विल्म्स कैंसर फाउंडेशन

विल्म्स ट्यूमर

वैश्विक चिकित्सकीय पोषण टूलकिट

बच्चों का विल्म्स ट्यूमर



सूचना श्रृंखला 3.2a (देखभालकर्ता तथ्य-पत्र: विल्म्स ट्यूमर में पोषण)



महत्वपूर्ण: यह दस्तावेज़ चिकित्सकों, गैर-सरकारी संगठनों, फाउंडेशनों और देखभालकर्ताओं से जुड़े बाल कैंसर कार्यक्रमों के लिए शिक्षा और योजना का संसाधन है। यह व्यक्तिगत चिकित्सकीय सलाह, गुर्दे संबंधी आहार मूल्यांकन, कैंसर उपचार प्रोटोकॉल या संस्थागत चिकित्सकीय निर्णय का विकल्प नहीं है।

विषय-सूची

वैश्विक चिकित्सकीय पोषण टूलकिट

निदान, उपचार, पुनरावृत्ति और उत्तरजीविता में पोषण के लिए वैश्विक मानकों के अनुरूप व्यापक चिकित्सकीय और देखभालकर्ता संसाधन

1) परिचय ____ 1
2) वैश्विक चिकित्सकीय ढाँचा ____ 2
3) पोषण के मूल सिद्धांत ____ 3
4) गुर्दे की रक्षा ____ 4
5) सक्रिय उपचार के दौरान पोषण ____ 5
6) पुनरावृत्ति और उच्च जोखिम में पोषण ____ 6
7) उत्तरजीवियों का पोषण ____ 7
8) चिकित्सकीय पोषण प्रक्रिया ____ 8
9) देखभालकर्ताओं के लिए मार्गदर्शन ____ 9
10) चिकित्सकीय निष्कर्ष और परिणाम ____ 10
11) निष्कर्ष ____ 11
परिशिष्ट A (उपचार के दृष्टिकोण) ____ 12
परिशिष्ट B (संदर्भ) ____ 13

1 - परिचय

विल्म्स ट्यूमर (नेफ्रोब्लास्टोमा) बच्चों में गुर्दे का सबसे आम प्राथमिक घातक ट्यूमर है। यह आम तौर पर कम उम्र में सामने आता है और बच्चों के अधिकांश गुर्दे के कैंसर का कारण है। सर्जरी, कीमोथेरेपी और कुछ मामलों में विकिरण चिकित्सा को मिलाकर दिए जाने वाले उपचार में प्रगति से कई क्षेत्रों में उत्तरजीविता दर ऊँची हुई है। लेकिन परिणाम केवल कैंसर उपचार पर निर्भर नहीं करते। सहायक देखभाल, विशेष रूप से पोषण प्रबंधन, तत्काल उपचार की सफलता और दीर्घकालिक स्वास्थ्य में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है, जिसे अक्सर पर्याप्त पहचान नहीं मिलती।

बाल कैंसर रोगियों की शारीरिक स्थिति विशेष रूप से जटिल होती है। वयस्कों के विपरीत, बच्चों की वृद्धि और विकास लगातार जारी रहता है। सामान्य जैविक प्रक्रियाओं के लिए उन्हें निरंतर ऊर्जा, प्रोटीन और सूक्ष्म पोषक तत्व चाहिए।

कैंसर और उपचार से उत्पन्न चयापचय संबंधी तनाव इन मूल ज़रूरतों को काफी बढ़ा देता है। इसी समय कम भूख, पाचन तंत्र के दुष्प्रभाव और उपचार की विषाक्तता पर्याप्त पोषण लेने की क्षमता सीमित कर सकते हैं। इसलिए पोषण की कमी जल्दी विकसित हो सकती है और उसके तत्काल चिकित्सकीय परिणाम हो सकते हैं।

बाल कैंसर रोगियों में कुपोषण केवल गौण चिंता नहीं है - यह परिणामों को सीधे प्रभावित करने वाली महत्वपूर्ण चिकित्सकीय स्थिति है। अपर्याप्त पोषण अधिक संक्रमण, कीमोथेरेपी की कम सहनशीलता, लंबे अस्पताल प्रवास और उपचार में अधिक रुकावटों से जुड़ा है। इसके विपरीत, अच्छा पोषण पाने वाले रोगी गहन चिकित्सा बेहतर सहते हैं, जल्दी स्वस्थ होते हैं और उपचार के दौरान अधिक शारीरिक स्थिरता बनाए रखते हैं।

