्ता परीक्षण गरिन्छ । जसले स्तन क्यान्सरको अवस्था र फैलावट पत्ता लगाउन सकिन्छ ।
७. आनुवंशिक परीक्षण : विशेष अवस्थाहरूमा, BRCA1 / BRCA2 जस्ता जीनहरूमा उत्परिवर्तनहरू पहिचान गर्न आनुवंशिक परीक्षण

गर्न सकिन्छ । आनुवंशिक परीक्षणले उपचारका कममा मार्गदर्शन लिन र सम्भावित जोखिमहरूबारे परिवारका सदस्यलाई सूचित गर्न मद्दत गर्छ ।

## स्तन क्यान्सरका उपचार विधिहरू

### शल्यक्रिया

१. Lumpectomy: गिर्खा सानो आकारको भएमा त्यस वरपरका सहितको भागलाई हटाउन यो विधि प्रयोग गरिन्छ । सामान्यतया प्रारम्भिक चरणको स्तन क्यान्सरको लागि उपयोगि मानिन्छ ।
२. सेन्टिनेल लिम्फनोड बायोप्सी : शल्यक्रियाको समयमा क्यान्सर लिम्फेटिक प्रणालीमा फैलिएको छ कि भनेर निर्धारण गर्न यो परीक्षण गरिन्छ ।
३. मास्टेक्टोमी : यस विधिमा सम्पूर्ण स्तन हटाउने गरिन्छ । ठूला गिर्खा, स्तनका धेरै भागमा फैलिएको वा विरामीले यो विकल्प गर्ने भनेमा यस्तो विधि अपनाइन्छ । यस्तै विकिरण थेरापी, केमोथेरापी, हार्मोनल थेरापी, Targeted थेरापी जस्ता विधिहरू स्तन क्यान्सरको उपचारका कममा अपनाइन्छ ।
४. मास्टेक्टोमी गराएर स्तन फालेका महिलाहरूको लागि स्तन पुनर्निर्माण वा पुनर्स्थापना राम्रो विकल्प हुन सक्छ ।

स्तन क्यान्सरको लागि कस्तो विधि प्रयोग गर्ने भन्ने विषय विरामीपिच्छे फरक हुन सक्छ । विरामीले आफ्नो उपचारमा सहभागी चिकित्सकको टोलीसँग उपचारका विभिन्न विकल्पहरू, सम्भावित साइड इफेक्ट र त्यसका परिणामबारे पहिले नै छलफल गर्नुपर्दछ । पछिल्ला वर्षहरूमा स्तन क्यान्सर उपचारको क्षेत्रमा उल्लेखनीय प्रगति भएका छन् । जसले धेरै विरामीको जीवनको गुणस्तरमा सुधार ल्याएको छ ।

स्तनको नियमित परीक्षण र स्वास्थ्य सेवा प्रदायकसँग परामर्श गरी सुरुमै पहिचान गर्न सके स्तन क्यान्सरको उपचार र त्यसपछिको नतिजा राम्रो हुनसक्छ ।







# समयमै पहिचान र उपचार, क्यान्सरबाट पार



**डा. प्रकाश बुढाथोकी**  
प्रमुख मेडिकल सुपरिटेन्डेन्ट  
केन्द्रीय कारागार अस्पताल,  
काठमाडौं

मुखबाट रगत र पीप लगातार बगिरहने समस्या भएका रोल्या थवाडका तेमन बुढाले छरछिमेकले थरी-थरीका डरलाग्दा कथा सुनाउँदा पनि खासै वास्ता गरेका थिएनन्। स्वास्थ्य शिविरमा आएका उनी, “न यसले दुःख दिएको छ, न खाना नै मागेको छ, किन पैसाको कुटुरो बोकी चिकित्सकलाई बुझाउन जाने”, भन्दै प्रतिवाद गर्थे। यस्तै समस्या र प्रकृतिका विरामी पूर्व मेचीदेखि पश्चिम महाकालीसम्मका करिब १५ सय बढी स्वास्थ्य शिविरका दौरान यस पंक्तिकारले भेटेको छ।

विकसित मुलुकमा क्यान्सरबाट मृत्यु हुनेको संख्यामा घट्दोक्रममा रहेपनि चेतनाको अभावले विश्वका ७० प्रतिशत जनसंख्या भएको विकासोन्मुख मुलुकमा अवस्था भयानक छ। रोग फैलिसकेको अवस्थामा मात्र उपचार गराउने, क्यान्सरका कारक तत्वहरुको प्रयोगमा बृद्धि, र चेतनाको कमीका कारण अवस्था नाजुक बनेको देखिन्छ।

सानो उमेरमा क्यान्सर हुँदैन। क्यान्सर सरुवा रोग हो। स्तन क्यान्सर केटिलाई मात्र हुन्छ। गिर्खा वा डल्लाडल्ली देखिने बित्तिकै क्यान्सर हो। क्यान्सर भएपछि स्तन नै फाल्नपर्छ, मरिन्छ। मेमोग्राफ गर्दा दुख्छ, किमो थेरापीले भनै कमजोर बनाउछ, शरीरका अन्य भागमा असर गर्छ, यी सबै क्यान्सरबारे समाजमा व्याप्त भ्रमहरु हुन। वर्तमान विश्वमा हुने कूल मृत्यु मध्ये १३ प्रतिशत क्यान्सरका कारणले भएको देखिन्छ। करिब ९० प्रतिशत क्यान्सर खानपिन, रहन सहन, वातावरण, जीवनशैली आदिको कारणले र १० प्रतिशत शरीरको आन्तरिक कारणले हुने गर्दछ। विश्व स्वास्थ्य संगठनका अनुसार विश्वमा प्रति वर्ष ६० लाख भन्दा बढी, नेपालमा २५-३० हजार मानिसहरु यस रोगबाट पीडित हुने गरेकामा आधा भन्दा बढी महिला छन्। नेपालमा प्रत्येक वर्ष एक लाख जनसंख्यामा १०० देखि १२० जना क्यान्सरका नयाँ रोगीहरु थपिने गर्छन्।

यस्तो भयावह अवस्थाका बावजुद पछिल्लो दश वर्षमा सूतीजन्य पदार्थको उत्पादन तथा प्रचारप्रसार बाह्र सय गुणाले बढेको तथ्याङ्क छ। यो सबैका लागि चिन्ताको विषय हो।

## क्यान्सरका विरामीमा सुरुमा देखिने लक्षणहरु

- बिना कारण वजन घटेमा
- अपच वा खाना निल्ल गाह्रो भएमा
- दिशा वा पिसावको बानीमा फरक परेमा
- असाधारण रक्तस्राव वा पीप आएमा
- उपचारद्वारा निको नहुने पुरानो घाउ भएमा
- हतपत निको नहुने खोकी वा घोक्रो स्वर भएमा
- कोठीको रंग र आकारमा परिवर्तन आएमा
- स्तन वा शरीरका अन्य भागमा दुख्ने वा नदुख्ने गिर्खा आएमा

अंग अनुसार लक्षणहरु पनि फरक- फरक देखिने गर्दछन्। क्यान्सर लागिसकेपछि व्यक्ति दुब्लो, पातलो, कमजोर हुँदै जाने, भोक नलाग्ने, रक्तअल्पता हुने र प्यारानियोब्लस्टीक सिन्ड्रोम हुँदै सिकिस्त भई विरामीको मृत्यु समेत हुनसक्छ।



## पाठेघर तथा स्तन क्यान्सरको न्यून परीक्षण

विश्व स्वास्थ्य संगठन WHO को ग्लोबोकोन २०२० को रिपोर्टमा महिलामा हुने क्यान्सरमध्ये पाठेघरको मुखको क्यान्सर १९.४ प्रतिशत र स्तन क्यान्सर १७.१ प्रतिशत छ । त्यस्तै WHO को २०१९ को तथ्याङ्क अनुसार १० मध्ये १ जनाभन्दा कम महिलाले मात्र पाठेघरको मुखको क्यान्सर परीक्षण गराएका छन् । नेपाल स्वास्थ्य अनुसन्धान परिषदको अध्ययनमा समेत ग्रामीण क्षेत्रमा पाठेघरको मुखको क्यान्सर र शहरी क्षेत्रमा स्तन क्यान्सर बढी रहेको पाइएको छ । नेपाल जनसांख्यिक स्वास्थ्य सर्वेक्षण २०२२ मा १५ देखी ४९ वर्ष उमेरका ४ प्रतिशत महिलाको स्तन क्यान्सरको जाँच गरिएको र ६ प्रतिशत महिलाको पाठेघर मुखको क्यान्सरको परीक्षण गरेको उल्लेख छ । पाठेघर मुखको क्यान्सरको परीक्षण कार्यक्रमको गाईडलाईन सन् २०१० मै बनेको भए पनि स्तन क्यान्सरको परीक्षण निर्देशिका भने हालसम्म बनाइएको छैन । हालै सरकारले पाठेघरको मुखको क्यान्सर रोकथाम सम्बन्धी निर्देशिका २०७९ जारी गरेको छ । जसमा प्राथमिक रोकथाममा ९ देखी १४ वर्षका किशोरीलाई एचपीभी खोप सेवा प्रदान गरिने छ ।

## बाल क्यान्सरको उपचार न्यून

क्यान्सर जति चाडो पत्ता लाग्यो त्यति नै प्रभावकारी रूपमा निको हुने मान्यता बाल क्यान्सरमा पनि लागू हुन्छ । तर उपचार महंगो र निको नहुने भन्दै उपचारको दायरामा आउने कम छन् । विश्व स्वास्थ्य संगठनले १९ वर्षमुनिका वार्षिक ४ लाख बालबालिकामा क्यान्सर देखिने गरेको बताएको छ । बालबालिकामा बढी देखिने क्यान्सरमा ल्युकेमिया अर्थात रक्त क्यान्सर, ब्रेन क्यान्सर, लिम्फोमा, सोलिड ट्यूमर आदि पर्दछन् । धनी देशमा ८५ देखि ९० प्रतिशत र निम्न आय भएका देशमा ३० प्रतिशत बालबालिकाहरूमा देखिने क्यान्सर उपचारपछि निको हुने गरेको छ । नेपालमा वार्षिक १५ सयदेखि २ हजार बालबालिकामा क्यान्सर हुन सक्ने देखिएको छ । तर उपचार भने एक मात्र रिफरल अस्पताल कान्ति अस्पतालमा वार्षिक २ सय विरामी पहिचान हुने गरेका छन् । भक्तपुर, विपि मेमोरियल, शुशील कोईराला प्रखर, हरिसिद्धीको नेपाल क्यान्सर अस्पताल, तिलगंगा आखा अस्पतालमा पनि विभिन्न किसिमका बाल क्यान्सरको उपचार हुने गरेका छन् ।

## क्यान्सरको उपचार

कुनै पनि क्यान्सरको उपचार कति सफल रहन्छ भन्ने कुरा क्यान्सरको अवस्था, स्थान, प्रकार तथा किसिमका साथै विरामीको स्वास्थ्य अवस्था र उमेरले पनि निर्धारण गर्छ । वयस्कमा एक सय क्यान्सर मध्ये ४० वटा क्यान्सरको निको हुन्छ भने बच्चामा सो दर ६० देखि ९० प्रतिशतमा हुन्छ । सुरुवाती अवस्थामा नै क्यान्सरको निदान र उपचार शुरु गरियो भने उमेर ढल्किसकेका र रोगको अवस्था जटिल भइसकेका भन्दा सफल रहन्छ ।

सोलिड ट्यूमरको उपचारमा शल्यक्रिया विकिरण र केमोथेरापीको प्रयोग गरिन्छ भने रगत सम्बन्धी क्यान्सरमा मुख्यतया केमोथेरापी र केहीमा विकिरणका माध्यमबाट रेडियोथेरापीको प्रयोग गरिन्छ । कतिपय क्यान्सरको बृद्धि हुनुमा शरीरमा हर्मोनको उपस्थिति बढी हुनेमा उक्त हर्मोनको भाग हटाइदिएर वा हर्मोनको प्रयोगद्वारा गरिने उपचार विधि हार्मोनथेरापी र क्यान्सर रोग रोकन सक्ने क्षमतालाई बृद्धि गर्ने विधि - इम्युनोथेरापी क्यान्सरको उपचारमा प्रयोग गरिने विधिहरू हुन् ।

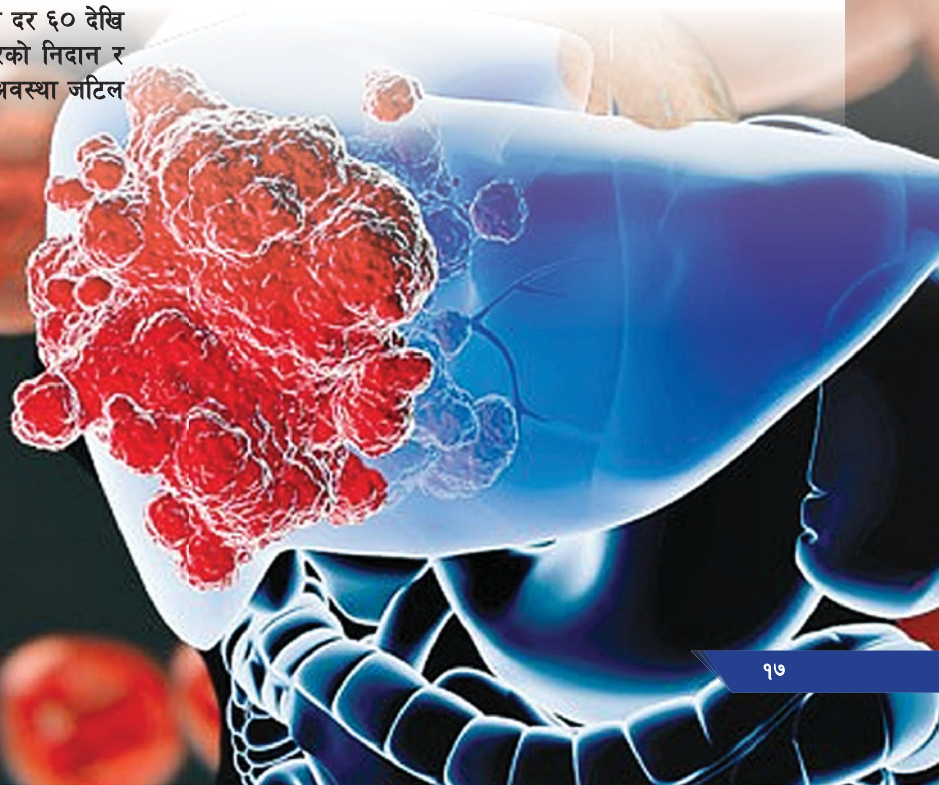
## स्वास्थ्य परीक्षण र स्वस्थ जीवनशैली

नेपालमा ९० प्रतिशत भन्दा बढी क्यान्सर अन्तिम चरणमा मात्र पहिचान हुने गरेको छ । जसले गर्दा विरामीको रोग पत्ता लागेको ६ महिनादेखि १ वर्षमा मृत्यु हुने गरेको तथ्यांक छ । जबकी विकसित देशहरूमा क्यान्सर लागेका विरामी सामान्यतया पाँच वर्षसम्म बाच्ने गरेका छन् । रोग ढिलो पहिचान हुँदा रोग निको नहुने, बढी खर्चिलो र कष्टपूर्ण जीवनयापन गर्नुपरेको अवस्था आउन सक्छ । स्वस्थ जीवनशैली अपनाए ६० प्रतिशत, सूर्तिजन्य पदार्थका प्रयोग नगरे, स्वस्थ खानपान, शारिरीक सक्रियता, मदिराको कम सेवन गरेमा ३० प्रतिशत क्यान्सर रोकन सकिने विश्व स्वास्थ्य संगठनले बताउछ । त्यस्तै एचपीभी र एचबीभी खोपले २० प्रतिशत तथा तमाखु नखाएर क्यान्सरबाट हुने मृत्युलाई २२ प्रतिशतले कम गर्न सकिन्छ ।

