



മൾടിപ്ൾ
മൈലോമ

ഉള്ളടക്കം

എന്താണ് മൾട്ടിപ്ൾ മൈലോമ?

എന്താണ് പ്ലാസ്മ കോശങ്ങൾ?

ആർക്കാണ് മൾട്ടിപ്ൾ മൈലോമ ഉണ്ടായേക്കാവുന്നത്?

എങ്ങനെയാണ് മൾട്ടിപ്ൾ മൈലോമ രോഗനിർണ്ണയം നടത്തുന്നത്?

എന്തൊക്കെയാണ് മൾട്ടിപ്ൾ മൈലോമയുടെ ലക്ഷണങ്ങൾ?

എങ്ങനെയാണ് മൾട്ടിപ്ൾ മൈലോമ ചികിത്സിക്കുന്നത്?

ഒരു ക്ലിനിക്കൽ ട്രയലിൽ പേരുചേർക്കൽ

മറ്റു സഹായക ശുശ്രൂഷാ ചികിത്സകൾ

മൈലോമയുടെ രോഗനിർണ്ണയത്തിനു ശേഷം എന്റെ ആരോഗ്യം മെച്ചപ്പെടുത്താൻ എനിക്ക് എന്ത് ചെയ്യാൻ സാധിക്കും?

മൾട്ടിപ്ൾ മൈലോമ ഭേദമാക്കാവുന്നതാണോ?

എന്താണ് മൾട്ടിപ്ൾ മൈലോമ?

ഒരുതരം രക്താർബുദമാണ് മൾട്ടിപ്ൾ മൈലോമ. അസ്വാഭാവിക പ്ലാസ്മ കോശങ്ങൾ (കുമിയുന്നതാണ്) വർദ്ധിക്കുന്നത് ഇത് സംഭവിക്കാൻ കാരണം. ഏറ്റവും (സാർവ്വത്രികമായ) സാധാരണയായി കണ്ടുവരുന്ന രണ്ടാമത്തെ (അർബുദകോശതരമാണിത്) അർബുദമാണിത്.

എന്താണ് പ്ലാസ്മ കോശങ്ങൾ?

അസ്ഥിമജ്ജയിലാണ് പ്ലാസ്മ കോശങ്ങളുള്ളത്, രോഗപ്രതിരോധ സംവിധാനത്തിന്റെ ഒരു ഭാഗമാണിത്. അണുബാധയുമായുള്ള സമ്പർക്കത്തിൽ ബി ലിംഫോസൈറ്റുകൾ, പ്ലാസ്മ കോശങ്ങളായി പാകപ്പെടുന്നു. പ്ലാസ്മ കോശങ്ങളാണ്. സാധാരണയായി ഇമ്മ്യൂണോഗ്ലോബുലിനുകൾ (അണുബാധയെ ചേറുക്കാൻ ആവശ്യമായ പ്രോട്ടീനുകൾ) ഉൽപാദിപ്പിക്കുന്നത്

മൾട്ടിപ്ൾ മൈലോമയിൽ, ഈ അസ്വാഭാവിക പ്ലാസ്മ കോശങ്ങൾ അസാധാരണമായ ഇമ്മ്യൂണോഗ്ലോബുലിനുകൾക്ക് രൂപം നൽകുന്നു, രക്തത്തിലെ എം പ്രോട്ടീൻ (മോണോക്ലോണൽ പ്രോട്ടീൻ) എന്നാണ് ഇവയറിയപ്പെടുന്നത്. ഈ പ്ലാസ്മ കോശങ്ങളുടെ ശേഖരത്തിന് അസ്ഥിമജ്ജയെ പുറം തള്ളാൻ സാധിക്കും. ഇതിന്റെ ഫലമായി, അസ്ഥിമജ്ജയിൽ സ്വാഭാവിക രക്തകോശങ്ങളുടെ വികാസത്തിന് കുറഞ്ഞ സ്ഥലം മാത്രം ലഭ്യമാകുകയും ഇത് അനീമിയ (രക്തകോശങ്ങളുടെ എണ്ണം കുറയൽ, അണുബാധകൾ (ശ്വേത

രക്താണുക്കളുടെ എണ്ണം കുറയുന്നത് കാരണമായി സംഭവിക്കുന്നത്. പ്ലേറ്റ് ലറ്റുകളുടെ എണ്ണത്തിൽ കുറവ് എന്നിവയ്ക്ക് കാരണമാകുകയും ചെയ്യുന്നു. ഈ പ്ലാസ്മ കോശങ്ങളുടെ ശേഖരം, വൃക്കകളെ തടസ്സപ്പെടുത്തുകയും അസ്ഥികൾക്ക് തകരാറ് സൃഷ്ടിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ഇത് അസ്ഥിയിൽ വേദനയും പൊട്ടലുകളും ഉണ്ടാകാൻ കാരണമാകുന്നു.