विल्म्स ट्यूमर में चयापचय के नियमन में गुर्दों की केंद्रीय भूमिका पोषण संबंधी निर्णयों को और जटिल बनाती है। गुर्दे तरल संतुलन, इलेक्ट्रोलाइट संतुलन और कीमोथेरेपी दवाओं सहित चयापचय अपशिष्ट के निष्कासन के लिए ज़िम्मेदार हैं। विशेष रूप से गुर्दा निकालने की सर्जरी गुर्दे की क्षमता कम करती है। इसलिए ऐसी पोषण रणनीतियाँ आवश्यक हैं जो अत्यधिक चयापचय बोझ डाले बिना गुर्दे की कार्यक्षमता को सहारा दें। वृद्धि को सहारा देने और गुर्दे की रक्षा करने की यह दोहरी आवश्यकता आहार प्रबंधन की जटिलता बढ़ाती है।

तत्काल उपचार के बाद भी पोषण का दीर्घकालिक उत्तरजीविता और जीवन की गुणवत्ता पर स्थायी प्रभाव रहता है। बाल कैंसर से बचे बच्चों में हृदय रोग, गुर्दे की कार्यक्षमता में कमी और चयापचय विकार जैसे देर से सामने आने वाले प्रभावों का जोखिम अधिक होता है। शुरुआती पोषण सहायता और स्वस्थ खानपान की आदतें इन जोखिमों को घटाकर किशोरावस्था और वयस्क जीवन में बेहतर स्वास्थ्य में मदद कर सकती हैं।

बाल कैंसर में प्रभावी पोषण देखभाल के लिए बहुविषयक और परिवार-केंद्रित दृष्टिकोण चाहिए। चिकित्सक, आहार विशेषज्ञ, नर्स और देखभालकर्ता पोषण का आकलन करने, उचित सहायता लागू करने और बच्चे की बदलती स्थिति के अनुसार योजना बदलने के लिए साथ काम करें। दैनिक पोषण सहायता में देखभालकर्ताओं की विशेष भूमिका है; बीमारी के दौरान खिलाने की चुनौतियों से निपटने के लिए उन्हें व्यावहारिक जानकारी और मार्गदर्शन मिलना चाहिए।

यह दस्तावेज़ बच्चों के विल्म्स ट्यूमर में पोषण प्रबंधन का व्यापक, चिकित्सकीय आधार वाला ढाँचा देता है। इसमें वैश्विक मानक, प्रमाणों से निर्देशित अभ्यास और व्यावहारिक देखभालकर्ता रणनीतियाँ शामिल हैं, जो निदान, सक्रिय उपचार, पुनरावृत्ति और दीर्घकालिक उत्तरजीविता तक मदद करती हैं। पोषण को बाल कैंसर देखभाल का आधार मानकर यह टूलकिट उपचार की सहनशीलता, स्वास्थ्यलाभ और समग्र परिणाम बेहतर करने का लक्ष्य रखती है।

2 - वैश्विक चिकित्सकीय ढाँचा

यह टूलकिट विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO), चिल्ड्रन्स ऑन्कोलॉजी ग्रुप (COG) और इंटरनेशनल सोसाइटी ऑफ पीडियाट्रिक ऑन्कोलॉजी (SIOP) द्वारा स्थापित अंतरराष्ट्रीय बाल कैंसर मानकों पर आधारित है। ये संस्थाएँ देखभाल के सर्वोत्तम अभ्यास निर्धारित करती हैं और पोषण को अतिरिक्त विचार के बजाय उपचार का मूल घटक बनाने पर अधिक ज़ोर देती हैं। इन ढाँचों में निदान के समय जल्दी और व्यवस्थित पोषण जाँच तथा पूरे उपचार में लगातार निगरानी प्राथमिकताएँ हैं। रोग का बोझ, उपचार की विषाक्तता और बढ़ी हुई चयापचय माँग मिलकर पोषण में तेज़ गिरावट ला सकते हैं।