## धैर्यताका साथ अघि बढौं

निदानमा धेरै समय लाग्ने उपचारको क्रममा निरन्तर अस्पताल आउनु पर्ने, विभिन्न परीक्षणहरू बारम्बार गराउनु पर्ने, विकिरण तथा केमोथेरापीका नकारात्मक प्रभावहरूका कारण विरामी स्वयम्, आफन्त र उपचारमा संलग्न चिकित्सक तथा स्वास्थ्यकर्मीहरूमा धैर्यता आवश्यक पर्छ । कुन उपचार विधिले विरामीलाई बढी लाभ हुन्छ भन्ने निर्णय लिन क्यान्सर सम्बन्धी विभिन्न विशेषज्ञहरूको आपसी सहकार्य अत्यन्त आवश्यक हुन्छ । यसका लागि विशेषज्ञहरूको समूह ट्यूमरबोर्ड गठन गरेर उपचार गर्ने गरिन्छ । जसमा मेडिकल, सर्जिकल, विकिरण, प्याथोलोजिस्ट आदि क्यान्सर विशेषज्ञ संलग्न हुने गर्दछन् । तर नेपालमा भने यी सबै विशेषज्ञहरू भएका अस्पताल नै सिमीत संख्यामा भएका कारण पनि उपचारमा असहजता रहेको देखिन्छ ।

जुनसुकै विरामीका लागि माया र ममताले औषधिको प्रभावलाई बढाउन सक्छ । त्यसैले आफ्ना परिवारका सदस्य तथा आफन्त कोही पनि विरामी छन् भने माया बाढौं, विरामीको आत्मबल बढाऔं ।







# स्तन क्यान्सर जितेकी गायिका देविका वन्दनालाई दश प्रश्न

## अन्तरवार्ता

पचासको दशकमा नेपाली गीतसंगितमा छाएको एउटा स्वर हो, देविका वन्दनाको। धेरैजसो नेपाली चलचित्र र आधुनिक गीतहरू उहाँका स्वरले सजिएका छन्। २०४७ साल ताका गायन यात्रा सुरु गर्नुभएकी देविका वन्दनाले हालसम्म एक हजार बढी गीतहरूमा आफ्नो स्वर भर्नुभएको छ। कोरोना भाइरसले संसार थलिएकाबेला गायिका देविका वन्दनालाई तेस्रो चरणको स्तन क्यान्सर भएको थाहा भयो। ललितपुरको हरि सिद्धिस्थित नेपाल क्यान्सर हस्पिटलमा झण्डै दुई वर्षको उपचारपछि पूर्ण निको भएर उहाँ अहिले नियमित दिनचर्यामा फर्किसक्नु भएको छ। दैनिक रुपमा गीत रेकर्ड, विभिन्न कार्यक्रमहरू, अन्तरवार्तामा उहाँका दिनहरू बित्ने गरेका छन्। आफूलाई क्यान्सर भएपछिका शारीरिक, मानसिक अवस्थालाई चिदै उहाँले आफ्ना अनुभवको संगालो “जित्नेको हाँसो” पुस्तक समेत प्रकाशन गर्नुभएको छ। रोगसँग लड्दाका उहाँका भोगाइहरू र त्यसपछिको जीवनबारे सम्पादक साजना तामाङ कुँवरले लिएको अन्तरवार्ता।

### १. आफूलाई क्यान्सर भयो भन्ने थाहा पाउँदाको मनोभाव कस्तो थियो ?

सुरुमा मलाई ज्यादै गाह्रो भयो। पहिला त स्वीकार्नै सकिन्। त्यसपछि अब बाँच्न होला जस्तो लागेको थियो। कति सपनाहरू पुरा नहुने भयो। सन्तानको विहेसमेत गरेको छैन् भन्ने कुराले पीर पऱ्यो। त्यो बेला परिवारका सदस्यले सम्झाउनुभयो। मैले जानेको देखेको मध्ये नजिक लाग्ने मान्छे तारा दीदि (गायिका तारा थापा) लाई क्यान्सर भएको थाहा थियो, आफूलाई क्यान्सर भयो भन्ने थाहा पाएको भोलिपल्ट बिहानै मैले वहाँलाई फोन गरे। वहाँसँगको फोन सम्पर्कपछि म झन् धेरै डराएको थिए। त्यहीँ भएर होला मलाई त्यसपछि आफ्नो परिवार बाहेक अरुलाई मेरो रोगबारे सेयर गर्नु मन लागेन्।

### २. विरामी हुँदा परिवारको सहयोग कस्तो रह्यो ? सबैभन्दा बढी हेरचाह कस्तो गर्नुभयो ?

मेरो ठूलो भिनाजु सिनियर सर्जन हुनुहुन्छ, वहाँले मलाई धेरै सम्झाउनुभयो। अस्पताल र चिकित्सकसम्मको सम्पर्क बनाई दिनुभयो। मेरो परिवारको ठूलो सहयोग रह्यो। सबैभन्दा धेरै छोराछोरीले हेरचाह गरे। सुरुमा छोरा थिए मसँग त्यसैले छोराले सहयोग गर्नु पछि फिलिपिन्समा पढ्दै थिईन छोरी, उनी आएपछि उनी पनि सधैं मसँग रहिन्। श्रीमान र छोरा व्यवसाय सम्हाल्नुपर्ने हुँदा बेलाबेला बुटवलबाट आउनुहुन्थ्यो।

### ३. अकस्मात क्यान्सर भएपछि आफूलाई कसरी तयार गर्नुभयो र उपचार विधि कति सहज लाग्यो ?

उपचार सुरु भएपछि छातिको बायाँ भागमा किमो पोर्ट (औषधीजन्य पदार्थ शरीरभित्र पठाउनका लागि छल्लाको मुनि राखिने एक उपकरण) राख्दा साह्रै डराएको थिएँ। हरेक पटक किमोथेरापी गर्दा दिनभर अस्पताल बस्नुपर्थ्यो। त्यसको लगातार तीन दिन अस्पताल जानुपर्ने हुन्थ्यो। दोस्रो पटकको किमो पाएपछि जब चार दिन कटाएँ अनि मेरो डर बिस्तारै हराउँदै गयो। डरलाई जित्दै गएको मनसँगै मैले रियाजहरू सुरु गरे। यी सबै कुराहरू लेख्न मन लाग्यो। मेरो परिवार र मेरो साथी-बहिनी रोशनी केशीले मलाई रोगसँग जुध्न निकै सहयोग गर्नुभयो। किमो पाएको केही दिन कटाएपछि बिस्तारै म कार्यक्रमहरूमा जान थाले।





## ४. उपचारका क्रममा आउने शारीरिक परिवर्तनलाई कसरी सन्तुष्ट हुन्छ ?

सुरुमा म डराएको थिए । तर बिस्तारै क्यान्सरलाई मैले स्वाभाविक लिन थाले । जब मेरो कपाल झर्नेबेला भएको थियो । त्यहीँबेला टिकटकमा कपाल नभएको एउटा फिल्टर आएको थियो । देशविदेशका कालाकारले समेत त्यो फिल्टर लगाएर भिडीयो बनाउँदा मलाई आफ्नो कपाल नभएको अवस्था झन सामान्य लाग्न थाल्यो । टिकटकको त्यो फिल्टरले मलाई आत्मबल दियो ।

## ५. तपाइ त चर्चित कालाकार, रोग लागिसकेपछि चासो चिन्ता गर्ने धेरै थिए होलान्, त्यसलाई कसरी व्यवस्थापन गर्नुभयो ?

हो त्यो मेरा लागि एउटा चुनौति थियो । त्यहिँ भएर मैले एकदम कमलाई मात्र रोगबारे जानकारी दिएको थिए । त्यो बेला कोभिड भर्खर सुरु भएको थियो । थाहा दियो भने साथीभाइ भेट्न आउने जाने पनि हुने हुनाले मैले कसैलाई भनिन् ।

## ६. रोगसँग लड्नका लागि ओगाइहरुबारे पुस्तक लेख्नुभयो नि ?

हामी नेपालीहरु कसैले केही भयो या कुनै रोग लाग्यो भन्यो भने सुक्राव दिन सुरु हुन्छ । फोन कल्स, सबैलाई बेलिबिस्तार लगाउँदा कस्को के प्रतिक्रिया, कस्को के । त्यसले झनै गाह्रो होला जस्तो लाग्यो । बरु ती सब कुरालाई किताबको रूपमा ल्याउँछु भन्ने लाग्यो । त्यहिँ भएर मैले बिस्तारै डायरी लेख्न थाले । लेखेको कुरा छापछु भन्ने लाग्यो र एकजना दाइलाई टाइपिङका लागि समय मागे । पछि म पूर्ण निको भएपछि काठमाडौँ आएर किताब छपाए । ता कि मेरो अनुभवले म जस्तै अरुलाई स्तन क्यान्सरबारे बुझ्न सहयोगी होस् । क्यान्सर सोचे जस्तो र चर्चा गरेजस्तो गाह्रो नहुने रहेछ भन्ने सन्देश दिन पनि मैले किताब निकाले ।

## ७. रोग लाग्नु अघि र पछिको जीवशैलीमा के परिवर्तन आएको छ ?

मलाई, म अरुभन्दा स्वस्थ मान्छे हुँ जस्तो लाग्यो । सधैं नै स्वस्थ जीवन जिउने प्रयास गर्थे । सन्तुलित खाना खाने, जीम जाने, व्यायाम दिनहुँ गर्ने मान्छे हुँ । तर एक्कासी क्यान्सर भएको थाहा पाउँदाको दिन मेरो जिवनको सबैभन्दा नरमाईलो क्षण हो । अपरेशन पछिको ६ महिना मैले व्यायाम गरिन । अहिले पहिले जस्तै कृयाकलाप र दिनचर्यामा फर्किएको छु । तर कहिलेकाहीँ आजभोलि कमजोर, थकान महसुस हुन्छ ।

## ८. नेपालमा क्यान्सरको उपचार कति सहज छ ? आर्थिक दृष्टिले सबै नेपालीको पहुँच पुग्ला ?

नेपालमा पहिलेभन्दा धेरै राम्रो उपचार हुन थालेको छ भनेर त आफ्नै उपचारबाट थाहा भयो । स्तन क्यान्सर भयो भन्दैमा स्तन नै काटेर फाल्न नपर्ने प्रविधिसमेत उपलब्ध रहेछ । तर मुख्य समस्या चाहीं

## ९. अस्पतालमा बिरामीको उपचार नै पहिलो प्राथमिकता हो । तर क्यान्सर रोगीका हकमा भने परिवारका सदस्य पनि बिरामीसँगै हरेक पटक अस्पतालमै उपस्थित हुनुपर्ने हुन्छ । यस्तो अवस्थामा बिरामीका परिवारप्रति अस्पतालमा कस्तो व्यवस्था हुनुपर्छ जस्तो लाग्छ ?

अस्पतालमा बिरामीका परिवारप्रति गरिने व्यवहार चिकित्सक वा स्वास्थ्यकर्मी पिच्छे फरक हुन्छ । कतै राम्रो पनि गरिन्छ होला, कतै नराम्रो पनि हुनसक्छ । क्यान्सर भन्ने बित्तिकै बिरामीसँगै परिवारका सदस्य पनि आतिएका हुन्छन् नै । पैशा खर्च भइरहेको

(क्यान्सरको उपचारपछि निको भएर नयाँ उर्जाका साथ दैनिकीमा फर्किएकाहरुको अनुभवको कथाले यस रोगसँग जितिरहेकाहरुलाई हौसला मिलोस् भन्ने उद्देश्यले यसपटक गायिका देविका वन्दनालाई प्रस्तुत गरेका छौ । भविष्यमा पनि क्यान्सरका विरामीको यस्तै भोगाइहरुबाट अन्यलाई उर्जा भनें कमलाई निरन्तरता दिने छौ । )

हुन्छ एकातिर भने अर्कोतिर आफ्नो मान्छेले दुख पाईरहेको हुन्छ । त्यस्तै घरव्यवहार पनि मिलाउनुपर्ने हुनाले बिरामीको परिवार अलि बढी तनाबमा हुन्छ । उपचारको क्रममा बिरामीको स्याहारमा लागेको सदस्यलाई अस्पतालहरुले केही समय छुट्ट्याएर काउन्सिलिङ गरिदिए हुन्थ्यो जस्तो लाग्छ । मेरै केशमा पनि मेरो छोरी आफू डाक्टर हो तर उसलाई कतिपय समय मानसिक रूपमा गाह्रो भएको म महसुस गर्न सक्थे ।

## १०. क्यान्सरकालाई जितेर सामान्य जीवन व्यतित गर्दै गर्दा यससँग जुधिरहनु भएकाहरुलाई के अग्न चाहाउनु हुन्छ ?

नियमित रूपमा स्वास्थ्य परीक्षण गराउनु आग्रह गर्छु । मैले जस्तो हेल्थेक्याड नगर्नु होला भन्न चाहान्छु । र हिम्मत नहार्नुहोस्, सही उपचार पाएर क्यान्सरपछिको जीवन झनै रमाईलो छ ।

क्यान्सर लागेकै समय देविका वन्दनाले दशभन्दा बढी गीत रेकर्ड गराउनु भयो । क्यान्सरको उपचार भईरहँदा पुस्तक लेख्नुभयो । क्यान्सरसँग जुधिरहँदा पनि सक्रिय रूपमा विभिन्न क्रियाकलापमा संलग्न भएको भन्दै (अमेरिका, बेलायत र भारतद्वारा स्थापित ) IUDEX नामक अन्तर्राष्ट्रिय संस्थाले उहाँलाई प्रशंसा पत्रसमेत दिएको छ । करिब दुई वर्षको उपचारका क्रममा उहाँले १८ पटक किमोथेरापी त्यति नै पटक रेडियो थेरापी गराउनुप्यो । हरेक पटकको किमोथेरापीपछि अरु उपचार विधीका लागि चार दिन लगातार अस्पताल पनि जानुपर्थ्यो । अहिले पनि उहाँ ६/६ महिनाको फलोअपमा हुनुहुन्छ ।

स्थायी घर बूटवलमा रहेका कारण स्थानीय लायोनेस क्लबमा आबद्ध रहि देविका सो वरपरका विभिन्न स्थानमा स्वयम्सेवाका लागि पुग्नुभएको छ । नेपालका सबै स्थानमा जनसंख्याका आधारमा विशेषज्ञ चिकित्सक सहितको अस्पताल खोल्नुपर्ने वहाँ बताउनु हुन्छ । गीतसंगितका क्षेत्रमा लामो समय कटाउनुभएकी देविका सांगितिक संघमा आबद्ध हुनुहुन्छ । साथै अबको जीवन समाज सेवामा बिताउने योजना अनुसार चाँडै नै गैर सरकारी संस्था स्थापनाको तयारीमा हुनुहुन्छ ।







# Breast Cancer Status in Nepal



**Dr. Prafulla Shakya**  
Consultant Breast Oncosurgery, Nepal  
Cancer Hospital and Research Center  
Harisiddhi

Breast cancer is the most common cancer among women in Nepal, with an incidence rate of 27.5 per 100,000 women for breast cancer. The incidence of breast cancer is expected to increase in the future due to the lack of resources and the low level of awareness about the disease.

The majority of breast cancer patients in Nepal present with advanced-stage disease, with only 30% diagnosed at an early stage. Late diagnosis is primarily due to a lack of awareness of the disease and the absence of a comprehensive screening program. Breast self-examination is not routinely practiced in Nepal, and mammography is not widely available. As a result, many women with breast cancer are not diagnosed until the disease has reached an advanced stage, making it more challenging to treat.

In Nepal, breast cancer is often stigmatized, and women may delay seeking medical attention due to shame or fear. Additionally, many women do not have access to quality medical care, and those who do often cannot afford it. This lack of access to care is a significant barrier to the early detection and treatment of breast cancer.

Breast cancer management in a resource-constrained country like Nepal presents many challenges. The primary challenge is the lack of resources, including funding, equipment, and trained healthcare professionals. However, there are several strategies that can be employed to improve breast cancer management in Nepal.

**Increase Awareness and Education:** One of the most effective ways to improve breast cancer management in a resource-constrained country is to increase awareness and education about the disease. This can be accomplished through community-based education programs, media campaigns, and public service announcements. Education can help women recognize the signs and symptoms of breast cancer and understand the importance of early detection.

**Implement Screening Programs:** Breast cancer screening programs can help detect the disease at an early stage, making it easier to treat. In Nepal, mammography is not widely available, and breast self-examination is not routinely practiced. However, other screening

methods, such as clinical breast examination, can be used. These programs can be implemented through partnerships with local healthcare providers or non-governmental organizations.