ആർക്കാണ് മൾട്ടിപ്ലോമ ഉണ്ടായേക്കാവുന്നത്? .

60 നും 69 വയസ്സിനും ഇടയിൽ പ്രായമുള്ളവർക്കാണ് സാധാരണയായി രോഗനിർണ്ണയം സംഭവിക്കാറുള്ളത്

പുരുഷൻമാരിലാണ്. ഇത് കൂടുതൽ സാധാരണമായത്.

റേഡിയേഷൻ അല്ലെങ്കിൽ ആസ്പറോസ്, ബെൻസീൻ, കീടനാശിനികൾ, റബ്ബർ നിർമ്മാണത്തിൽ ഉപയോഗിക്കുന്ന മറ്റു രാസവസ്തുക്കൾ എന്നിവയുമായുള്ള സമ്പർക്കം. തടി ഉൽപന്നങ്ങളുമായുള്ള ദീർഘകാല സമ്പർക്കം, കളനാശിനികളുമായുള്ള ഇടപഴകൽ.

പ്ലാസ്മാസൈറ്റോമയുടെ പൂർവ്വ ഹിസ്റ്ററി അല്ലെങ്കിൽ മോനോക്ലോണാൽ ഗാമോപതി അൻഡിറ്റർമൻഡ് സിഗ്നിഫിക്കൻസ് (എം ജി യു എസ്) എന്നറിയപ്പെടുന്ന, രക്തത്തിലെ എം പ്രോട്ടീനിന്റെ സാന്നിധ്യം. ഓരോ വർഷവും, എം ജി യു എസ് ഉള്ള 14 ആളുകൾക്ക് മൾട്ടിപ്ൾ ലോമ ബാധിച്ചേക്കാം.

മൾട്ടിപ്ൾ മൈലോമയുടെ കുടുംബ ചരിത്രം ഉള്ളവർ, പ്രത്യേകിച്ച് ഏറ്റവും അടുത്ത ബന്ധുക്കളിൽ (അതായത്, മാതാപിതാക്കൾ, സഹോദരൻ അല്ലെങ്കിൽ സഹോദരി എന്നിവരിൽ),

എന്തൊക്കെയാണ് മൾട്ടിപ്ൾ മൈലോമയുടെ ലക്ഷണങ്ങൾ?

ക്ഷീണവും തളർച്ചയും

അസ്ഥിയിൽ പൊട്ടൽ സംഭവിക്കുന്നത് ഉൾപ്പെടെ, അസ്ഥിവേദന,

അവയവങ്ങൾക്ക് ബലക്ഷയം

ആകുലതയും (കടുത്ത ഉറക്കച്ചട്ടവും) ഉറക്കക്കൂടുതലും

മലബന്ധം

ഓക്കാനവും ഛർദ്ദിയും

അമിതമായ മുത്രമൊഴിക്കൽ, അതീവ ദാഹം
അപൂർവ്വമായി, രക്തസ്രാവങ്ങൾ

ഈ രോഗലക്ഷണങ്ങൾ മൾട്ടിപ്പിൾ മാരയിൽ കാണപ്പെടുന്നവ ആണെങ്കിലും,
ഒരുപാട് ഇതര അസുഖതരങ്ങളിലും ഇവ സംഭവിക്കാം.

എങ്ങനെയാണ് മൾട്ടിപ്പിൾ മൈലോമ രോഗനിർണ്ണയം നടത്തുന്നത്?