जोखिम वाले रोगियों की सक्रिय पहचान से कुपोषण के चिकित्सकीय रूप से गंभीर होने से पहले समय पर सहायता दी जा सकती है। इन दिशानिर्देशों का केंद्रीय सिद्धांत कैंसर संबंधी कुपोषण की रोकथाम और प्रबंधन है, क्योंकि यह उपचार की सहनशीलता, संक्रमण, अस्पताल में भर्ती और समग्र उत्तरजीविता को प्रभावित कर सकता है। इसलिए पोषण देखभाल बहुविषयक कैंसर उपचार प्रक्रिया में शामिल है, जिसमें कैंसर विशेषज्ञ, आहार विशेषज्ञ, नर्स और देखभालकर्ता निकट समन्वय करते हैं। यह मॉडल आहार रणनीतियों को रोगी की चिकित्सकीय स्थिति, उपचार चरण और व्यक्तिगत ज़रूरतों के अनुसार ढालता है।

ये ढाँचे विभिन्न स्वास्थ्य-व्यवस्थाओं के अनुसार अनुकूलन पर भी ज़ोर देते हैं। अधिक संसाधन वाले स्थानों में विस्तृत प्रयोगशाला निगरानी के साथ आंत्र मार्ग से पोषण या शिरा द्वारा पोषण जैसी उन्नत सहायता दी जा सकती है।

निम्न और मध्यम आय वाले देशों में विशेषज्ञ देखभाल और पोषण उत्पादों की उपलब्धता सीमित हो सकती है। वहाँ जोखिम कम करने के लिए व्यावहारिक, स्थानीय रूप से उपलब्ध खाद्य विकल्पों और देखभालकर्ताओं की शुरुआती शिक्षा पर बल दिया जाता है।

सीमित संसाधनों वाले स्थानों में उपचार से पहले ही कुपोषण अधिक मिलता है। बच्चे उपचार शुरू होने से पहले कमज़ोर पोषण स्थिति के साथ आ सकते हैं। निदान के समय कुपोषण खराब परिणामों से जुड़ा होने के कारण शुरुआती सहायता और भी महत्वपूर्ण हो जाती है। ऐसी परिस्थितियों में पोषण केवल सहायक उपाय नहीं, बल्कि उपचार संभव होने और जीवित रहने का निर्णायक कारक बन जाता है।

वैश्विक चिकित्सकीय ढाँचा बाल कैंसर देखभाल में एक महत्वपूर्ण बदलाव दिखाता है: पोषण अब सहायक अतिरिक्त सेवा नहीं, बल्कि प्रभावी कैंसर उपचार का आधारभूत स्तंभ है। इसके लिए सुव्यवस्थित प्रोटोकॉल, शुरुआती सहायता और देखभाल के पूरे क्रम में लगातार ध्यान चाहिए।

3 - पोषण के मूल सिद्धांत

विल्म्स ट्यूमर वाले बच्चों में प्रभावी पोषण प्रबंधन स्थापित शारीरिक और चिकित्सकीय सिद्धांतों पर आधारित है। वयस्क कैंसर रोगियों के विपरीत, बच्चों की सक्रिय वृद्धि और विकास उनकी मूल पोषण ज़रूरतें बढ़ाते हैं। कैंसर और उपचार का चयापचय तनाव मिलकर विशेष रूप से जटिल पोषण स्थिति बनाता है, जिसे सावधानी से संभालना चाहिए।

मुख्य पोषक तत्वों में कार्बोहाइड्रेट प्राथमिक ऊर्जा स्रोत हैं। वे मूल चयापचय तथा उपचार और स्वास्थ्यलाभ की बढ़ी हुई ऊर्जा माँग पूरी करते हैं। पर्याप्त कार्बोहाइड्रेट से ऊर्जा के लिए शरीर के प्रोटीन भंडार टूटने से बचते हैं और वसा-रहित ऊतक सुरक्षित रहते हैं। बाल कैंसर में यह विशेष रूप से महत्वपूर्ण है, क्योंकि मांसपेशियाँ जल्दी कम हो सकती हैं और यह खराब परिणामों से जुड़ा है।