**Improve Access to Treatment:** Access to quality medical care is a significant barrier to the early detection and treatment of breast cancer in Nepal. Improving access to treatment can be accomplished through partnerships with local healthcare providers or non-governmental organizations. These partnerships can provide training and equipment to healthcare professionals, as well as support for patients in need.

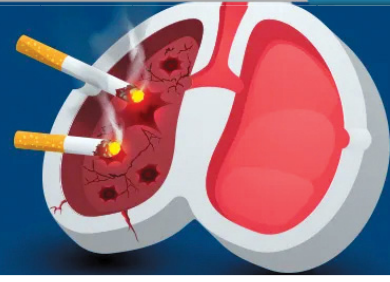
**Develop a Comprehensive Breast Cancer Program:** A comprehensive breast cancer program with trained breast specialist can help ensure that patients receive the care they need. This program should include prevention, screening, diagnosis, treatment, and follow-up care. This program should be developed in collaboration with local healthcare providers and non-governmental organizations.

Breast cancer is a significant health problem in Nepal. The incidence of breast cancer is increasing rapidly, and it is expected to continue rising due to the growing population and aging demographics. However, breast cancer care in Nepal is inadequate, and there is a lack of awareness and resources for the diagnosis and treatment of the disease. To manage breast cancer in Nepal breast specialist should be allowed to develop and lead the breast cancer programme. It is also essential to increase awareness and education, implement screening programs, improve access to treatment, and develop a comprehensive breast cancer program. These strategies can help ensure that women in Nepal receive the care they need and improve the overall management of breast cancer in the country.

Furthermore, it is essential to address the stigma surrounding breast cancer and ensure that women feel comfortable seeking medical attention. This can be accomplished through community-based education programs and media campaigns that aim to destigmatize the disease.

In conclusion, breast cancer is a significant health problem in Nepal, and the management of the disease presents many challenges in a resource-constrained country. However, through increased awareness and education, implementation of screening programs, and development of comprehensive breast cancer programs, we can improve the management of the disease and ensure that women in Nepal receive the care they need.

# क्यान्सर, सूतिजन्य पदार्थ र यसका अवयवहरु



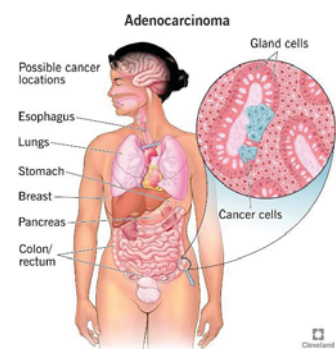
## प्रकाश खतिवडा

केन्द्रीय उपमहासचिव  
नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्था

नेपालमा क्यान्सर रोगका कारण मृत्युवरण गर्नेको संख्या बढ्दो क्रममा रहेको पाईएको छ । नेपाल विकास अनुसन्धान प्रतिष्ठानको पछिल्लो तथ्यांक अनुसार नेपालमा सूतिजन्य पदार्थको सेवनले मात्र प्रतिवर्ष ३७ हजार ५२ ९ जना अर्थात प्रतिघण्टा ४ जना भन्दा धेरै मानिसको क्यान्सर रोग लागेर मृत्यु हुने गरेको छ । जुन संख्या नेपालमा हुने कूल मृत्युको १९.४१ प्रतिशत हुन आउछ । यो संख्या भयावह हो । यसैगरी करिब ८७ प्रतिशत फोक्सोको क्यान्सरको कारक तत्व पनि धुम्रपान भएको तथ्यहरु छन् । विश्वमा धुम्रपानको सेवनको कारणले प्रत्येक सात सेकेन्डमा एक जनाको मृत्यु हुने गरेको तथ्याङ्क नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाको बुलेटिनमा प्रकाशन भएको तथ्याङ्कबाट थाहा पाउन सकिन्छ । सूतिजन्य पदार्थको प्रयोगले फोक्सोको क्यान्सर, स्वास प्रस्वास सम्बन्धी रोगहरु, मुटु सम्बन्धी रोगहरु, मृगौला सम्बन्धी रोगहरु, मुखको क्यान्सर लगायत विशेषत विभिन्न नसर्ने रोगहरु लाग्ने गरेको पाईएको छ ।

सूतिजन्य पदार्थको प्रयोग जनस्वास्थ्यको दृष्टिकोणले हानीकारक रहेको विश्व स्वास्थ्य संगठनले प्रमाणित गरिसकेको छ । यो एक किसिमको दुर्ब्यसन हो भन्नुमा अत्युक्ति नहोला । यति हुँदाहुँदै पनि मानिसहरु निशान्देह सूतिजन्य पदार्थको सेवन गरिरहेका छन् । सूतिमा पाईने ६० प्रकारको रसायनमा विभिन्न प्राणघातक क्यान्सर गराउने तत्वहरु रहेको अनुसन्धानबाट पत्ता लागेको छ । टार र कार्बन मनोअक्साईड सूतिमा पाईन्छ, जसले हाम्रो शरिरमा बढी हानी पुऱ्याउछ भने धुम्रपानको लत लगाउने तत्व निकोटिन पनि यसमा पाईन्छ । सूतिजन्य पदार्थको प्रयोगले कैयन सामाजिक आर्थिक, पारिवारिक तथा व्यक्तिगत समस्याहरु सृजना गर्दछ । सूतिको उत्पादन गर्नेदेखि यसको कारोबार गर्नेसमेत प्राय अम्मली भएको पाईएको छ । यस्ता अम्मलीको ध्यान पारिवारिक आवश्यकता टार्नु भन्दा पनि आफ्नो अम्मल पूरा गराउनेतर्फ केन्द्रीत हुने र बिस्तारै रोगको सिकार भएपछि पारिवारिक समस्या भन्नु बल्भदै जान्छ ।

हामीले सूतिजन्य पदार्थको प्रयोगको दर घटाउन सक्यौ भने निश्चित रुपमा रोगीको संख्या घटाउन सक्छौ । अर्थशास्त्रको नियम अनुसार माग र आपूर्तिमा मूल्यको ठुलो भूमिका हुन्छ । मूल्य बढ्दा माग कम हुन्छ भन्ने सिद्धान्त



अनुसार सूतिजन्य पदार्थमा कर बृद्धि गर्ने हो भने यसको माग कम हुन्छ र देशको राजस्व पनि बढ्न जान्छ । मानवीय स्वास्थ्यलाई प्रत्यक्ष असर गर्ने सूतिजस्ता वस्तुको करबृद्धि अन्तर्राष्ट्रिय अभ्यास पनि हो । नेपाल विकास अनुसन्धान प्रतिष्ठानले गरेको सर्वेक्षण अनुसार कूल सर्वेक्षणको ७९.१ प्रतिशत मानिसले सूतिजन्य

पदार्थको मूल्यबृद्धि गर्नुपर्ने पक्षमा मत दिएका छन् । नेपालमा सूतिजन्य पदार्थको खुद्रा मूल्यमा लाग्ने कर विश्व स्वास्थ्य संगठनको ७५ प्रतिशतको मापदण्ड भन्दा धेरै तल अर्थात ३८ प्रतिशत रहेको छ । जबकी दक्षिण एसियाका अन्य देशहरु श्रीलंकामा ७७.०२ प्रतिशत, बंगलादेशमा ७३ प्रतिशत, पाकिस्थानमा ६०.७८ प्रतिशत र भारतमा ५७.६० प्रतिशत कर लगाउने गरेको पाईन्छ । यसविषयमा नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्था र नेपाल विकास अनुसन्धान प्रतिष्ठानले सूतिजन्य पदार्थमा कर बृद्धिको लागि सम्बन्धीत मन्त्रालयहरु अर्थ र स्वास्थ्य मन्त्रालयका मन्त्री र सरकारलाईसमेत पटकपटक अनुरोध गर्दा पनि अन्तर्राष्ट्रिय मापदण्ड अनुरूप कर बृद्धि हुन नसक्नु दुखद हो । सूतिजन्य पदार्थमा अन्तशुल्कको प्रभाव अध्ययन गर्दा र अहिलेको अवस्था विश्लेषण गर्दा कर बृद्धि गरि ६० प्रतिशतसम्म पुऱ्याउनु उपयुक्त देखिन्छ । सूतिजन्य पदार्थमा मूल्य बृद्धि गर्दा एकातिर राजस्व बढ्छ भने अर्कातर्फ लाखौ नेपालीको क्यान्सरको कारण बनेको चुरोट, खैनी, तम्बाखु जस्तो वस्तुको उपभोग आफै घट्छ । वास्तवमा यो भनेको WIN-WIN को अवस्था हो ।

सूतिजन्य वस्तुहरुबाट राज्यलाई आम्दानी भन्दा राज्यको व्यय धेरै देखिन्छ । आर्थिक वर्ष २०२०/०२१ मा नेपालमा सूतिजन्य वस्तुको उत्पादन र आयातमा लागेको कूल अन्तशुल्क संकलन २०.३९ अर्ब रुपैयाँ देखिन्छ । यसै गरि नेपालमा सन् २०२० मा मात्र चुरोट सेवनका कारण हुने रोगहरुको उपचारार्थ भएको प्रत्यक्ष र अप्रत्यक्ष खर्च ४० अर्ब रुपैयाँ रहेको तथ्यांक छ । सरकारले सूतिजन्य पदार्थको नियन्त्रणको सवालमा ऐनको प्रभावकारी कार्यान्वयन गरि वार्षिक ४० अर्बको आर्थिक क्षती न्युनिकरणका लागि प्रभावकारी आर्थिक कार्यक्रम ल्याउन ढिलो भईसकेको देखिन्छ । धुम्रपान सेवनकर्तालाई धुम्रपान त्याग्दा हुने फाइदाबारे बोध गराई यसको लतबाट टाढा राख्नु एउटा ठुलो चुनौती हो, तर असम्भव पक्कै होइन । सूतिजन्य पदार्थ त्यागेर सुखमय जीवनयापन गरिरहेकाहरु बेलैमा सजग भएर प्राणघातक क्यान्सर जस्तो रोग लाग्नबाट बचेकोमा खुसी र स्वस्थ देखिन्छन् । सरकारले निकै ठूलो कसरतमा जनताको जीवन रक्षा गर्ने उद्देश्यले सूतिजन्य पदार्थ नियन्त्रण तथा नियमन गर्नको लागि २०६८ सालमा ऐन ल्याएको थियो । त्यसपछि पनि स्वास्थ्य मन्त्रालयले यसको नियमन गर्न विभिन्न निर्देशिका र कार्यविधि बनाएको पाइन्छ, तर यीनीहरुको कार्यान्वयन सन्तोषजक छैनन् । अहिले पनि सूतिजन्य पदार्थ बिद्यालयका बालबालिकालाई खुलेआम बिक्री बितरण र सार्वजनिक स्थलमा धुम्रपान सेवन देख्न सकिन्छ । विद्यालयको एक सय मिटर वरपर सूतिजन्य पदार्थ बेचबिखन गर्न नपाईने नियमको पालना भएको छैन । ऐनमा कार्यालयहरुमा धुम्रपान गर्ने कक्ष निर्धारणको सूचना टाँस गर्नुपर्ने तोकिएको क्षेत्रबाहेकका स्थानमा सूतिजन्य पदार्थ सेवन गरेको पाईए कारबाही हुने स्पष्ट ब्यबस्था छ । सूतिजन्य पदार्थको बट्टा, खोल, पेटि, पार्सल र प्याकेजिङमा ९० प्रतिशत यसको सेवनबाट स्वास्थ्यमा पर्ने नकारात्मक असरको बारेमा चेतावनीमूलक सन्देश र चित्र छापे तथा अंकित गन पनि ऐनमा स्पष्ट ब्याख्या गरिएको छ । ऐनको प्रभावकारी कार्यान्वयन र कानून बिपरित बिक्री बितरण भइरहेका सूतिजन्य पदार्थ बजारबाट हटाउने आसयको फैसला सर्वोच्च अदालतले समेत दिएको थियो । नेपालको संविधान २०७२ को धारा ३५ मा प्रत्येक नागरिकलाई स्वास्थ्य सेवामा समान पहुँचको हक हुनेछ, भन्ने ब्यबस्था र आधारभूत स्वास्थ्यको नैसर्गिक अधिकार हुने भन्ने ब्यबस्था गरिएको छ । नसर्ने रोगहरु मध्ये भयावह अवस्थामा देखिएको क्यान्सर जस्तो प्राणघातक रोगकोबारेको चेतना फैलाउने र जतिसक्यो यो रोग लाग्नबाट जोगाउने अभियान प्रभावकारी बनाउने दायित्वबाट सरकार उम्कन मिल्दैन ।



# Navigating Complex cases: The Roles of Tumor Board in Cancer Care



**Prof. Pradeep Vaidya**  
Coordinator of Tumor Board Members  
of Executive Board of NCRS

Cancer, a formidable adversary in the realm of health, presents a myriad of challenges that demand a multidisciplinary approach for effective management. In the quest to provide patients with the best possible care, medical professionals often convene in what is known as a tumor board. This collective effort, which combines diverse expertise and knowledge, plays a pivotal role in shaping treatment strategies and improving patient outcomes.

## Organizational Introduction

Nepal Cancer Relief Society (NCRS) is a non-profit community-based nationwide social organization founded by Late Princess Jayanti Rajya Laxmi Devi Shah in 1982 A.D (2039 B.S) with the aim of fighting against the spread of cancer in Nepal. The organization has now established its branches in 42 districts of Nepal and has been mobilizing 10,000 volunteers nationwide. NCRS is a pioneer organization for tobacco control in Nepal. NCRS works in both cancer prevention and its cure. Tobacco control is the major preventive activity done by NCRS because it is a sole preventable risk factor for several types of cancer. Tumor board is another important activity conducted by this society which brings very busy doctors for discussion on difficult cases of cancer.

## Understanding of Tumor Board

A tumor board, also referred to as a multidisciplinary or interdisciplinary team, is a group of healthcare professionals from various specialties who come together to review and discuss complex cases of cancer. These teams typically consist of oncologists, surgeons, radiologists, pathologists, radiation oncologists, nurses, and other allied healthcare professionals, depending on the specific needs of the case.

## The Purpose of Tumor Board

The primary goal of a tumor board is to formulate well-informed and comprehensive treatment recommendations for patients with cancer. Cancer is a complex disease with diverse manifestations, and no two cases are exactly alike. Tumor boards facilitate collaboration among experts with different perspectives, ensuring that all potential treatment options are considered before a final decision is made.

## Key Functions of Tumor Board Meeting

1. **Diagnosis Validation:** When dealing with intricate cases, an accurate diagnosis is crucial. Pathologists and radiologists present their findings to the tumor board, allowing for discussions and clarifications that can help validate the diagnosis.
2. **Treatment:** Tumor boards evaluate the available treatment options based on the patient's medical history, tumor characteristics, and overall health. This comprehensive analysis ensures that the chosen treatment strategy aligns with the patient's unique circumstances.
3. **Personalized Approach:** Cancer treatment has transitioned from a one-size-fits-all approach to a more personalized one. Tumor boards facilitate tailoring treatment plans to the individual patient, taking into account factors such as genetic mutations, comorbidities, and patient preferences.
4. **Risk-Benefits Analysis:** Tumor boards engage in thorough risk-benefit analyses of various treatment options. This process ensures that potential benefits are maximized while adverse effects are minimized, leading to better overall patient outcomes.
5. **Continuity of Care:** Tumor boards also aid in fostering a sense of continuity in a patient's care journey. As different specialists collaborate, they develop a shared understanding of the patient's case, which can be particularly important when multiple treatments or interventions are involved.



## Challenges and Benefits:

While tumor boards offer numerous advantages, they are not without challenges. Coordinating the schedules of busy healthcare professionals, managing diverse opinions, and staying up-to-date with the latest research are all hurdles that need to be overcome.

However, the benefits far outweigh the challenges. Tumor boards enhance clinical decision-making by harnessing collective expertise, leading to improved patient outcomes and satisfaction.