രക്തപരിശോധനകൾ

താഴെ പറയുന്നവ പരിശോധിക്കാനാണ് ടെസ്റ്റുകൾ നിർവ്വഹിക്കുന്നത്:

രക്തത്തിൽ, മോണോക്ലോണൽ പ്രോട്ടീൻ (എം പ്രോട്ടീൻ) എന്നറിയപ്പെടുന്ന
സ്വാഭാവിക മൈലോമ പ്രോട്ടീനിന്റെയും ഫ്രീ ലൈറ്റ് ചെയിനുകളുടെയും
സാന്നിധ്യം.

ഹീമോഗ്ലോബിൻ, ശ്വേത രക്താണുക്കൾ, പ്ലേറ്റ് ലറ്റ് എന്നിവയുടെ കുറവ്,
കൂടാതെ രക്തത്തിൽ പ്ലാസ്മ കോശങ്ങളുടെ സാന്നിധ്യം എന്നിവ
പരിശോധിക്കുന്നതിന്, രക്തത്തിലെ പ്രോട്ടീൻ അളവുകൾ ഉയർന്നേക്കാം.
ഇതിനുവേണ്ടി മൊത്തം പ്രോട്ടീനും അതിന്റെ ഘടകങ്ങളും ആൽബുമിൻ
ഗ്ലോബുലിൻ അളവുകളും പരിശോധന വിധേയമാക്കുന്നു.

വൃക്കയുടെ പ്രവർത്തനത്തിൽ അസ്വാഭാവികതകൾ ചില രോഗികൾക്ക് ബുദ്ധി
യുറിയയുടെയും ക്രിയേറ്റിനിന്റെയും അളവുകൾ കൂടാൻ രക്തത്തിലെ
സാധ്യതയുണ്ട്.

കാത്സ്യത്തിന്റെ അളവുകൾ, കാരണം ചില രോഗികൾക്ക് ഉയർന്ന അവ്
കാണപ്പെട്ടേക്കാം. അടിയന്തിര ചികിത്സ ഇതിന് ആവശ്യമാണ്.

യൂറിൻ പരിശോധനകൾ

മൂത്രത്തിൽ, ബെൻസ് ജോൺസ് പ്രോട്ടീൻ എന്നറിയപ്പെടുന്ന, മോണോക്ലോണൽ
പ്രോട്ടീനിന്റെ(എം-പ്രോട്ടീൻ) സാന്നിധ്യം പരിശോധിക്കുന്നതിനാണ് ഈ ടെസ്റ്റ്
നിർവ്വഹിക്കുന്നത്.

അസ്ഥിമജ്ജ പരിശോധന

പ്ലാസ്മ കോശങ്ങളുടെ സാന്നിധ്യം പരിശോധിക്കാനും അളക്കാനുമാണ് ഈ
പരിശോധന നിർവ്വഹിക്കുന്നത്. പ്ലാസ്മ കോശങ്ങളുടെ ശതമാനത്തെയും മറ്റു
മാനദണ്ഡങ്ങളെയും അടിസ്ഥാനമാക്കി, രോഗിക്ക് മോണോക്ലോണൽ ഗാമോപതി
ഓഫ് അൺഡിറ്റർമിൻഡ് സിഗ്നലിഫിക്കൻസ് അല്ലെങ്കിൽ സ്മോൾഡ്രിങ്

മൾട്ടിപ്ലോമ മാത്രമേ ഉള്ളൂവെന്ന് നിർണ്ണയിക്കുന്നു. ഇതിന് ചികിത്സ ആവശ്യമില്ല. രോഗികളെ നിരീക്ഷിച്ചാൽ മാത്രം മതിയാകും.

ഇമേജിംഗ് പഠനങ്ങൾ

എത്ര അസ്ഥികളെ മൾട്ടിപ്ൾ മൈലോമ ബാധിച്ചിട്ടുണ്ടെന്ന് ഉറപ്പുവരുത്താനാണ് ഈ പരിശോധന നിർവ്വഹിക്കുന്നത്. രോഗിക്ക് അവയവ ബലക്ഷയമോ കഠിനമായ നടുവേദനയോ ഉണ്ടെങ്കിൽ, നട്ടെലിന്റെ ഞെരുക്കം പരിശോധിക്കുവാനായി, നട്ടെലിന്റെ ഒരു എം ആർ ഐ സ്കാൻ ആവശ്യപ്പെടും. ശസ്ത്രക്രിയ ഉപയോഗിച്ചുള്ള ഒരു ശരിപ്പെടുത്തൽ അല്ലെങ്കിൽ റേഡിയേഷൻ നിങ്ങൾക്ക് ആവശ്യമാണോ എന്ന് തീരുമാനിക്കാനും ഈ പഠനങ്ങൾ ഡോക്ടറെ സഹായിക്കും.