प्रोटीन ऊतक मरम्मत, प्रतिरक्षा और वृद्धि बनाए रखने में केंद्रीय भूमिका निभाता है। कीमोथेरेपी और विकिरण के दौरान सूजन, कोशिका क्षति और प्रतिरक्षा सक्रियता से प्रोटीन का निर्माण और टूटना बढ़ता है। कम प्रोटीन से घाव भरने और प्रतिरक्षा में बाधा तथा स्वास्थ्यलाभ में देरी हो सकती है। लेकिन विल्म्स ट्यूमर में, खासकर गुर्दे की क्षमता कम होने पर, प्रोटीन का सेवन सावधानी से संतुलित करें ताकि ज़रूरत पूरी हो और गुर्दे पर अत्यधिक दबाव न पड़े।

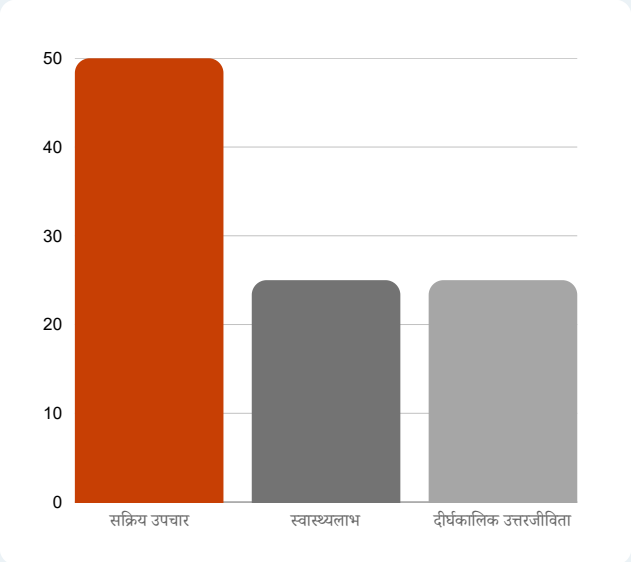
आहार की वसा ऊर्जा का सघन स्रोत है, जो कम भूख या सीमित मौखिक सेवन वाले रोगियों के लिए विशेष रूप से उपयोगी है। यह वसा में घुलनशील विटामिनों के अवशोषण और तंत्रिका तंत्र के विकास में भी महत्वपूर्ण है। स्वस्थ वसा भोजन की मात्रा बढ़ाए बिना कैलोरी बढ़ाती है, जिससे जल्दी पेट भरने या उपचार संबंधी थकान वाले बच्चों को लाभ हो सकता है।

चयापचय की स्थिरता और प्रतिरक्षा के लिए सूक्ष्म पोषक तत्वों की पर्याप्तता भी आवश्यक है। आयरन, ज़िंक और विटामिन A, C तथा D लाल रक्त कोशिका निर्माण, घाव भरने, हड्डियों और संक्रमण से बचाव में योगदान देते हैं। इनकी कमी उपचार के दुष्प्रभाव और जटिलताओं की आशंका बढ़ा सकती है। अत्यधिक मात्रा या उपचार के साथ अंतःक्रिया से बचने के लिए पूरक चिकित्सकीय मूल्यांकन के अनुसार दिए जाएँ।

जल-संतुलन पोषण देखभाल का अत्यंत महत्वपूर्ण, लेकिन अक्सर कम ध्यान पाने वाला हिस्सा है। विल्म्स ट्यूमर में तरल और इलेक्ट्रोलाइट नियमन में गुर्दों की भूमिका इसे और महत्वपूर्ण बनाती है। पर्याप्त तरल कीमोथेरेपी दवाओं के निष्कासन, इलेक्ट्रोलाइट संतुलन और गुर्दे की विषाक्त क्षति का जोखिम घटाने में मदद करते हैं। हल्की पानी की कमी भी गुर्दे की कार्यक्षमता और उपचार सहने की क्षमता प्रभावित कर सकती है; इसलिए नियमित तरल सेवन प्राथमिकता है।

इन सिद्धांतों को लचीले, रोगी-केंद्रित ढाँचे में लागू करें। भूख में बदलाव, दुष्प्रभाव, सांस्कृतिक खानपान और मनोसामाजिक कारक सेवन को प्रभावित करते हैं। कठोर आहार नियमों की तुलना में समग्र सेवन और आराम को प्राथमिकता देने वाली अनुकूलनीय रणनीतियाँ अक्सर अधिक प्रभावी होती हैं।

चित्र 1 / देखभाल के चरणों में पोषण (मुख्य पोषक तत्वों का संतुलन)