- It gives opportunity to understand or to clear misunderstanding to doctors of different specialties.
- It helps in practical way to update one's knowledge. For example, the surgeons find out what the pathologists are thinking when they write the report. The pathologists request the surgeon to send the tissues in certain way so that reporting becomes better. Similarly, the radiologists understand what the surgeons want when they send for some particular investigation, while the surgeons are informed on the best modality of investigation for the particular case.
- The tumor board also gives the consultants confident of doing the right things in difficult case.
- The patients are also happy when they are told that their cases were discussed among most of the cancer specialists in Nepal. This could also prevent patients going abroad when they realize that their case is being discussed by so many experts here.
- There is also an advantage for young oncologists to introduce themselves and their work to all the experts, so that they can be referred cases when required.
- This is also a good forum for introducing new techniques and investigations available to all working in cancer, so that they can guide their patients to proper institutions for further management if required.
- The event will foster collaboration and networking among medical specialists, creating a platform for future partnerships and research initiatives aimed at advancing cancer care. Also, helps in knowing the newer facilities available for diagnosing and treating patients in various institutions.
- The collective knowledge and experience of the medical professionals present will help identify the best treatment options, leading to improved patient outcomes and quality of life.
- The meeting will provide an opportunity for medical professionals to learn from each other, share best

practices, and stay updated on the latest research and treatment protocols. This will ultimately enhance their skills and contribute to better patient care in the long term.

- The participants of Tumor Board also get points for their Continuing Professional Development (CPD) program for revalidation by Nepal Medical Council.

## Tumor Board Meeting

Nepal Cancer Relief Society has started to conduct Tumor Board Meeting in 2068 with the aim to discuss complex cases, among various specialties. Since its start NCRS has conducted 144 tumor board meeting till date and more than 500 cases discussed.

Tumor Board Meeting is conducted every 2nd Saturday of Nepali month at Hotel Radisson, Lazimpat from 8:30 to 10:00 am. The first half hour is breakfast with fellowship. The fellowship is very important as it is a golden time for consultants to catch up with their colleagues, especially of other specialties, and discuss cases or just catch up in friendship.

The second part is the tumor board meeting where all the 35 to 40 doctors from various specialties discussing the cases presented. Approximately 4 to 5 cases are discussed in every meeting. The case presentation is PowerPoint presentation but sometime its pictorial presentation as well as oral presentation. After all the opinions heard, a consensus is formed on the modality of management.

The way to get consult at the tumor board is to ask your consultant to do so. The patient can themselves also call on Nepal Cancer Relief Society and request for putting their case to tumor board. The board after discussion will inform the patient of their decision. Unfortunately, no residents are allowed in this tumor board because this tumor board's objective is to discuss difficult cases of patients and not for training the residents. During corona the tumor board has been extended to Pokhara and Jumla oncologist via video conference. If any institution wants to join from outside the Kathmandu Valley, they can inform NCRS earlier so that we can prepare for virtual consultation. Any Medical Consultant of any specialty working with Cancer patients are welcome to attend the tumor board and there is no need for invitation.

## Conclusion

Cancer care demands a holistic and collaborative approach, and tumor boards stand at the forefront of this effort. By bringing together experts from various fields, these multidisciplinary teams ensure that patients receive the best possible care, tailored to their unique circumstances. As medicine advances and treatment options expand, the tumor board's role will remain pivotal in navigating the complex landscape of cancer care.

# केन्द्रीय कार्यालयको गतिविधि

## ३२ औं केन्द्रीय सभा सम्पन्न

नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाले आफ्नो ३२औं केन्द्रीय सभा, २०७९ पौष २९ गते शुक्रवार भक्तपुर, मध्यपुर ठिमीको बोडेस्थित कृषि विकास बैंक तालिम प्रतिष्ठानमा आयोजना गरेको थियो। कार्यक्रमको अध्यक्षता, अध्यक्ष महेश श्रेष्ठज्यूले गर्नुभएको थियो। तात्कालिन उपराष्ट्रपति नन्द बहादुर पुनज्यूको प्रमुख आतिथ्यमा कार्यक्रम सम्पन्न भएको थियो।

उद्घाटन समारोहमा प्रमुख अतिथि उपराष्ट्रपति नन्दबहादुर पुनले नेपालमा क्यान्सर रोगको रोकथाम र उपचारमा विशेष कार्यक्रम सञ्चालन गर्नुपर्नेमा जोड दिनुभयो। नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाको अन्तर्राष्ट्रिय स्तरको डायग्नोस्टिक सेन्टर स्थापना गर्ने योजना सफल भए क्यान्सर रोगको समयमै पहिचान गरि रोगको रोकथाममा सहयोग पुग्ने विश्वास पुनले व्यक्त गर्नुभयो। कार्यक्रममा सहभागि जिल्ला शाखाका प्रतिनिधिहरुलाई आ-आफ्नो क्षेत्रमा क्यान्सर रोगबारे जनचेतना अभिवृद्धिका लागि अबै धेरै क्रियाशिल हुन आग्रह गर्नुभयो।

कार्यक्रमको उद्घाटन सत्रमा निवर्तमान अध्यक्ष लोकेन्द्र कुमार श्रेष्ठज्यूले स्वागत मन्तव्य राख्नु भएको थियो। महासचिव विमल कुमार होडाले संस्थाको वार्षिक प्रगति प्रतिवेदन पेश गर्नु भएको थियो भने विभिन्न क्षेत्रका अतिथिज्यूहरुले शुभकामना व्यक्त गर्नुभएको थियो। केन्द्रीय सभामा ४२ जिल्लाका २ सय बढी प्रतिनिधिहरु सहभागि थिए।



## सुर्य कुमार बराल

अध्यक्ष: शुभ गुरु फाउण्डेशन

मो. ९८५१०१३५८७

## राधा गुरुड बराल

प्रो.: शुभ गुरु सुन चाँदी गृह

मो. ९८४१८००७७५



बत्तिसपुतली, पुरानो बानेश्वर, काठमाडौं, नेपाल, फोन नं ०१ ४४६०२०६

Email: suryabaral007@gmail.com, URL: www.subhaguru.com.np



## ४० औं वार्षिकोत्सव आयोजना



२०७९ भाद्र ३१ गते नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाले आफ्नो ४० औं वार्षिकोत्सव मनाएको थियो । नेपाल पर्यटन बोर्डको सभाहलमा आयोजित कार्यक्रमको प्रमुख आतिथ्यता संस्थाका पूर्वअध्यक्ष कर्ण शाक्यले गर्नुभएको थियो । कार्यक्रममा अध्यक्ष महेश श्रेष्ठज्यूले अर्बुद रोग रोकथाम र नियन्त्रणका लागि सरकार थप जिम्मेवार हुनुपर्ने बताउनुभयो । अहिले भइरहेको सरकारी प्रयास पर्याप्त नभएकाले क्यान्सर पीडितको उपचारमा गम्भीर योजना ल्याउन अध्यक्ष श्रेष्ठले आग्रह गर्नुभयो । कार्यक्रममा बोल्दै उहाँले चाँडै नै विश्वस्तरको क्यान्सर रोग डाइग्नोस्टिक सेन्टर सञ्चालन गर्ने तयारी भइरहेको पनि खुलासा गर्नुभयो ।



प्रमुख अतिथि एवम् संस्थाका पूर्वअध्यक्ष कर्ण शाक्यले अझै पनि यस रोगबारे जानकारी नपाएर वा समयमै उपचार नपाएर धेरैको ज्यान जाने गरेको बताउनुभयो । भक्तपुर क्यान्सर अस्पताल बनाउन नीजि क्षेत्रबाट सहयोग जुटाएको स्मरण गर्दै शाक्यले सरकारलाई सही बाटो देखाउन संस्थाको भूमिका महत्वपूर्ण हुने बताउनुभयो ।

नेपाल विकास अध्ययन प्रतिष्ठानका महासचिव डाक्टर जय गुरुङले अध्ययनबाट आएका प्रमाणका आधारमा सूर्तीजन्य पदार्थको प्रयोग निरुत्सहित गर्न सरकारलाई सुझाव दिनुपर्ने धारणा राख्नुभयो । कार्यक्रममा सांसद तेजुलाल चौधरीले सूर्तीजन्य पदार्थको प्रयोग न्यूनिकरणका लागि नीजि क्षेत्रको प्रयास सराहनीय भएको बताउँदै सरकारको गम्भीरता र सरोकार पर्याप्त नभएकोमा चिन्ता व्यक्त गर्नुभयो ।

वरिष्ठ क्यान्सर रोग विशेषज्ञ प्रकाशराज न्यौपानेले क्षयरोग जस्तै क्यान्सरको औषधि निशुल्क गर्नसके यसबाट हुने मृत्यु कम गर्न सकिने बताउनुभयो । कार्यक्रमका वक्ताहरूले सूर्तीजन्य पदार्थ सेवन क्यान्सर रोग लाग्ने मुख्य कारण भएकाले देशका सबै स्थानीय तहले यस विषयमा अनिवार्य नीतिगत व्यवस्था गरेर लाग्नुपर्ने बताएका थिए ।



सो अवसरमा क्यान्सरको क्षेत्रमा योगदान पुऱ्याउने विभिन्न क्षेत्र सम्बद्ध व्यक्तिहरूलाई संस्थाले पुरस्कृत गरेको थियो । सानुछोरी शाक्य स्मृति क्यान्सर सेवा पदक समाजसेवीतर्फ पकठ श्रेष्ठ, सानुछोरी शाक्य स्मृति क्यान्सर सेवा पदक प्राविधिकतर्फ त्रि.बि. शिक्षण अस्पतालका डाक्टर पंकज कुमार बर्मन, दुर्गा बहादुर श्रेष्ठ स्मृति उत्कृष्ट शाखा सभापति पदक, सिन्धुपाल्चोक शाखाका सभापति भक्त बहादुर बस्नेत, पुष्प राजकर्णिकार रनिङ्ग शिल्ड ललितपुर शाखा, गोमादेवी बराल स्मृति पदक सेरो ल्याबका प्रबन्धक किरण श्रेष्ठलाई प्रदान गरिएको थियो । कार्यक्रममा विभिन्न क्षेत्रका एक सयभन्दा बढीको सहभागिता थियो ।





## विश्व क्यान्सर दिवस (World Cancer Day 2023)

### जनचेतनामूलक च्यालीको आयोजना

विश्व क्यान्सर दिवस २०२३ को अवसरमा नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाले फेब्रुअरी ४ तारिख जनचेतनामूलक च्याली आयोजना गरेको थियो। कार्यक्रमको शुभारम्भमा नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाका केन्द्रीय अध्यक्ष महेश श्रेष्ठज्यूले विकसित, मध्यम र कम विकसित राष्ट्रहरूमा क्यान्सर रोगबाट अल्पायुमा हुने मृत्युदरको खाडल ठूलो भएको बताउनुभयो। क्यान्सर रोग विरुद्ध लड्न विश्व समुदाय एकजुट हुने उद्देश्यले प्रत्येक वर्ष फेब्रुअरी ४ मा विश्वभर क्यान्सर दिवस मनाइन्छ। यो वर्ष 'हेरचाहमा हुने असमनताको अन्त्य गरौं' भन्ने नाराका साथ विश्व क्यान्सर दिवस मनाइएको थियो।

कार्यक्रममा नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाका बोर्ड सदस्यहरू, चिकित्सक, समाजसेवी, स्वास्थ्यकर्मी, विद्यार्थी, ॐ शान्तिका सदस्यहरू, लायन्स र रोटररी क्लबका प्रतिनिधिसहित करिब एक हजार जनाको सहभागिता थियो। जनचेतना च्याली प्रदर्शनी मार्गस्थित भृकुटीमण्डपबाट सहिदगोट -नयाँसडक -जुद्ध सालिक- रत्नपार्क-जमल हुँदै पुनः भृकुटीमण्डपमा आएर सम्पन्न भएको थियो।



### दीप प्रज्वलन समारोह

विश्व क्यान्सर दिवस २०२३ कै अवसरमा नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाले साँझ काठमाडौंको बौद्ध स्तुपा परिसरमा दीप प्रज्वलन कार्यक्रमको समेत आयोजना गरेको थियो। विश्वभरका सम्पूर्ण क्यान्सरका विरामीहरूको शीघ्र स्वास्थ्य लाभको कामना तथा क्यान्सरका कारण ज्यान गुमाएकाहरूको सम्भनास्वरूप दीप प्रज्वलन कार्यक्रम आयोजना गरिएको हो।



### विश्व धूम्रपान रहित दिवस विशेष कार्यक्रम

विश्व धूम्रपान रहित दिवसका अवसरमा नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्था केन्द्र र काठमाडौं महानगरपालिका वडा नं. ७ ले संयुक्त रूपमा ३१ मे २०२३ मा काठमाडौंको राष्ट्रिय सभा गृहमा विशेष कार्यक्रम गरेको थियो। कार्यक्रमको प्रमुख अतिथि माननीय स्वास्थ्यमन्त्री मोहनबहादुर बस्नेतले गर्नुभएको थियो। संस्थाका तर्फबाट वरिष्ठ क्यान्सर रोग विशेषज्ञ प्रकाशराज न्यौपाने र नेपाल विकास अध्ययन प्रतिष्ठान NDRI का महासचिव डाक्टर जय कुमार गुरुडले प्रस्तुति दिनुभएको थियो। कार्यक्रममा विभिन्न सामाजिक क्षेत्रसँग आबद्ध व्यक्तिहरू, सञ्चारमाध्यम, सरकारलगायत संघसंस्थाका प्रतिनिधिको सहभागिता। सो अवसरमा काठमाडौं उपत्यकाभित्रका सामुदायिक विद्यालयका तीन सयबढी विद्यार्थीहरूलाई क्यान्सर रोग र यसको रोकथामका विषयमा अभिमुखीकरण दिइएको थियो।





## Tiktok (च्यालेन्ज कार्यक्रम)



विश्व धूम्रपान रहित दिवस २०२३ कै अवसरमा नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाले युवामाझ चर्चित सामाजिक सञ्जाल टिकटक प्रतियोगिता आयोजना गरेको थियो। सुर्तीजन्य पदार्थ र यसको नकारात्मक प्रभावहरूबारे जनचेतना जगाउने उद्देश्यले मे ३१ म पहिलो पटक टिकटक च्यालेन्ज कार्यक्रम गरिएको थियो। सुर्तीजन्य पदार्थको प्रयोगले हुने हानी वा यसको असरबारे चेतना जगाउन र युवाहरूलाई सुर्तीजन्य पदार्थ छाड्न प्रोत्साहन गर्नु कार्यक्रमको मुख्य उद्देश्य थियो।

हामीलाई प्राप्त तीसबै जानकारीमूलक भिडियो र पोस्टहरू दैनिक रूपमा हाम्रा सबै मिडियाहरूमा पोस्ट गरिएको थियो। संस्थाका बोर्ड सदस्य दिपेन्द्र वान्तवाको संयोजनमा रहेको छनोट समितिले जुन १, २०२३ मा विजेता घोषणा गरेको थियो। जसमध्ये १० उत्कृष्ट भिडियो निर्माणकर्ताले पुरस्कारस्वरूप प्रतिव्यक्ति २ हजार र प्रमाणपत्र प्राप्त गरेका थिए।

## Tiktok (च्यालेन्ज प्रतियोगिताका विजेताहरू)

S.N	Name	Address	Contact
1.	Kabita Neupane	Butwal, Khaireni	9866578182
2.	Anubhav Sigdel	Mahalaxmasthan, Lalitpur	9848217388
3.	Saraswati Gaire	Sunawal-4, Nawalparasi	9867349512
4.	Khem Raj Kandel	sunwal 04 Nawalparasi west	9812919827
5.	Durga Gaire	kawasoti-8, nawalparasi	9808502028
6.	Mahesh Gautam	Naikap, Kathmandu	9861584424
7.	Kishor Kumar Khadka	Thimi, Bhaktapur	9861016552
8.	Sachin Lodh	Lumbini, Mahilwar	9811976429
9.	Roinaldo Laxman	Jawlakhel, Lalitpur	9849987364
10.	Lotus	Basundhara, Ktm	9847355338

## विद्यालयस्तरीय अभिमूखीकरण

नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाले विश्व धूम्रपान रहित दिवसको एक दिन अगाडि ललिपुरको बालकुमारीस्थित गौरीशंकर विद्यालयमा सुर्तीजन्य पदार्थको प्रयोगले पार्ने हानिकारक प्रभाव र नेपालमा सुर्तीजन्य पदार्थको प्रयोगको डरलाग्दो अवस्थाबारे अभिमूखीकरण कार्यक्रम गरेको थियो।