എങ്ങനെയാണ് മൾട്ടിപ്ൾ മൈലോമ ചികിത്സിക്കുന്നത്?

മൈലോമയുടെ ചികിത്സ സുദീർഘമാണ്. ഹൈപർടെൻഷൻ അല്ലെങ്കിൽ പ്രമേഹം പോലെ ഏതൊരു ചിരകാല അസുഖത്തിന്റേയും ചികിത്സയ്ക്ക് സമാനമാണിത്. 4 മുതൽ 6 മാസങ്ങൾ വരെ ട്രാൻസ്പ്ലാസ്മിനുകളും ഇഞ്ചക്ഷനുകളും സംയോജിപ്പിച്ച ചികിത്സയും, നിങ്ങളുടെതന്നെ സ്റ്റം സെല്ലുകൾ ഉപയോഗിച്ചുള്ള ഒരു സ്റ്റം സൽ ട്രാൻസ്പ്ലാസ്മിനും ഇതിൽ ഉൾപ്പെടുന്നു. ഇവ നിർവ്വഹിച്ചാലും, മൈലോമ നിയന്ത്രണ വിധേയമാക്കാൻ ദീർഘകാല ചികിത്സ ആവശ്യമാണ്.

മൈലോമയുടെ ചികിത്സയിൽ ഉപയോഗിക്കുന്ന ഏതാനും ചില മരുന്നുകൾ താഴെ പറയുംപ്രകാരമാണ്.

സ്റ്റിറോയ്ഡുകൾ

മൾട്ടിപ്ൾ മൈലോമയുടെ ചികിത്സയിൽ സ്റ്റിറോയ്ഡുകൾ ഒരു അനിവാര്യ ഘടകമാണ്. ഞരമ്പിലൂടെയുള്ള ഒരു ഇഞ്ചക്ഷന്റെ രൂപത്തിലോ അതല്ലെങ്കിൽ ട്രാൻസ്പ്ലാസ്മിനുകളോ ആണ് ഇത് നൽകുന്നത്

ബയോളജിക്കൽ തെറാപ്പി ഉൾപ്പെടെയുള്ള കീമോതെറാപ്പി

ചർമ്മത്തിനു താഴെയായി subcutaneous (**നിവേശിപ്പിക്കുന്ന**) നൽകുന്ന അതല്ലെങ്കിൽ intravenous (ഒരു ഞരമ്പിലൂടെ ഇഞ്ചക്ഷനുകളായാണ് കീമോതെറാപ്പി, ബയോളജിക്കൽ തെറാപ്പി നൽകുന്നത്. വായിലൂടെ കഴിക്കേണ്ടുന്ന ട്രാൻസ്പ്ലാസ്മിനുകളും അല്ലെങ്കിൽ ക്യാപ്സൂളുകളും ഉണ്ടായിരിക്കും. നിങ്ങളുടെ പ്രായത്തെയും മറ്റു അപായസാധ്യത ഘടകങ്ങളെയും

അടിസ്ഥാനമാക്കി. ഉചിതമായ കീമോതെറാപ്പി ഷെഡ്യൂളുകൾ നിങ്ങളുടെ ഡോക്ടർ നൽകുന്നതാണ്.

റേഡിയേഷൻ തെറാപ്പി

റേഡിയോതെറാപ്പിയിൽ, ഉയർന്ന ഊർജ്ജവും ബാഹ്യമായ എക്സ് റേകളും ഉപയോഗിച്ച് ശരീരത്തിലേക്ക് റേഡിയേഷൻ പ്രസരിപ്പിക്കുന്നു. വേദനാജനകമായ അസ്ഥിക്ഷതങ്ങൾ ഉണ്ടാകുമ്പോൾ അതല്ലെങ്കിൽ നട്ടെല്ലിലെ ചില അസ്ഥികളിലെ ക്ഷതങ്ങൾ നട്ടെല്ലിന്റെ തെരുക്കത്തിന് കാരണമാകുമെന്ന ഭീഷണി ഉള്ളപ്പോഴാണ് ഇത് ഉപയോഗിക്കുന്നത്..