सुर्तीजन्य पदार्थको प्रयोगबाट हुने नकारात्मक असरहरूबारे चेतना जगाउने र विद्यार्थीहरूलाई धूम्रपानमुक्त जीवनशैलीको महत्वबारे जानकारी दिने कार्यक्रमको उद्देश्य थियो।



कार्यक्रममा वरिष्ठ क्यान्सर रोग विशेषज्ञ प्रकाशराज न्यौपानेले पावरपुइन्ट प्रेजेन्टेशन गर्नुभएको थियो। डाक्टर न्यौपानेको प्रस्तुतिमा विद्यार्थीको सक्रिय सहभागिता रह्यो।

## डा. प्रदिप बैद्य

केन्द्रीय सदस्यमा मनोनित

नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाको बिधान अनुसार केन्द्रीय अध्यक्षले केन्द्रीय सदस्य मनोनित गर्ने व्यवस्था भए अनुसार बरिष्ठ चिकित्सक, डा. प्रदिप बैद्य केन्द्रीय सदस्यमा मनोनित हुनु भएको छ।

## हाम्रा मुद्दा स्थापित गर्न टेलिभिजनमा

### अन्तरक्रिया

नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाले काठमाडौंको थापाथलीस्थित एपी वान टेलिभिजनमा दलका शीर्ष नेता र सरोकारवालासँग टल्क सो ( अन्तरक्रिया कार्यक्रम ) को आयोजना गरेको थियो। दुई चरणमा प्रसारण भएको कार्यक्रमको मुख्य उद्देश्य राजनीतिक दलका नेतालाई सुर्तीजन्य पदार्थबाट हुने स्वास्थ्य समस्याबारेमा सचेत गराउने र देशभर सो सूचना पनि सञ्चार होस् भन्ने रहेको थियो। संघीय निर्वाचनको संघारमा आयोजित सो कार्यक्रमका माध्यमबाट दलका घोषणा पत्रमा सुर्तीजन्य पदार्थको प्रयोग नियन्त्रण गर्ने, नियमन बढाउने र यस्ता वस्तुको व्यापारमा कर



बृद्धि गर्ने विषय समावेश गराउन दबाव दिने एजेण्डा रहेको थियो।

## सुर्तीजन्य पदार्थ नियन्त्रणमा हाम्रो

### भूमिकाबारे अन्तरक्रियात्मक कार्यक्रम

नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाको आयोजनामा २०७९ फागुन १९ गते होटल Aloft, ठमेलमा एकदिने अन्तरक्रियात्मक कार्यशाला आयोजना भएको थियो। "सुर्तीजन्य पदार्थ नियन्त्रण र नियमनका लागि





हाम्रो प्रतिबद्धता” शीर्षक राखिएको कार्यशालामा विभिन्न राजनीतिक दलका नवनिर्वाचित सांसदहरू र अन्य सरोकारवालाको सहभागिता थियो। साथै कार्यक्रममा राजनीतिक दलका नेता र सञ्चारकर्मी पनि उपस्थित थिए। नेपालमा सूर्तीजन्य पदार्थको नियन्त्रण र नियमनका लागि जिम्मेवार बन्न आग्रह गरिएको कार्यक्रममा अध्यक्ष महेश श्रेष्ठज्यूले संस्थाको उद्देश्य र गतिविधिबारे प्रष्ट पार्नु भएको थियो। कार्यक्रममा वरिष्ठ क्यान्सर रोग विशेषज्ञ डाक्टर प्रकाशराज न्यौपानेको नेपालमा क्यान्सरमा सूर्तीजन्य पदार्थको प्रभाव, सूर्तीजन्य पदार्थमा लगाइने कर सम्बन्धी प्रस्तुतिकरण दिनुभएको थियो। यस्तै नेपाल विकास अध्ययन प्रतिष्ठानका महासचिव डाक्टर जय कुमार गुरुङको पनि प्रस्तुति थियो। छलफल सत्रमा प्रत्येक सहभागीलाई सूर्ती, सूर्तीजन्य कर सम्बन्धी आफ्नो धारणा राख्न समय दिइएको थियो। कार्यशालामा करिब ३० जना सहभागी थिए।



## सूर्तीजन्य पदार्थमा करबृद्धिको आवश्यकता सम्बन्धमा छलफल कार्यक्रम

नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाले सूर्तीजन्य पदार्थमा कर बृद्धि सम्बन्धमा अन्तरक्रिया तथा परामर्श कार्यक्रम आयोजनामा गरेको थियो। २०७९ चैत्र २३ गते आयोजित कार्यक्रम अध्यक्ष महेश श्रेष्ठज्यूको अध्यक्षतामा सञ्चालन भएको थियो। कार्यक्रमकामा भन्सार विभागका निर्देशक श्री कृष्णबहादुर बस्नेत, आन्तरिक राजस्व विभागका महानिर्देशक ईश्वरप्रसाद दाहाल, अर्थ मन्त्रालयका निर्देशक शेकु श्रेष्ठ, प्रतिनिधिसभाका सांसद तेजु लाल चौधरी, पूर्वमन्त्री गणेश शाह लगायतको उपस्थिति थियो। कार्यक्रममा सांसद चौधरीले सूर्तीजन्य पदार्थमा कर बढाउँदा सबै दल खुसी हुने भएकाले अर्थमन्त्री र प्रधानमन्त्रीसँग कुरा गर्न समय निकाल्ने प्रतिबद्धता जनाउनु भएको थियो।

पूर्वमन्त्री तथा अभियन्ता शाहले सूर्तीजन्य पदार्थमा कर बढाएमा मूल्य बढ्ने र उपभोग घटाउने तथ्य भएकाले तर्क नगरी कर बढाउनुपर्नेमा जोड दिनुभयो।





## विभिन्न मन्त्रालयका मन्त्री तथा सरोकारवालाहरूसँग भेट

नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाका अध्यक्ष महेश श्रेष्ठज्यूको अगुवाईमा सूतीजन्य पदार्थमा कर बृद्धिका लागि विभिन्न समयमा स्वास्थ्य मन्त्री, अर्थ मन्त्री, अर्थ मन्त्रालय अर्न्तगतका विभिन्न शाखा प्रमुख तथा अधिकारीहरूसँग भेट गरि ध्यानाकर्षण गर्नेक्रममा लिईएका तस्वीरहरु ।







## NCRS Tumor Board Meeting

उपत्यकाका विभिन्न अस्पतालका क्यान्सर विशेषज्ञ र अंकोलोजी विभागमा कार्यरत चिकित्सकहरूको समूह हो, NCRS Tumor Board। हरेक नेपाली महिनाको दोस्रो शनिवार उपत्यकामा उपलब्ध क्यान्सरसँग सम्बन्धीत चिकित्सकहरू भेला भएर विचार विमर्श तथा छलफल गर्ने गर्नुहुन्छ। यसमा पछिल्लो समय क्यान्सर रोगको उपचारक्रममा देखिएका समस्या, पछिल्ला प्रविधिहरू, देश तथा विदेशमा भएका यस सम्बन्धी अध्ययन अनुसन्धानका निष्कर्ष र अभ्यासका क्रममा देखिएका चुनौतिहरूबारे चिकित्सकबीच विचार आदानप्रदान गरिन्छ। जसले विरामीको उचित उपचारमा मदत मिल्छ। कार्यक्रमको प्रायोजन यतिकेम डिष्ट्रिब्यूटर्सले गर्दै आएको छ।



निर्माणाधिन केन्द्रीय कार्यालयमा क्यान्सर डायग्नोस्टिक सेन्टर सञ्चालन योजना

संस्थाको ललितपुर बालकुमारीस्थित केन्द्रीय कार्यालय रहेको पुरानो भवनलाई भत्काएर सो स्थानमा ४ तलाको भवनको कतचगअतगचभ निर्माण भएको छ। हाल केन्द्रीय कार्यालय सोही भवनको भुइ तलाबाट सञ्चालन भईरहेको छ। भवन निर्माणको काम सम्पन्न पश्चान विश्वस्तरीय क्यान्सर डायग्नोस्टिक सेन्टर सञ्चालन गर्ने लक्ष्य नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाको रहेको छ।

## जीवनको अन्तिम समयका लागि विश्रान्ती गृह

क्यान्सर, मृगौलाका विरामी, एचआइभी संक्रमित जस्ता विरामीको जीवनको अन्तिम क्षण केही हदसम्म सहज होस् भन्ने कामना सहित नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाले विश्रान्ती गृह निर्माणको लक्ष्य राखेको छ। सामुदायिक अवधारणा अनुरूप हस्पीस सेवा प्रदान गर्ने उद्देश्यले विभिन्न दाताहरूको सहयोग, नेपाल सरकारको सहभागिता र भक्तपुर क्यान्सर अस्पतालको प्राविधिक सहयोगगमा सो गृह संस्थाले संचालन गर्ने योजना छ। विरामीलाई सम्मानजनक सेवा दिन इच्छुक चिकित्सक तथा स्वास्थ्यकर्मी रहने गृहलाई अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा अभ्यासरत उपचार विधिको प्रशिक्षण दिने केन्द्रको रूपमा समेत विकास गर्ने उद्देश्य रहेको छ। यसका लागि समाजसेवी रोहणी वैद्यज्यूबाट ललितपुरको धापाखेलमा करिव ४ रोपनी जग्गा समेत संस्थालाई प्राप्त भईसकेको छ। विश्रान्ती गृह निर्माणका लागि संस्थाले सरकार समक्ष कार्यपत्र प्रस्तुत गरिसककाले निकट भविष्यमा हाम्रो यो विशाल योजना समेत सफल हुनेछ भन्नेमा हामी विश्वस्त छौं।





## क्यान्सर रोग परीक्षण केन्द्र (Cancer Diagnostic Centre) को स्थापनाको लक्ष्य



नेपालमा क्यान्सर रोगको उपचार, विगतका दिनहरु भन्दा केही सहज भएको छ । क्यान्सर रोग उपचारका लागि विभिन्न अस्पताल खुल्ने क्रम पनि बढ्दो छ । तर सुरुमा कुन प्रकृतिको क्यान्सर हो ? कुन चरणमा छ र कस्तो उपचार आवश्यक पर्ला भन्नेबारे अनुसन्धान गर्दागर्दै धेरैले ज्यान गुमाउनु परेको यथार्थ हामी माझ छ । यस्तो अवस्थामा देशको राजधानीमा सहज स्थान, सुपथ मूल्य र सबैको पहुँच पुग्ने गरि क्यान्सरको निदान सम्भव होस् भन्ने उद्देश्यले यस संस्थाको बालकुमारीस्थित आफ्नो कार्यालयको भवनमा क्यान्सर रोग परीक्षण केन्द्रको स्थापना गर्ने योजना बनाएको छ ।

मूख्यतः सोही परीक्षण केन्द्रको स्थापनामा आवश्यक रकम संकलनका लागि बृहत पदयात्रा कार्यक्रमको आयोजना गरिएको हो । विभिन्न व्यक्ति, संघसंस्थाहरुबाट प्राप्त रकम क्यान्सर रोग परीक्षण केन्द्रको स्थापनामा आवश्यक पूर्वाधार निर्माण गरिनेछ । हाल संरचनागत रुपमा चार तला रहेको भवनमा भविष्यमा क्यान्सरसँग सम्बन्धित अन्य सुविधाहरु थप्दै लैजाने र गरीब, असहाय र आर्थिक रुपले कमजोरहरुका लागि सुपथ मूल्यमा सेवा प्रदान गर्ने लक्ष्य लिईएकोछ ।

### क्यान्सरका बिरामीका लागि सहयोग कोष (NCRS - Cancer Patient Support Fund)

प्रमुख स्वास्थ्य समस्याका रुपमा रहेको क्यान्सरको उपचार र यसबाट हुने हानी कम गर्ने कार्य सरकारी प्रयासबाट मात्र सम्भव देखिदैन । हाल देशमा रहेका ज्यादै थोरै सरकारी र महंगा प्राइभेट अस्पतालहरु गरीब तथा असहाय क्यान्सर रोगीका लागि पर्याप्त छैनन् । त्यसैले विशेषतः तिनै गरीब र असहायहरुका लागि भनेर यो कोष स्थापना गर्न गरिएको हो । केही वर्षयता सरकारले विपन्न नागरिक उपचार कोष मार्फत प्रतिव्यान्सर बिरामी एक लाख रुपैयाँ सहयोग प्रदान गर्दै आएको छ । तर क्यान्सरको उपचारका कममा निकै धेरै खर्च हुने भएकाले यो रकम पर्याप्त छैन । सोही कुरालाई ध्यानमा राखी हामीले असहाय र कमजोर आर्थिक अवस्था भएकाहरुलाई सहयोग गर्न सकियोस् भनेर NCRS - Cancer Patient Support Fund स्थापना गरेका हौं । यस कोषमा, सहयोग गर्न चाहने जो कोही सहभागी हुन सक्नेछन् ।

वर्तमानमा खर्चिलो बन्दै गएका हाम्रा विवाह, ब्रतबन्ध, जन्मोत्सव जस्ता सामाजिक कार्यक्रमहरुबाट केही रकम कटाएर क्यान्सरका बिरामीहरु र उनीहरुका परिवारलाई थोरै भए पनि सहयोग गरी आर्थिक भार कम गर्न सकियोस् भन्ने उद्देश्यले यो कोषको शुरुवात भएको छ । हाम्रो प्रयासमा साथ दिन इच्छुक दाताहरुले यस संस्थाको सिद्धार्थ बैंकमा रहेको खाता नम्बर ५५५०२४२२३९९ मा सहयोग रकम जम्मा गर्न सक्नुहुनेछ । साथै क्युआर कोड (QR code) मार्फत पनि रकम पठाउने व्यवस्था रहेको जानकारी गराउन चाहान्छौं ।



For Donation



# नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्था

## केन्द्रीय कार्यालय

बार्षिक कार्य-योजना तालिका (२०८०/०८१)

### प्रतिरोधात्मक (Preventive) क्षेत्र

सि.नं.	कार्यक्रमहरू	जिम्मेवार निकाय	समयावधि
१	विद्यालयस्तरिय स्थलगत चित्रकला प्रतियोगिताहरूको आयोजना गर्ने ।	केन्द्र/शाखा	विश्व धूम्रपान रहित दिवस तथा बार्षिकोत्सव
२	माध्यमिक विद्यालयस्तर र उच्च माध्यमिक विद्यालयस्तरका विद्यार्थीहरूलाई धूम्रपान र अर्बुद रोग सम्बन्धी अभिमुखिकरण (Orientation) तालिम प्रदान गर्ने ।	केन्द्र/शाखा	अनुकूल समय
३	क्यान्सरजन्य रोग सम्बन्धि सचेतना प्रदान गर्ने किसिमका स्टिकर, पोस्टर, पम्पलेटहरू प्रकाशन गरी सार्वजनिक स्थल हेल्थपोष्ट क्लिनिक, अस्पताल र विद्यालयको हातामा राख्न लगाउने ।	केन्द्र/शाखा	बर्ष भरि
४	बार्षिक रुपमा स्मारिका, क्यालेण्डर र चौमासिक बुलेटिन प्रकाशन गर्ने	केन्द्र/शाखा	बार्षिकोत्सव / नयाँ बर्ष
५	विश्व धूम्रपान रहित दिवसको उपलक्ष्यमा धूम्रपान त्यागौ Quit Smoking, चित्रकला, खेलकुद, साँस्कृतिक कार्यक्रमको आयोजना Non-Smoking working place-Corporate Sector, शैक्षिक स्थललाई प्राथमिकतामा राखि कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने ।	केन्द्र/शाखा	विश्व धूम्रपान रहित दिवस (May31st)
६	सुर्तिजन्य पदार्थ नियन्त्रण र नियमन गर्ने ऐन मुताबिक उल्लेख भएका विषयहरूको प्रभावकारी कार्यान्वयन गराउन थप कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने ।	केन्द्र/शाखा	बर्ष भरि
७	प्रदेश स्तरमा क्यान्सर रोग रोकथाम तथा न्यूनिकरणका विषयमा आमा समूह, महिला समूहहरूलाई प्रशिक्षक प्रशिक्षण तालिम कार्यक्रम (TOT) आयोजना गर्ने ।	केन्द्र/शाखा	अनुकूल समय
८	अर्बुद रोग विरुद्ध वृत्तचित्र तयार गर्ने र उक्त वृत्तचित्रलाई जनसमुदाय सम्म पुर्याउन शाखा कार्यालयहरूसँग समन्वय गर्ने ।	केन्द्र/शाखा	बर्षभरि
९	नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थासँग सम्बद्ध जिल्ला शाखा सभापति, सचिव र कोषाध्यक्षहरूलाई गोष्ठीको आयोजना सञ्चालन गर्ने	केन्द्र	अनुकूल समय
१०	विश्व क्यान्सर दिवसका अवसरमा केन्द्रीयस्तरमा र जिल्लास्तरमा विविध कार्यक्रमहरूको आयोजना गरी मनाउने ।	केन्द्र/शाखा	फेब्रुवरी ४
११	अर्बुद रोग र यसको न्यूनिकरण सम्बन्धि तालिम स्वास्थ्य चौकी र वडा कार्यालयहरूमा कार्यरत स्वास्थ्यकर्मीहरूलाई प्रदान गर्ने ।	केन्द्र	अनुकूल समय
१२	संघ/ प्रदेश र स्थानिय सरकारसँगको सहकार्यमा धूम्रपान र अर्बुद रोग प्रतिरोध सम्बन्धि विविध कार्यक्रमहरू सञ्चालन गर्ने ।	केन्द्र	अनुकूल समय
१३	Youtube, Facebook, Instagram, Linkdin, Tiktok तथा Twitter जस्ता सोसियल मिडिया मार्फत धूम्रपान तथा क्यान्सर सम्बन्धी विभिन्न सामाजिक सञ्जाल निर्माण गरी प्रचार प्रसार गर्ने	केन्द्र	बर्ष भरि
१४	सुर्ति तथा क्यान्सर सम्बन्धी जनचेतनाका लागि Podcast उत्पादन गरी प्रचार प्रसार गर्ने ।	केन्द्र	अनुकूल समय
१५	Tobacco तथा Cancer सम्बन्धी अध्ययन अनुसन्धान गरी तथ्य प्रमाण र तथ्याङ्कहरूको जानकारी, अभिलेखिकरण लिने /दिने	केन्द्र	अनुकूल समय

### उपचारात्मक (Curative) क्षेत्र

सि.नं.	कार्यक्रमहरू	जिम्मेवार निकाय	समयावधि
१	VIA परिक्षण मार्फत क्यान्सर स्क्रिनिङ्ग शिबीरको आयोजना गर्ने ।	केन्द्र/शाखा	अनुकूल समय
२	धूम्रपान तथा सुर्तिजन्य पदार्थ नियन्त्रण र नियमन सम्बन्धी ऐन-२०६८ को पूर्ण पालनाको लागी दवाबमूलक कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने ।	केन्द्र/शाखा	बर्षभरि
३	क्यान्सर परामर्श सेवा सञ्चालन गर्ने । (क) अर्बुद (क्यान्सर) रोग सम्बन्धि परामर्श सेवा प्रदान गर्नका लागि क्यान्सर हेल्पलाइन (Cancer Help line) सञ्चालन गर्ने । (ख) टोब्याको क्विटलाइन (Tobacco Quitline) को निरन्तरता (ग) प्रत्येक महिनाको दोश्रो शनिवार निरन्तर रुपमा Tumor Board Meeting सञ्चालन गर्ने ।	केन्द्र/शाखा केन्द्र केन्द्र	बर्षभरि बर्ष भरि बर्ष भरि बर्ष भरि
४	भक्तपुर क्यान्सर अस्पताललाई नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाको (NCRS) को मातहतमा ल्याउन नेपाल सरकारसँग समन्वय गर्ने ।	केन्द्र	निरन्तर
५	नेपाल सरकार स्वास्थ्य मन्त्रालय, विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO), बि.पि.कोईराला मेमोरियल क्यान्सर अस्पताल चितवन, बीर अस्पताल रेडियोथेरापी ईकाई तथा अन्य क्यान्सरसँग सम्बन्धित अस्पतालहरूसँग नजिकको सम्बन्ध कायम गरी कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने ।	केन्द्र	बर्ष भरि
६	लाहान क्यान्सर केयर सेन्टरमा क्यान्सर सम्बन्धि अन्य कार्यक्रम थप गर्ने र सक्षम बनाउनका लागि आवश्यक सहयोग प्रदान गर्ने ।		
७	नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाको केन्द्रीय कार्यालय बालकुमारी स्थित कार्यालयको भवनमा Cancer Diagnostic Center को स्थापना गर्न आर्थिक स्रोत जुटाउन पहल गर्ने ।	बर्ष भरि	बर्ष भरि
८	क्यान्सर रोगको उपचारमा प्रदान गरिने औषधीहरू निःशुल्क वितरण गर्न UICC सँग समन्वय गर्न आवश्यक दस्तावेजहरूको तयारी गर्ने र सम्बन्ध विस्तार गर्ने ।	केन्द्र	बर्ष भरि



**अन्तर्राष्ट्रिय (International) क्षेत्र**

सि.नं.	कार्यक्रमहरू	जिम्मेवार निकाय	समयावधि
१	क्यान्सर रोग सम्बन्धी नयाँ उपचार पद्धतीका बिषयमा आवश्यक छलफल तथा विचार आदानप्रदानका लागि स्वदेशी तथा बिदेशी विशेषज्ञहरूलाई समावेश गरी विचार गोष्ठीको आयोजना गर्ने ।	केन्द्र	अनुकूल समय
२	UICC, र अन्य अन्तर्राष्ट्रिय दातृ तथा सेवाप्रदायक संस्थाहरूसँगको सम्बन्ध निरन्तर कायम राख्न आवश्यक परामर्श गर्ने ।	केन्द्र	बर्ष भरी
३	American cancer Society लगायतका अन्य अन्तर्राष्ट्रिय दातृ निकायहरूसँग (INGOs) कार्यक्रमको प्रभावकारिता अभिवृद्धीका लागि सम्बन्ध बिस्तार गर्ने ।	केन्द्र	बर्षभरी
४	The Cancer Council Queensland संगको सम्बन्ध सुदृढ गर्दै लैजाने ।	केन्द्र	बर्ष भरी
५	क्यान्सर रोग र यस रोग सम्बन्धि अन्तर्राष्ट्रिय सभा सम्मेलनहरूमा सहभागिता जनाउने ।	केन्द्र	बर्ष भरी
६	बिभिन्न राष्ट्रिय र अन्तर्राष्ट्रिय संघ संस्थाहरूसँगको हकार्यमा धुम्रपान तथा सुर्तिजन्य पदार्थको आयकर (Tax) वृद्धि गर्न नेपाल सरकारलाई जानकारी र दबाव दिनका लागि जनचेतनामूलक कार्यक्रमहरू सञ्चालन गर्ने ।	केन्द्र	बर्ष भरी
७	क्यान्सर रोग र रोकथामका उपाय सम्बन्धी अन्तर्राष्ट्रिय गोष्ठीका	केन्द्र/शाखा	अनुकूल समय
८	नेपालमा रहेका क्यान्सर रोग तथा स्वास्थ्य क्षेत्रमा कार्यरत बिभिन्न अन्तर्राष्ट्रिय संघ-संस्था, राजदुतावासहरूसँग समन्वय र सहकार्य गरी परियोजनाहरू संचालन गर्ने ।	केन्द्र/शाखा	अनुकूल समय
९	विश्व स्वास्थ्य संगठनसंगको सहकार्यमा अर्बुद रोग नियन्त्रण तथा सुर्तिजन्य पदार्थ नियन्त्रण तथा नियमन गर्ने ऐनलाई कार्यान्वयन गराउनका लागि कार्यक्रमहरू सञ्चालन गर्ने	केन्द्र/शाखा	अनुकूल समय

**विविध क्षेत्र**

सि.नं.	कार्यक्रमहरू	जिम्मेवार निकाय	समयावधि
१	अर्बुद रोगीहरूलाई आन्तरिक बसयात्रा, हवाई यात्रा, अस्पताल, नर्सिङ्ग होमहरूमा सहूलियतको लागि प्रयत्न गर्ने ।	केन्द्र वा शाखाको सिफारिस /शाखा	बर्ष भरी
२	स्वयंसेवक समुह तयार गर्ने र तालिम दिने ।	केन्द्र	बर्ष भरी
३	अर्थ संकलन कार्यक्रमहरूको आयोजना गर्ने जस्तै :- १. Walkathon २. Good Morning Tea ३. Individual Donation	केन्द्र/शाखा	बर्ष भरी
४	जिल्लामा क्यान्सर रोग सम्बन्धी जनचेतना जागरणका साथै कार्यक्रमलाई प्रभावकारी रूपमा सञ्चालन गर्नका लागि शाखा कार्यालयहरू बिस्तार गर्ने ।	केन्द्र	बर्ष भरी
५	संस्थागत सदस्यता बिस्तार गर्ने ।	केन्द्र	बर्ष भरी
६	आजिवन सदस्यता संख्या वृद्धि गर्ने ।	केन्द्र/शाखा	बर्ष भरी
७	सम्बन्धित विशेषज्ञ तथा उत्कृष्ट कार्यगर्ने व्यक्तिलाई सम्मान तथा पदक वितरण गर्ने ।	केन्द्र	भाद्र ३१
८	संस्थाको बार्षिक उत्सवलाई प्रभावकारी रूपमा मनाउने ।	केन्द्र/शाखा	भाद्र ३१
९	केन्द्रीय कार्यालय बालकुमारी ललितपूरमा रहेको भवनलाई निर्माण सम्पन्न गर्ने ।	केन्द्र	
१०	केन्द्रिय कार्यालयलाई समयानुसार सुदृढ गर्दै लैजाने	केन्द्र	बर्षभरी
११	जिल्लासँगको सम्बन्ध सुमधुर बनाउनका लागि सूचना आदान प्रदानमा प्रभावकारिता ल्याउने ।	केन्द्र/शाखा	बर्षभरी
१२	केन्द्रीय कार्य समितिका सदस्यहरूबाट शाखा भ्रमण गर्ने ।	केन्द्र	बर्षभरी
१३	नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्था (NCRS) वाट क्यान्सर रोग लागेका निःसहाय गरीब बिरामीहरूलाई सेवा पुऱ्याउनका लागि क्यान्सर रोग सहयोग कोष (Cancer Patient Support Fund) मा रकम जुटाउने र सो कोषबाट सहयोग प्रदान गर्ने ।	केन्द्र/शाखा	बर्षभरी
१४	Rotary, Lions, Jaycees तथा अन्य निकायहरूसँग सहकार्य गरी अर्बुद रोगको रोकथाम गर्ने कार्यलाई निरन्तरता दिने ।	केन्द्र/शाखा	बर्षभरी
१५	दश वर्षसम्म केन्द्र र शाखामा निरन्तर सहभागी हुनुभएका कार्यकारिणी सदस्यलाई सम्मान गर्ने ।	केन्द्र	वार्षिक उत्सव
१६	केन्द्र र जिल्ला शाखाका बीच सद्भाव आदान प्रदान गर्ने ।	केन्द्र	बर्षभरी
१७	केन्द्र र सम्पूर्ण जिल्ला शाखालाई आधुनिक डिजिटल प्रविधि मार्फत सञ्चालन गर्न आवश्यक कार्यक्रम तयार गर्ने ।	केन्द्र	बर्षभरी
१८	संस्था द्वारा वितरण गरिने बिभिन्न पदकहरूको स्थापना तथा वितरण सम्बन्धी कार्यविधि निर्माण गर्ने ।	केन्द्र	समय अनुकूल
१९	संस्थाको प्रभावकारी संचालनका लागि आवश्यक निति तथा नियम बनाउने तथा परिमार्जन गर्ने ।	केन्द्र	समय अनुकूल
२०	(नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्था) लाहान क्यान्सर केयर सेन्टरको संचालन तथा कार्यान्वयनका लागि गठन आदेश तयार गरी लागू गर्ने ।	केन्द्र	पुष मसान्त भित्र
२१.	नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाको Directary निर्माण गर्ने	केन्द्र	समय अनुकूल



## नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाकाबाट वितरीत २०७०-७८ सम्म पुरस्कार पाउने व्यक्तित्वहरू

वर्ष	सानु छोरी शाक्य स्मृती क्यान्सर सेवा पदक स्था. २०५८		पुष्प राजकर्णिकार रनिङ्ग शिल्ड स्था. २०५८	दुर्गा बहादुर श्रेष्ठ स्मृति उत्कृष्ट शाखा सभापति पदक स्था. २०५८	गोमा देवी बराल स्मृति पदक स्था. २०५९	अर्बुद रोग पत्रकारिता पुरस्कार स्था. २०६७	अर्बुद रोग उत्कृष्ट सेवा नगद परस्कार
	प्राविधिक तर्फ	समाजसेवी तर्फ					
२०७०	डा. सुनिता मलेखु अमात्य	रो. शिव भक्त राजभण्डारी	धनकुटा शाखा	डरीक बहादुर थापा, सभापति भोजपुर शाखा	प्रभु आचार्य भक्तपुर क्यान्सर अस्पताल	अतुल मिश्र, कान्तिपुर दैनिक	
२०७१	डा. अभिमन्यु भ्ना	केदार प्रजापति	सुर्खेत शाखा	अशोक अमात्य, सभापति सिरहा शाखा	नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्था, चितवन शाखा	नारायण किलम्बु राई, कान्तिपुर टेलिभिजन	
२०७२	डा. राम प्रसाद धिमिरे	महेश श्रेष्ठ	चितवन शाखा	अजय सिंह सुवाल, काठमाडौं शाखा	प्रेम सुजकु, भक्तपुर क्यान्सर अस्पताल	उद्धव राज भेटवाल, कान्तिपुर टेलिभिजन	लाल बहादुर थापा भक्तपुर क्यान्सर अस्पताल
२०७३	डा. विशेष पौडेल	श्याम सन्दर धौमडेल	कास्की शाखा	कर्ण थापा, सुर्खेत शाखा	देवि प्रसाद धिमिरे, एम्बिसन एकेडेमी	सुरेश सापकोटा	
२०७४	डा. सुनिल शर्मा	स्व. चीनकाजी श्रेष्ठ	सिराहा शाखा	कृष्ण प्रसाद श्रेष्ठ, सुनसरी	लायन्स क्लब अफ चावाहिल	सन्तोषी अधिकारी एभिन्जु टेलिभिजन	अमरुत सिजापति
२०७५	डा. पलस्वा लाखे	रोहणी वैद्य	सिराहा शाखा	राम चन्द्र थापा, कास्की	रोटरी क्लब अफ बागमती	सरोज ढुङ्गेल	
२०७६	डा. रश्मी पुन गुरुङ	रती श्रेष्ठ	कास्की शाखा	तेज कुमारी जि.सि, सभापति, नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्था, सुर्खेत शाखा	मीरा माथेमा, माथेमा सामाजिक गुठी महिला समूह संयोजक	नेपाल बराइली	
२०७७	डा. प्रभु शाह	पृथ्वीराज वैद्य	उदयपुर शाखा	श्रीधर राठोर, सभापति, नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्था, भक्तपुर शाखा	गणेश कोइराला, नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्था मध्यमाञ्चल संयोजक	भवेन्द्र कार्की	
२०७८	डा. एलिजा श्रेष्ठ	दिनेश कुमार चुके	सुर्खेत शाखा	प्रेम भुजेल सभापति, नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्था, कास्की शाखा	अशोक अमात्य, नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्था सिरहा जिल्ला शाखा सभापति	मन्दीरा ढुङ्गेल	
२०७९	डा. पकज कुमार बमन	पकड श्रेष्ठ	ललितपुर शाखा	भक्त बहादुर बस्नेत	किरण श्रेष्ठ सेरोल्याब		





Boudha, Kathmandu  
 01-4495500,  
 Cleanpro  
 cleanprovtld@gmail.com  
<https://www.cleanpro.info>  
[www.cleanpro.com.np](http://www.cleanpro.com.np)



# Nepal's First Self-service COIN OPERATED Chain Laundromat In the Town



## ONE STOP LAUNDRY SOLUTION

Partnering with you  
for success.