പരിഹരൽ സ്റ്റേം സെൽ ട്രാൻസ്പ്ലാന്റേഷൻ

നിങ്ങളുടെ തന്നെ സ്റ്റേം സെല്ലുകൾ ഉപയോഗിച്ചുള്ള മൂലകോശം സ്റ്റേം സെൽ ട്രാൻസ്പ്ലാന്റേഷൻ, മൈലോമയുടെ അംഗീകൃത ശുശ്രൂഷയായി മാറിയിട്ടുണ്ട്. നിങ്ങളുടെ ശരീരത്തിലെ അർബുദ ഭാരം കുറയ്ക്കുന്നതിന് ഏതാനും ചികിത്സാ ആവത്തികൾ നിർവ്വഹിച്ചു കഴിഞ്ഞാൽ, ഈ നടപടിക്രമം ഫലപ്രദമാണ്. ഈ ചികിത്സ എല്ലാ രോഗികൾക്കും നൽകാനാവില്ല. നിങ്ങളുടെ പ്രായത്തെയും സഹജ രോഗങ്ങളെയും അടിസ്ഥാനമാക്കി ഒരു ട്രാൻസ്പ്ലാന്റിന് നിങ്ങൾ യോഗ്യനാണോ അല്ലയോ എന്ന് നിങ്ങളുടെ ഡോക്ടർ തീരുമാനിക്കുക.

ഈ നടപടിക്രമത്തിൽ, നിങ്ങളുടെ മേൽക്കൈയിലെ **ചംക്രമണ രക്തധമനിയിൽ) രക്തസിരകളിൽ** നിന്ന് സ്റ്റേം സെല്ലുകൾ ശേഖരിക്കുന്നു. സ്റ്റേം സെല്ലുകൾ ശേഖരിച്ച ശേഷം ഉയർന്ന ഡോസിലുള്ള കീമോതെറാപ്പി അതിലേക്ക് അഡ്മിനിസ്റ്റർ ചെയ്യുന്നു. അസ്ഥിമജ്ജയിൽ നിന്ന് മൈലോമ കോശങ്ങൾ നീക്കംചെയ്യുവാനാണ് ഇപ്രകാരം ചെയ്യുന്നത്. ഉയർന്ന ഡോസിലുള്ള കീമോതെറാപ്പി കാരണമായി അസ്ഥിയിൽ രൂപംകൊണ്ട സകല കോശങ്ങളും നശിക്കും. ഇതിനെത്തുടർന്ന് ശേഖരിച്ച സ്റ്റേം സെല്ലുകൾ, ഒരു ബ്ലഡ് ട്രാൻസ്ഫ്യൂഷൻ പോലെ, നിങ്ങളുടെ രക്തത്തിലേക്ക് തിരികെ ഇൻജക്ട് ചെയ്യുന്നു. അസ്ഥിയിലെ കോശങ്ങളെല്ലാം വീണ്ടും വളരുവാൻ ഈ സ്റ്റേം സെല്ലുകൾ സഹായിക്കും. ഈ പ്രക്രിയയിൽ അടങ്ങിയ **(പ്രയോജനങ്ങളും അപായസാധ്യതയും) ഗുണങ്ങളും ദോഷങ്ങളും** നിങ്ങളുടെ ഡോക്ടറുമായി **സവിസ്തരം** നിങ്ങൾക്ക് ചർച്ച ചെയ്യാവുന്നതാണ്.

- ഒരു ക്ലിനിക്കൽ ട്രയലിൽ പേരുചേർക്കൽ

മരുന്നരംഗത്ത് ഒരുപാട് വികസനങ്ങൾ സംഭവിച്ചിട്ടുണ്ട്. മൈലോമയുടെ ചികിത്സയ്ക്ക് നൂതനങ്ങളായ നിരവധി മരുന്നുകൾ ഇന്ന് നിലവിലുണ്ട്. നിങ്ങൾക്ക് പങ്കെടുക്കാൻ പരിഗണിക്കാവുന്ന നൂതന മൈലോമ മരുന്നുകളുടെ ഏതെങ്കിലും ക്ലിനിക്കൽ ട്രയലുകൾ ഉണ്ടോ എന്ന് നിങ്ങളെ ചികിത്സിക്കുന്ന ഡോക്ടറോട് ചോദിക്കുക.