Chuchhepati, Chabahil  
 Kathmandu, Nepal  
 Phone: +977 1 45 851 65/ 9851137676  
 mail: [vgraphics.pro@outlook.com](mailto:vgraphics.pro@outlook.com)  
[s.binod@gmail.com](mailto:s.binod@gmail.com)



www.asrijewelers.com

Asri  
Jewelers

NEW ROAD | DURBARMARG



Asri Jewelers : New Road P. 4249506 | Durbarmarg, P. 4221331 | facebook.com/asri.jewelers



# नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्था जिल्ला शाखाका गतिविधिहरू

## धनकुटा जिल्ला शाखा

२०७९ भाद्र ३१ गते संस्थाको वार्षिकोत्सवको अवसरमा विभिन्न कार्यालयका प्रमुख, विद्यार्थीहरू र विभिन्न क्षेत्रका प्रतिनिधिसहित नगर परिक्रमा आयोजना गरिएको थियो। सो अवसरमा धनकुटा अस्पतालमा विरामीहरूलाई शीघ्र स्वास्थ्यलाभको कामना सहित फलफुल वितरण गरिएको थियो।

- जिल्लाका विभिन्न स्थानमा होडिङ्ग बोर्ड राखेर धुम्रपान सम्बन्धी जनचेतना जगाउने काम गरियो।
- विश्व क्यान्सर दिवसमा अस्पतालमा दीप प्रज्वलन आयोजना गरिएको थियो।
- धुम्रपानरहित दिवसमा धनकुटाको मदनचोकमा धुम्रपान सम्बन्धी वृत्तचित्र प्रदर्शनी तथा पोस्टर र पम्पलेट वितरण गरिएको थियो।
- यस शाखाको सम्पर्कमा आएका क्यान्सरका विरामीको उपचारको लागि भरतपुर तथा भक्तपुर क्यान्सर अस्पतालमा सिफारिस पत्र प्रदान गरियो।
- असहाय, अशक्त, विरामीहरूलाई निःशुल्क पारवहन सुविधाको लागि सिफारिस गर्ने काम भयो।
- जिल्लाका विभिन्न क्षेत्रमा समाजसेवा गरिरहेकाहरूलाई आजिवन सदस्यता प्रदान गरियो।



## भापा जिल्ला शाखा

यस शाखाले विश्व क्यान्सर दिवसका अवसरमा २०७९ माघ २१ गते चन्द्रगढी सेवा समाजसँगको सहकार्यमा क्यान्सर रोगबारे सचेतना एवम् जानकारीमूलक फोटो प्रदर्शनी र ब्रोसर, पर्चा, पम्पलेट वितरण गरेको थियो। कार्यक्रम श्री कृष्ण प्रणामी मन्दिर परिसरमा आयोजना गरिएको थियो।

माघ २२ गते माघे पुर्णिमाका दिन भद्रपुर नगरपालिकाको पर्यटकीयस्थल किच्चक वधको धार्मिक मेलामा स्टल राखेर क्यान्सर रोग सम्बन्धी जानकारी प्रदान गरेको थियो। कार्यक्रममा ४ सय ७० जनालाई प्रचार सामग्री वितरण गरिएको थियो भने करिब ७ सय जनाले पोस्टर एवम् फोटो अवलोकन गरेका थिए।



## हार्दिक श्रद्धाञ्जली



जन्म: १९९५ जेठ ०८

स्वर्गरोहण: २०८० जेठ ०९

### स्व. डा. सुरेन्द्र बहादुर बादे श्रेष्ठ

नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाका  
पूर्व उपाध्यक्ष एवं काभ्रे जिल्ला शाखाका संस्थापति  
डा. सुरेन्द्र बहादुर बादे श्रेष्ठज्यूको  
मिति २०८०/०९/०९ गते स्वर्गरोहण भएको  
खबरले हामी स्तब्ध भएका छौं। वहाँको आत्माको  
चीर शान्तिको कामना गर्दै शोक सन्तप्त परिवारजनमा  
हार्दिक समवेदना व्यक्त गर्दछौं।

महेश श्रेष्ठ  
केन्द्रीय अध्यक्ष

नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्था केन्द्रीय समिति  
ध्वज समुह जिल्ला शाखा परिवार

## कास्की जिल्ला शाखा

यस शाखाले २०८० बैशाख ३० गते ब्रम्हकुमारी राजयोग प्रशिक्षण केन्द्र, भलाम शाखासँगको सहकार्यमा पाठेघरको मुखको क्यान्सर (VIA Screening) निदान कार्यक्रम आयोजना गरेको थियो ।

विश्व धूम्रपानरहित दिवसमा एक दिने VIA Screening कार्यक्रम आयोजना गरिएको थियो । लायन्स क्लब अफ पोखरासँगको सहकार्यमा गरिएको कार्यक्रममा संस्थाले परीक्षणमा आवश्यक सामानहरु र निशुल्क औषधी उपलब्ध गराएको थियो ।

मानन्धर गुठी कास्कीसँग सहकार्य गरी समुदायस्तरीय क्यान्सर सचेतना कार्यक्रम आयोजना गरेको थियो ।

पोखरा महानगर पालिका वडा नं. ९ को आर्थिक सहयोगमा छुट्टाछुट्टै समयमा नयाँबजारस्थित महेन्द्र मा.वि. मा माध्यमिक विद्यालयस्तरीय र वडा नं. ९ मा समुदायस्तरीय एक दिने क्यान्सर रोग सचेतना कार्यक्रम सञ्चालन गरिएको थियो ।

विश्व क्यान्सर दिवसमा यस शाखाले नेवा मिसा: दबुसँगको सहकार्यमा पाठेघरको मुख तथा स्तन क्यान्सरसम्बन्धी सचेतना कार्यक्रम आयोजना गरेको थियो । कार्यक्रममा क्यान्सर रोगबाट मुक्त भएका मिना भट्टराई, लक्ष्मी अधिकारी र डिलबहादुर भुजेललाई सम्मान गरिएको थियो । प्रजातन्त्र दिवसको अवसरमा लायन्स क्लब अफ पोखरा ग्रिन टाउनसँगको सहकार्यमा महिलाहरुको लागि १ दिने



VIA परीक्षण तथा क्यान्सर सचेतना कार्यक्रम आयोजना गरिएको थियो । रोटररी क्लब अफ बागमती, KGH Foundation, ओपन आइज नेपाल र कास्की शाखाले बृहत निःशुल्क स्वास्थ्य शिविर आयोजना गरेको थियो । अन्तर्राष्ट्रिय नारी दिवसमा भलामस्थित ब्रम्हकुमारी राजयोग प्रशिक्षण केन्द्रसँगको सहकार्यमा एक दिने समुदायस्तरीय क्यान्सर सचेतना तथा BSE कार्यक्रम सम्पन्न गरिएको थियो ।

## संखुवासभा जिल्ला शाखा

विश्व क्यान्सर दिवसको अवसरमा नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्था जिल्ला शाखा संखुवासभाको आयोजना तथा संखुवासभा उद्योग बाणिज्य संघ र खाँदबारी युथ क्लबको सहकार्यमा संखुवासभाको खाँदबारीमा बृहत दीप प्रज्वलन कार्यक्रम आयोजना गरिएको छ ।

हेरचाहमा हुने असमानताको अन्त्य गरौं भन्ने मुल नारा सहित शाखा सभापति कृष्णराज शाक्यको सभापतित्वमा भएको कार्यक्रममा खाँदबारी नगरपालिकाका प्रमुख महेश थपलिया प्रमुख अतिथी रहनुभएको थियो ।

कार्यक्रमको बिशिष्ट अतिथिहरुमा सहायक प्रमुख जिल्ला अधिकारी मोहनमणी घिमिरे, डिएसपी बिरेन्द्र गोदार, नेपाली काँग्रेसका निवर्तमान सभापति दीपन कुमार श्रेष्ठ, राप्रपाका युवा नेता रमोद श्रेष्ठ, संखुवासभा उद्योग बाणिज्य संघका अध्यक्ष कृष्णभगत प्रधान, बरिष्ठ उपाध्यक्ष डेगराज बस्नेत, नेपाल पत्रकार महासंघ संखुवासभाका अध्यक्ष ईन्द्र गिरी, नेपाल आदिवासि जनजाति पत्रकार महासंघ फोनीज संखुवासभाका अध्यक्ष नवीन गुरुङ्ग, नेपाल मानव अधिकार संगठनका जिल्ला सभापति रुद्रनाथ दाहाल, शान्ति समाजका कार्यवाहक जिल्ला अध्यक्ष निर्मला गुरुङ्ग, खाँदबारी युथ क्लबका महासचिव सुरेन शाक्य, जिल्ला खेलकुद बिकास समितिका कार्यालय प्रमुख टीका गौली, मोवायल व्यवसायि संघ संघका जिल्ला अध्यक्ष कृष्णराज पुरी लगायत जिल्ला स्थित बिभिन्न सरकारी तथा गैरसरकारी संस्थाका प्रतिनिधिहरुको उपस्थिति रहेको थियो ।

नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाका जिल्ला सचिव निरञ्जन श्रेष्ठले संचालन गर्नुभएको कार्यक्रमलाई सम्बोधन गर्दै कार्यक्रमका प्रमुख अतिथी खाँदबारी नगरपालिकाका प्रमुख महेश थपलियाले पछिल्लो समय नेपालमा क्यान्सर रोग तिब्र गतिमा फैलँदै गएकोले सुर्तिजन्य,

पदार्थ सेवन, मध्यपान धूम्रपान लगायत बिषादी प्रयोगको बिषयमा जनचेतना जगाउन आवश्यक भएको धारणा राख्नुभएको थियो ।

कार्यक्रममा धन्यवाद तथा समापन मन्तव्य राख्दै नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाका जिल्ला अध्यक्ष कृष्णराज शाक्यले नियमित स्वास्थ्य परिक्षण, सुर्तिजन्य पदार्थको बहिस्करण, बिषादी रहित खानपिन र नियमित ब्यायाम नै क्यान्सर रोगबाट बच्ने उपाय भएकोमा जोड दिनुभएको थियो । नेपालमा क्यान्सर रोगका कारण बर्षेनी २७ हजारबढिले ज्यान गुमाएको आँकडा प्रस्तुत गर्दै अध्यक्ष शाक्यले समयमा उपचार पाएको खण्डमा ७० प्रतिशत क्यान्सर रोग निको हुने तथ्यांक रहेको बताउनुभएको थियो ।





## बाँके जिल्ला शाखा

विश्व क्यान्सर दिवसमा स्थानीय वि.पि. चौकमा दीप प्रज्वलन कार्यक्रमका साथै क्यान्सर सम्बन्धी पर्चा पम्प्लेट वितरण गरिएको थियो त्यस्तै सिटी पब्लिक हाई स्कूलका छात्रछात्रा र शिक्षकशिक्षिकाका लागि क्यान्सर रोगबारेका विभिन्न सन्देशमूलक श्रव्यदृश्यका सामग्रीहरु प्रदर्शन गरिएको थियो ।



विश्व धूम्रपानरहित दिवसमा वि.पि. चौकमा दीप प्रज्वलन र स्थानीय एबीसी माध्यामिक विद्यालयमा शिक्षकशिक्षिका तथा छात्रछात्रालाई क्यान्सर रोगबारे सचेतना जगाउने श्रव्यदृश्य सामग्री प्रदर्शन गरिएको थियो । साथै क्यान्सर सम्बन्धी पर्चा पम्प्लेट वितरण गरिएको थियो ।



## भोजपुर जिल्ला शाखा

नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाको ४०औं वार्षिकोत्सवका अवसरमा यस शाखाले अन्तर विद्यालयस्तरीय वक्तृत्वकला प्रतियोगिता आयोजना गरेको थियो । “धूम्रपान रहित समाज निर्माणमा विद्यार्थीको भूमिका” विषयक वक्तृत्वकला प्रतियोगितामा विभिन्न १२ वटा विद्यालयका विद्यार्थी सहभागी थिए । प्रतियोगितामा प्रथम, द्वितीय, तृतीय र सान्तवना स्थान हासिल गर्ने विद्यार्थीलाई नगद पुरस्कार र प्रमाण-पत्र प्रदान गरिएको थियो ।



## Marinha Airport Hotel

Sinamangal Airport Gate 9- Kathamandu  
Te: 015917674, 015917675, 9748308193  
Email: marinhahotelktm@gmail.com  
Web: www.hotelmarinha.com.np





## चितवन जिल्ला शाखा

यस शाखा र नेपाल प्रहरी शीक्षालय भरतपुरको संयुक्त आयोजनामा २०७९/०४/०८ गते क्यान्सर सचेतना तथा प्रशिक्षण कार्यक्रम आयोजना गरिएको थियो। करिव चार सय सहभागीलाई डाक्टर किशोर प्रधानांगले क्यान्सर रोगबारे विविध जानकारी दिनुभएको थियो।

- वि.पि. मेमोरीयल क्यान्सर अस्पताल भरतपुर र यस संस्थाको संयुक्त आयोजनामा महिलाहरुको स्तन तथा पाठेघरको मुखको क्यान्सर परीक्षण कार्यक्रम गरिएको थियो। कार्यक्रमको सहआयोजक महाकालेश्वर आमा समूह र जनसितल टोल महिला समूह रहेको थियो।
- शाखाले भरतपुर महानगरपालिका- २ सँगको सहकार्यमा वडाका महिलालाई लक्षित गरी स्तन तथा पाठेघरको मुखको क्यान्सर परीक्षण गरेको थियो।
- विश्व क्यान्सर दिवसमा यस शाखाले चित्रसेन टोल आमा समूहको सहयोगमा समुदायस्तरीय क्यान्सर रोकथाम तथा जनसचेतमूलक प्रशिक्षण कार्यक्रम आयोजना गरेको थियो।
- वि.पि. कोइराला मेमोरीयल क्यान्सर अस्पतालमा घाटीको ट्युमर उपचाररत रुपन्देही लु.सा.न.पा.-३ का १७ वर्षिय नाजो आलमलाई रु ५,००० / र भरतपुर महानगरपालिका -२७ की २२ वर्षिया निलम घर्तीलाई रु २०,०००/ रुपैयाँ आर्थिक सहयोग गरिएको थियो।
- विश्व धूम्रपानरहित दिवसका अवसरमा २०८० जेठ १६ गते भरतपुर महानगरपालिकाको ओम शान्ती एकेडेमीका कक्षा ९ र १० का विद्यार्थीलाई क्यान्सर सम्बन्धी चेतनामूलक कार्यक्रम आयोजनामा गरिएको थियो। यस्तै जेठ १७ गते विद्यालयस्तरीय वक्तृत्वकला प्रतियोगिता आयोजना गरिएको थियो।



**"We need food, not tobacco" "हामीलाई स्याउन्न चाहिन्छ, सुर्तीजन्त पदार्थ हैन"**

**विश्व धूम्रपान रहित दिवस ३१ मे -२०२३**

**विद्यालय स्तरीय वक्तृत्वकला प्रतियोगिता**

मिति: २०८० जेठ १७ गते, बुधवार

स्थान: वि.पि. मेमोरीयल क्यान्सर अस्पताल, भरतपुर, चितवन

आयोजक

नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्था चितवन शाखा | भरतपुर महानगरपालिका स्वास्थ्य विकास कक्षा, कक्षा ९/१० | वि.पि. मेमोरीयल क्यान्सर अस्पताल भरतपुर, चितवन

सङ्गठित कक्षा: १ | सायबन्स कलाव अप्ठे चितवन, प्रोफेसनल

## नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाको ४१ औं वार्षिकोत्सवको अवसरमा हार्दिक शुभकामना व्यक्त गर्न चाहन्छौ।

नेपाल विकास अनुसन्धान प्रतिष्ठान (नेविअप्र), राष्ट्रिय विकास र सामाजिक उन्नति सम्बन्धी समसामयिक विषयहरुमा नीति विश्लेषण तथा अनुसन्धान गर्ने उद्देश्यले २००४ मा स्थापना भइ नेपालको एक अग्रणी सोच केन्द्रको रूपमा आफ्नो पहिचान बनाउन सफल भएको छ। नेविअप्रले गुणस्तर अनुसन्धान, शिक्षा र विकासको लागि एक उत्कृष्ट केन्द्र बन्ने दृष्टिकोण अनुरूप आफ्ना गतिविधिहरु सञ्चालन गर्दै आएको छ।