മറ്റു സഹായക ശുശ്രൂഷാ ചികിത്സകൾ

വേദനയ്ക്കുള്ള ഔഷധകരം (മരുന്നുകൾ)

പലപ്പോഴും അസ്ഥികളിൽ വേദന ഉണ്ടാകാൻ മുഴുട്ടിപ്പ മൈലോമ കാരണമാകും. അത് നിയന്ത്രിക്കുന്നതിനുള്ള പെയിൻ മെഡിക്കേഷനുകൾ നിങ്ങളുടെ ഡോക്ടർ നിങ്ങൾക്ക് നിർദ്ദേശിക്കുന്നതാണ്. നിങ്ങളുടെ ആസക്ത പുരോഗതിക്ക് സഹായകമാകുന്ന ഈ പെയിൻ മെഡിക്കേഷനുകൾ തുടരേണ്ടത് അത്യാവശ്യമാണ്.

ഫിസിയോതെറാപ്പി

ഒരു വാക്കർ അല്ലെങ്കിൽ ഒരു കെയിൻ പോലെ നിങ്ങൾക്ക് നടക്കാൻ ഒരു സപ്പോർട്ട് വേണ്ടിവന്നേക്കാം. നട്ടെല്ല് ദുർബ്ബലമാണെങ്കിൽ ഒരു സ്പൈൻ ബ്രെയ്സ് നൽകുന്നതാണ്. മൊബിലൈസേഷൻ കാലയളവിൽ നിങ്ങൾക്ക് സഹായകമാകുന്നതിനുള്ള താൽക്കാലിക നടപടികളാണിവ.

അസ്ഥി സഹായക മരുന്നുകൾ (ഔഷധക്രമങ്ങൾ)

നിങ്ങളുടെ എല്ലിന്റെ ബലം മെച്ചപ്പെടുത്താൻ സഹായിക്കുന്ന ഇഞ്ചക്ഷനുകൾ ലഭ്യമാണ്. ഈ ഇഞ്ചക്ഷനുകൾ ചർമ്മത്തിനു താഴെയായി (സബ്ക്യൂട്ടനസ്) **നൽകുന്ന (നിവേശിപ്പിക്കുന്ന) അതല്ലെങ്കിൽ ഇൻട്രാവെനസ് (ഒരു ഞരമ്പിലൂടെ രൂപത്തിലാണ് നൽകുന്നത്. ഓരോ മാസവും എന്നു തുടങ്ങിയാരോ മൂന്ന് മാസങ്ങളിലും ഈ ഇഞ്ചക്ഷനുകൾ നൽകുന്നതാണ്. നിങ്ങളുടെ ഡോക്ടർ ഉപദേശിച്ചത് പോലെ, കാത്സ്യം, വിറ്റാമിൻ ഡി പൂരകങ്ങൾ തുടരേണ്ടത് അത്യാവശ്യമാണ്. ചില സാഹചര്യങ്ങളിൽ, കാത്സ്യം പൂരകങ്ങൾ നൽകുന്നത് നിങ്ങളുടെ ഡോക്ടർ ഒഴിവാക്കിയേക്കാം.**

വെർടിബ്രോപ്ലാസ്റ്റി അല്ലെങ്കിൽ (ക്രിഫോപ്ലാസ്റ്റി) കയ്ഫോപ്ലാസ്റ്റി

നിങ്ങളുടെ നട്ടെല്ലിൽ ഒടിവ് ഉണ്ടെങ്കിൽ അതല്ലെങ്കിൽ നട്ടെല്ലിനെ രൂപപ്പെടുത്തുന്ന വെർട്ടിബ്രൽ ബോഡി തകർന്നത് കാരണമായി അതീവ വേദനയുണ്ടെങ്കിൽ, വേദനയ്ക്ക് ആശ്വാസം ലഭിക്കുന്നതിനായി അസ്ഥിയിലേക്ക് സിമൻ്റ് ഇഞ്ചക്ഷൻ ചെയ്യുന്നതാണ്. ലഘുവായ നിവേദനപടിക്രമങ്ങളാണിവ. ഇമേജ് ഗൈഡൻസ് പിന്തുടർന്നാണ് ഇത് നിർവ്വഹിക്കുന്നത്.

ബ്ലഡ് തിന്നുകൾ

മൾട്ടിപ്പിൾ മൈലോമയുടെ ചികിത്സയ്ക്ക് **(ഔഷധങ്ങൾ) മരുന്നുകൾ** നൽകുമ്പോൾ. ഈ അസുഖം തന്നെ ചില അവസരങ്ങളിൽ രക്തം കട്ടപിടിക്കുന്നതിന് കാരണമായേക്കാം, ഏറ്റവും സാധാരണമായി നിങ്ങളുടെ കാലിലെ ഞരമ്പുകളിൽ. ഈ സങ്കീർണ്ണത തടയാൻ നിങ്ങളുടെ ഡോക്ടർ ബ്ലഡ് തിന്നുകൾ നിർദ്ദേശിച്ചേക്കാം. എന്നിരുന്നാലും, ഇതിനകം നിങ്ങൾക്ക് രക്തസ്രാവ പ്രവണതയുണ്ടെങ്കിൽ ഈ മരുന്ന് നൽകുന്നതല്ല.

അണുബാധ ഒഴിവാക്കുന്നതിനുള്ള മരുന്നുകൾ

മൾട്ടിപ്പിൾ മൈലോമയുടെ ഔഷധങ്ങളും കാരണമായി രോഗപ്രതിരോധ ശേഷിയിൽ ഉണ്ടായ മാറ്റം നിമിത്തം നിങ്ങൾ അണുബാധയോട് വശംവദമായേക്കാം. അവയിൽ ഏറ്റവും സാധാരണമായത് ശ്വാസകോശ നാളിയിലെ അണുബാധകളും ചൊറിയുമാണ്. ചികിത്സയുടെ ആരംഭം മുതൽ നിങ്ങളുടെ ഡോക്ടർ നിങ്ങൾക്ക് ആന്റിബയോട്ടിക്കുകളും ആന്റിവൈറലുകളും നിർദ്ദേശിക്കുന്നതാണ്.

കുത്തിവയ്പ്പുകൾ

ചികിത്സ ആരംഭിക്കുന്നതിനു മുമ്പ്, ഭാവിയിൽ അണുബാധകൾ ഉണ്ടാകുന്നത് തടയുന്നതിനുവേണ്ടി നിങ്ങളുടെ ഡോക്ടർ വാക്സിനുകൾ നിർദ്ദേശിച്ചേക്കാം.

മനശ്ശാസ്ത്ര അർബുദ സംബന്ധമായ കൗൺസലിംഗ്

മനശ്ശാസ്ത്ര വിദഗ്ദ്ധരുടെ സഹായം തേടേണ്ടത് അനിവാര്യമാണ്. അസുഖത്തോട് കൂടുതൽ നന്നായി ഇടപഴകാൻ ഇത് നിങ്ങളെ സഹായിക്കും. നിങ്ങൾക്ക് ബുദ്ധിമുട്ടില്ലെങ്കിൽ, താദാത്മ്യ പരിശീലനങ്ങൾക്കും കൗൺസലിംഗിനും വേണ്ടി മനശ്ശാസ്ത്ര വിദഗ്ദ്ധൻറെ സെഷനുകളിൽ തുടരുന്നത് പരിഗണിക്കേണ്ടതാണ്.

* മൈലോമയുടെ രോഗനിർണ്ണയത്തിനു ശേഷം എന്റെ ആരോഗ്യം മെച്ചപ്പെടുത്താൻ എനിക്ക് എന്ത് ചെയ്യാൻ സാധിക്കും?

സജീവമായി നിലനിൽക്കുക

ചികിത്സാകാലയളവിൽ സജീവമായി നിലനിൽക്കേണ്ടത് അത്യാവശ്യമാണ്. നിങ്ങൾ ചെയ്യേണ്ടതും ചെയ്യരുതാത്തതുമായ കാര്യങ്ങളെക്കുറിച്ച്, നിങ്ങളെ ചികിത്സിക്കുന്ന ഡോക്ടർ, അസ്ഥിസംബന്ധമായ ശസ്ത്രക്രിയാ വിദഗ്ദ്ധൻ, ഫിസിയോതെറാപിസ്റ്റ് എന്നിവരോട് അന്വേഷിക്കാവുന്നതാണ്. നിങ്ങളുടെ മാനസികാരോഗ്യം നിലനിർത്തുന്നതിന് ആഴത്തിൽ ശ്വാസമെടുത്തുള്ള വ്യായാമങ്ങളും ധ്യാനവും പരിഗണിക്കുന്നത് സഹായകമായിരിക്കും.