### हाम्रा गतिविधिहरु

- राष्ट्रिय विकास र समाजको उन्नतिसंग सम्बन्धित समसामयिक विषयहरुमा अनुसन्धान र प्राशिक गतिविधिहरु संचालन गर्ने।
  - नीति निर्माण र अनुसन्धानका लागि आवश्यक जनशक्तिको विकास र अभिवृद्धि गर्ने क्रियाकलाप सञ्चालन गर्ने।
  - राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय संस्थाहरूसँग समसामयिक विषयहरुको अनुसन्धानमा सहकार्य गर्ने।
  - अनुसन्धानबाट आएका निचोडहरुलाई प्रकाशन तथा प्रसारण गर्ने।
- नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्था र नेविअप्रको सहकार्य र समन्वयनमा विगत तीन वर्षदेखि सुर्तीजन्य पदार्थको रोकथाम सम्बन्धी कार्यक्रमहरु संचालन गर्न पाएकोमा गौरवान्वित छौं।







## कैलाली जिल्ला शाखा

स्थापनाको एक वर्षमा यस शाखाले नेपाल विकास अनुसन्धान प्रतिष्ठान (NDRI) काठमाडौंसँगको सहकार्यमा जिल्लाको कैलारी गाउँपालिका र गौरीगंगा नगरपालिकामा सूतीजन्य पदार्थको प्रयोगका नकरात्मक असर हरुबारे छलफल तथा अन्तरक्रिया कार्यक्रम आयोजना गरेको थियो ।

सुदूरपश्चिम प्रदेशस्तरीय सरोकारवाला प्रदेश कार्यालयसँग पनि सूतीजन्य पदार्थको प्रयोग र न्यूनीकरणबारे गोष्ठी आयोजना गरेको थियो ।

नेपाल उद्योग वाणिज्य महासंघ-सुदूरपश्चिम प्रदेश, कैलाली उद्योग वाणिज्य संघ र Swostik Cardio & Multispeciality Hospital Pvt.Ltd सँगको सहकार्यमा यस शाखाले क्यान्सर रोग परीक्षणका लागि स्वास्थ्य शिविर सञ्चालन गरेको थियो ।

धनगढी-२, बैयाबेहडीस्थित शारदा माध्यमिक विद्यालयसँगको सहकार्यमा सूतीजन्य पदार्थ र क्यान्सर रोगका सम्बन्धमा जनचेतनामूलक कार्यक्रम प्रभात फेरि आयोजना गरिएको थियो ।



# VAROSA

SERVICES Pvt. Ltd

Pani Pokhari, Lazimpat, Kathmandu

Contact: 01-4433699, 4433899, Email: info@varosaservices.com, www.varosaservices.com



A complete house keeping and maintenance and service solutions

अजुरको सेवामा अब भरोसा सर्तिसेस





## काभ्रे जिल्ला शाखा

विश्व क्यान्सर दिवसको अवसरमा नेपाल रेडक्रस सोसाइटीसँगको समन्वयमा पनौती कुशादेवीस्थित सोसाइटीको उपशाखा कार्यालयमा एक दिने क्यान्सर अभिमूखीकरण कार्यक्रम आयोजना गरिएको थियो ।

२०२२ नोभेम्बर ७ मा आयोजित पाठेघर तथा स्तन क्यान्सर सम्बन्धी अभिमूखीकरण कार्यक्रममा शाखाले समन्वयात्मक भूमिका निर्वाह गरेको थियो । नेपाल अष्ट्रेलियन सर्भाइकल क्यान्सर फाउण्डेशनको आयोजना रहेको कार्यक्रममा हाम्रो शाखा र शहीद लखन गाउँपालिका गोर्खाको समन्वय रहेको थियो । विभिन्न पाँच स्थानमा भएको कार्यक्रममा ४ सयभन्दा बढीले सेवा लिएका थिए ।

अन्तराष्ट्रिय महिला दिवसमा एनएनसिटीआरसँगको समन्वयमा एक दिने पाठेघरको मुखको क्यान्सर परीक्षण (VIATest) तथा अभिमूखीकरण कार्यक्रम सञ्चालन गरिएको थियो ।

यस शाखाको आफ्नै भवनमा क्यान्सर तथा स्त्री रोगको नियमित क्लिनिक हरेक महिनाको दोश्रो र अन्तिम मंगलबारका दिन सञ्चालन भइरहेको छ ।



## ललितपुर जिल्ला शाखा

रोटरी क्लब अफ यलले यस संस्थालाई ३ लाख २८ हजार रुपैयाँ बराबरको Digital Video Colposcopy Machine सहयोग गरेको छ । मसिन खरिदमा दुई लाख पचास हजार रोटरी क्लबका सुरेन्द्रगोविन्द जोशीले र बाँकी ७८ हजार रुपैयाँ यस जिल्ला शाखाले बेहोरेको छ ।

२०७९ पौष १६ गते यस शाखाको २२औं जिल्ला सभाबाट शैलेन्द्रलाल प्रधानको अध्यक्षतामा निर्विरोध १५ सदस्यीय नयाँ कार्यसमिति चयन भएको छ ।

विश्व क्यान्सर दिवसमा यस जिल्ला शाखा र कल्याण तथा सुरक्षा समितिको संयुक्त आयोजनामा पाटन औद्योगिक क्षेत्रमा भित्र महिलाको पाठेघरको मुखको क्यान्सर (Pap smear test) र स्तन क्यान्सर सम्बन्धी एकदिने स्वास्थ्य शिविर सञ्चालन गरिएको थियो ।

ललितपुरको पूर्वी भेग चाङथलीको हिमालय टोल विकास संस्था, यति आवास विकास संस्था र एकताग्राम टोल विकास संस्थाको सहकार्यमा विभिन्न किसिमका क्यान्सरबारे जनचेतनामूलक कार्यक्रमको आयोजना गरिएको थियो ।

ललितपुर जिल्ला शाखाको प्रमुख प्रायोजनामा सुप्रसिद्ध हास्यकलाकार मदन कृष्ण श्रेष्ठको जन्मोत्सवको अवसरमा खुल्ला रक्तदान कार्यक्रमको आयोजना गरिएको थियो ।

विश्व धूम्रपानरहित दिवसमा यस शाखाले ललितपुर जिल्ला विद्यालयस्तरीय बक्तृत्व कला प्रतियोगिताको आयोजना गरेको थियो ।

२०८० आषाढ ९ गते यस संस्था र टंगल टोल सुधार समितिको संयुक्त आयोजनामा रोटरी क्लब अफ यल, नेपाल क्यान्सर हस्पिटल एण्ड रिसर्च सेन्टर, नेपाल सपोट ग्रुप लगायतको सहयोगमा एक दिने स्वास्थ्य शिविर सञ्चालन भएको थियो ।





## रूपन्देही जिल्ला शाखा

विश्व क्यान्सर दिवसका अवसरमा बुटवलस्थित मुख्य राजमार्गमा क्यान्सर रोगबारेको जनचेतना जगाउने सन्देशहरु लेखिएका प्लेकार्ड प्रदर्शन कार्यक्रम सम्पन्न भयो । कार्यक्रममा जिल्लाका राजनीतिक दलका नेता, सरकारी कार्यालयका प्रतिनिधि, स्वास्थ्यकर्मी, सामाजिक अभियन्ता, युवा तथा बिद्यार्थीको सहभागिता थियो ।

सूर्तीजन्य पदार्थको बिक्री-वितरण र प्रयोग निरुत्साहित गर्न सूर्तीजन्य पदार्थ नियन्त्रण र नियमन ऐन २०६८ को प्रभाकारी कार्यान्वयनका लागि जिल्ला प्रशासन कार्यालय रूपन्देही, ईलाका प्रशासन कार्यालय बुटवल, बुटवल उपमहानगर पालिका, तिलोत्तमा नगरपालिकामा ध्यानाकर्षण पत्र बुझाइएको थियो ।

विश्व धूम्रपानरहित दिवसका अवसरमा रूपन्देही जिल्लाका तिलोत्तमा र सिद्धार्थ नगरपालिकाले सूर्तीजन्य पदार्थ निषेधित पालिका घोषणाका लागि कार्यक्रम संचालन गरिरहेकाले नागरिक स्तरबाट दुबै पालिकालाई सम्मान गरिएको छ । हाल तिलोत्तमा र सिद्धार्थ दुबै नगरपालिका सूर्तीजन्य पदार्थ निषेधित पालिका घोषित भएका छन् ।



**Hotel Forest Inn Pvt. Ltd.**  
Budhanilkantha, Kathmandu, Nepal





## सुर्खेत जिल्ला शाखा

विश्व क्यान्सर दिवसका अवसरमा सुर्खेत जिल्ला शाखाले कर्णाली प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय, वीरेन्द्रनगर नगरपालिका, नगर अस्पताल, वडा नं. ६ र दिगो एकता महिला बचत तथा ऋण सहकारी संस्थासँगको समन्वयमा निशुल्क स्वास्थ्य शिविर सञ्चालन गरेको थियो । महिलाको पाठेघरको मुख क्यान्सरको परीक्षण (VIA Test) लगायत अन्य परीक्षणमा २१० जनाले सेवा लिएका थिए । दिवसकै अवसरमा सुर्खेतको वीरेन्द्र चोकमा दीप प्रज्वलन कार्यक्रम आयोजना गरिएको थियो ।

विश्व धूम्रपान रहित दिवसमा जिल्ला शाखा र प्रगतिशिल महिला बचत तथा श्रम सहकारी संस्था, जनस्वास्थ्य सेवा कार्यालय वीरेन्द्रनगर नगरपालिका वडा नं. ६ र ११ को सहकार्यमा स्वास्थ्य सम्बन्धी अन्तरक्रिया कार्यक्रम आयोजना गरिएको थियो । सोहि अवसरमा विभिन्न संघसंस्थासँगको सहकार्यमा प्रभात फेरी पनि निकालिएको थियो ।



A Place That Guarantees



# Redstone Regency Hotel

WE GIVE YOU THE BEST

OFFERED AT

Up To **25%** Off

Up To **25%** Off

**ABOUT US**

The luxury hotel offers world-class service with restaurant and lounge facilities, multi-purpose services, meeting rooms and dining facilities. These guest rooms contain furniture, artwork and more.

**FACILITIES**

- Meeting Hall
- Catering
- Shopping Mall
- Wifi
- Bar
- AC Room
- Apartment Room

**HOTEL WITH HOME COMFORT**

Up To **25%** Off



Up To **25%** Off



www.hotelredstone.com  
redstoneregencyhotel@gmail.com

**CONTACT US**  
015915078, 015915078  
Thamel, Paknajol, Kathmandu



## उदयपुर जिल्ला शाखा

विश्व धूम्रपान रहित दिवसमा उदयपुर शाखाको आयोजनामा गाईघाट बजार अनुगमन तथा निरीक्षण कार्यक्रम गरिएको थियो। अनुमति नलिई सूतिजन्य पदार्थ विक्री वितरण गरिरहेका स्थानीयलाई अनुमति लिन र स्वास्थ्य मापदण्ड पालना गर्न सचेत गराइयो। अनुगमनमा सहायक प्रमुख जिल्ला अधिकारीको संयोजकत्वमा त्रियुगा नगरपालिका, करदाता सेवा कार्यलय, घरेलु तथा साना उद्योग विकास कार्यलय लगायत विभिन्न क्षेत्रका प्रतिनिधिको सहभागिता थियो। अनुगमनका क्रममा चेतनामूलक नारा लेखिएको ब्यानर, प्लेकार्डहरू सहित बजार परिक्रमा गरिएको थियो।

विश्व क्यान्सर दिवसमा क्यान्सर रोग सम्बन्धी अन्तरक्रिया आयोजना गरियो। प्रमुख जिल्ला अधिकारी जनार्दन गौतमको प्रमुख आतिथ्यतामा आयोजित कार्यक्रममा स्थानीय सत्यदेवी मा.वि. का बिद्यार्थी, शिक्षकशिक्षिका, व्यवस्थापन समिति, स्थानीय प्रहरी प्रमुख लगायत स्थानीयको सहभागिता थियो।

यस जिल्ला शाखाको भवन तथा क्यान्सर अस्पताल निर्माणका लागि त्रियुगा नगरपालिका -३ मोतीगढा, गाईघाटमा १० कठ्ठा ऐलानी जग्गा निशुल्क प्राप्त भएको छ। प्राप्त जग्गामा भवन निर्माणका लागि आवश्यक आर्थिक श्रोत जुटाउन स्थानीय तह र विभिन्न सरोकारवालाहरूसँग पहल भइहेको छ।



## Marinha Airport Hotel

Sinamangal Airport Gate 9- Kathamandu

Te: 014599946, 014597049, 9748308190

Email: marinhaairporthotel@gmail.com

Web: www.marinhaairporthotel.com





## OUR SERVICES

- # CONFERENCE MANAGEMENT
- # OCTRONUM STALLS
- # MEDIA CORDINATION
- # PRODUCT LAUNCHING
- # CREATIVE DESIGNS
- # SOUND SYSTEM/LEDS
- # STAGE AND DECORATIONS
- # EVENT MANAGEMENT
- # VIDEOGRAPHY/PHOTOGRAPHY
- # HANGER FOR 2000 PAX, 1000 PAX & 500 PAX
- # EXHIBITION / TRADE FAIR MANAGEMENT / ORGANIZATION

📍 Jwagal-1, Lalitpur  
☎ 01-5260535, 01-5260103, 9851067855, 9851119455  
f eventsolution  
🌐 [www.eventsolutionnepal.com.np](http://www.eventsolutionnepal.com.np)  
@eventsolutionnepal

Be  
A Guest  
at your own  
EVENT





Designed to treat cancer  
wherever it's found in the body

**VARIAN**  
medical systems

## TrueBeam® radiotherapy system



**East West Concern Pvt. Ltd.**

+977 4516647, 4513991

[www.eastwest.com.np](http://www.eastwest.com.np)

22 Lamting Marg, Baluwatar

Kathmandu, Nepal





# नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्था

Nepal Cancer Relief Society (NCRS)

## स्मारिका प्रकाशन समिति



**दिपेन्द्र बान्तवा**  
संयोजक



**साजना तामाङ्ग कुँवर**  
सम्पादक



**कृष्ण बुहादुर बस्नेत**  
सदस्य



**प्रकाश खतिवडा**  
सदस्य



**निर्मला श्रेष्ठ**  
सदस्य

## केन्द्रिय सचिवालयका कर्मचारीहरु



**टीका प्रसाद अधिकारी**  
प्रमुख प्रशासकिय अधिकृत



**निर्मला श्रेष्ठ**  
कार्यक्रम अधिकृत



**श्रृजना दाहाल**  
कार्यक्रम अधिकृत सहायक



**निराजन के.सि**  
कार्यालय सहायक



**SERO LAB**



**QuidelOrtho™**

# Solutions for a Better Life



Celltac G



LabUMat 2 & Urised 3 Pro



Ortho Vision Swift



Vitros® 5600 Integrated System

P.O. Box : 8975, EPC 5238, Sanepa, Sanchal Ganesh, Lalitpur, Nepal  
Tel. : (9771) 5446246, 5184074, 5184076, 5430444 / 5184267  
E-mail : ruby@serolabnepal.com.np / serolabnp@yahoo.com, Website : www.serolabnepal.com.np





ON THE OCCASION OF 41<sup>TH</sup> ANNIVERSARY OF  
NEPAL CANCER RELIEF SOCIETY



ONLINE TICKET



PAYMENT

**SERO LAB**  
GROUP serolabnepal.com.np

PRESENTS  
**NCRS**

# WALK ATHON

stepping forward for a cancer free future

HURRY UP!!!



REGISTRATION OPEN



**7KM** @ 7 AM

Walk with us on  
Bhadra 30th, 2080 | Sept. 16th, 2023  
Saturday from Khullamanch to Khullamanch

**OTHER ACTIVITIES**  
BLOOD DONATION PROGRAM  
PAP SMEAR TEST  
PSA TEST  
GENERAL CHECK-UP  
CHARITY GARAGE SALE

PAYMENT PARTNER



MEDIA PARTNERS



TRAVEL & TOUR PARTNER



SUPPORTED BY:



PATRON



IN ASSOCIATION WITH



ORGANIZED BY



MANAGED BY