നന്നായി ഭക്ഷിക്കുക

ശരിയായ പോഷകങ്ങളുള്ള ഭക്ഷണങ്ങൾ കഴിക്കേണ്ടത് അത്യാവശ്യമാണ്. തളർച്ചയും ക്ഷീണവും കുറയ്ക്കാൻ അത് സഹായിക്കും. എരിവുള്ള ഭക്ഷണങ്ങൾ ഒഴിവാക്കാൻ ശ്രമിക്കുകയോ കുറയ്ക്കുകയോ ചെയ്യുക, പ്രത്യേകിച്ച് സ്ലിറോസ്റ്റുകൾ കഴിക്കുന്ന സമയത്ത്. നിങ്ങൾക്ക് വിശപ്പ് തോന്നാത്തപ്പോൾ, കനംകുറഞ്ഞ ഭക്ഷണം ഇടവിട്ട് കഴിക്കുക. നന്നായി

ഭക്ഷണം കഴിക്കുന്നതിലൂടെ, അണുബാധകളെ തടയാൻ സഹായിക്കുന്നതിലും ചെറുക്കുന്നതിലും കൂടുതൽ മികച്ച രോഗപ്രതിരോധ ശേഷി നിങ്ങൾ ഉറപ്പുവരുത്തുകയാണ്.

ധാരാളം ദ്രാവകങ്ങൾ കുടിക്കുക

വൃക്കയ്ക്ക് തുടർന്നും കേടുപാട് സംഭവിക്കുന്നത് തടയാൻ, ദ്രാവകങ്ങൾ ഒരുപാട് കുടിക്കേണ്ടത് അനിവാര്യമാണ്.

മൾട്ടിപ്ൾ മൈലോമ ഭേദമാക്കാവുന്നതാണോ?

ഒരു ചിരകാല അർബുദമാണ് മൾട്ടിപ്ൾ മൈലോമ നിലവിലെ കിമോതെറാപി

മാർഗ്ഗങ്ങളിലൂടെ അത് ഭേദമാക്കാനാവില്ല. എന്നിരുന്നാലും, മൾട്ടിപ്ൾ മൈലോമയുടെ ചികിത്സയിൽ കാര്യമായ പുരോഗതികൾ സംഭവിച്ചിട്ടുണ്ട്. ശരിയായ രോഗനിർണ്ണയവും ചികിത്സയും മുഖേന ഭൂരിഭാഗം രോഗികളും അവരുടെ പതിവ് പ്രവർത്തനങ്ങൾ നിർവ്വഹിച്ചുകൊണ്ട് മികച്ച ജീവിത ഗുണനിലവാരത്തോടെ ദീർഘകാലം ജീവിക്കുന്ന ഒരസുഖമായി ഇന്ന് മൈലോമ മാറിയിരിക്കുന്നു, നിങ്ങളെ സ്വസ്ഥമായി നിലനിർത്തുന്ന മികച്ച സഹായക ശുശ്രൂഷാ (ഔഷധങ്ങൾ) മരുന്നുകൾ ഇന്ന് നിലവിലുണ്ട്.

നിങ്ങളുടെ കുടുംബം, കുട്ടുകാർ, ചികിത്സിക്കുന്ന സംഘം എന്നിവരുടെ പിന്തുണ നിങ്ങളുടെ പുരോഗതിക്ക് നിർണ്ണായകമാണ്. നിങ്ങളുടെ ചികിത്സാ തീരുമാനങ്ങളിൽ നിങ്ങൾ സജീവ വഹിക്കണം. മുകളിൽ പറഞ്ഞ കാര്യങ്ങളെല്ലാം മികച്ച ജീവിത ഗുണനിലവാരത്തിലേക്ക് നിങ്ങളെ നയിക്കാൻ സഹായിക്കും. നിങ്ങൾക്കാവശ്യമായ ഏത് വിവരങ്ങൾക്കും നിങ്ങളെ ചികിത്സിക്കുന്ന ഡോക്ടർമാരെ സമീപിക്കേണ്ടത് അത്യാവശ്യമാണ്.