4 - गुर्दे की रक्षा

विल्म्स ट्यूमर वाले बच्चों में रोग और उपचार दोनों में गुर्दे की प्रत्यक्ष भागीदारी के कारण उसकी रक्षा केंद्रीय चिकित्सकीय प्राथमिकता है। कई बच्चों का एक गुर्दा निकाल दिया जाता है; कुछ को कीमोथेरेपी से गुर्दे की विषाक्त क्षति हो सकती है। इसलिए पोषण रणनीतियाँ पर्याप्त वृद्धि और चयापचय सहायता देते हुए गुर्दे का काम कम करें।

प्रोटीन प्रबंधन सबसे महत्वपूर्ण विचारों में से एक है। वृद्धि, प्रतिरक्षा और ऊतक मरम्मत के लिए प्रोटीन आवश्यक है, लेकिन अधिक सेवन ग्लोमेरुलर निस्यंदन की माँग बढ़ाकर बचे हुए गुर्दे पर दबाव डाल सकता है। प्रोटीन को अधिकतम करने के बजाय उचित मात्रा में दें - ज़रूरत पर्याप्त रूप से पूरी हो, लेकिन अति न हो। तेज़ वृद्धि या उपचार से उबरने के समय यह संतुलन विशेष रूप से महत्वपूर्ण है।

सोडियम भी महत्वपूर्ण है। अधिक सोडियम उच्च रक्तचाप, तरल जमा होने और दीर्घकालिक हृदय जोखिम में योगदान दे सकता है; गुर्दे की क्षमता कम होने पर ये पहले से चिंता के विषय होते हैं। प्रसंस्कृत और अधिक सोडियम वाले खाद्य पदार्थ कम लेने से रक्तचाप स्थिर रखने और गुर्दे का तनाव घटाने में मदद मिलती है।

इलेक्ट्रोलाइट संतुलन की भी निकट निगरानी करें। गुर्दे की कार्यक्षमता कम होने पर पोटैशियम और फॉस्फोरस असंतुलित हो सकते हैं। विशेष रूप से गुर्दे को प्रभावित करने वाली चिकित्सा या कम कार्यक्षमता वाले रोगियों में जाँच के परिणामों के अनुसार इन खनिजों का आहार सेवन बदलना पड़ सकता है।

पर्याप्त तरल चयापचय अपशिष्ट और कीमोथेरेपी दवाएँ निकालने में मदद करके गुर्दे की रक्षा करते हैं। इससे गुर्दे में रक्तप्रवाह बना रहता है और अचानक गुर्दे की चोट का जोखिम घटता है। तरल की सलाह व्यक्तिगत होनी चाहिए, खासकर तरल संतुलन की समस्या या विशिष्ट उपचार प्रोटोकॉल वाले रोगियों में।

विल्म्स ट्यूमर में गुर्दे की रक्षा के लिए लगातार चिकित्सकीय निगरानी से निर्देशित, बदलता हुआ और व्यक्तिगत पोषण दृष्टिकोण चाहिए। आहार प्रबंधन, प्रयोगशाला मूल्यांकन और चिकित्सकीय देखरेख मिलकर गुर्दे की कार्यक्षमता बनाए रखने और दीर्घकालिक जटिलताएँ घटाने में मदद कर सकते हैं।

5 - सक्रिय उपचार के दौरान पोषण

सक्रिय उपचार चरण बाल कैंसर में सबसे बड़ी पोषण चुनौतियों में से कुछ प्रस्तुत करता है। कीमोथेरेपी और विकिरण भूख, पाचन और पोषक तत्वों के अवशोषण को गहराई से प्रभावित कर सकते हैं। अक्सर उसी समय मौखिक सेवन घटता है जब पोषण की ज़रूरत बढ़ी होती है।

सामान्य दुष्प्रभावों में मतली, उल्टी, म्यूकोसाइटिस, स्वाद में बदलाव और थकान शामिल हैं। ये खाने में शारीरिक और मानसिक बाधाएँ पैदा कर सकते हैं, जिससे कैलोरी कम मिलती है और वज़न घटता है। छोटे बच्चों में अपनी बात बताने की सीमित क्षमता और भोजन से अरुचि इसे और बढ़ा सकती हैं।

इन चुनौतियों में लचीलापन और सहनशीलता प्राथमिकता हों। बड़े भोजन की तुलना में थोड़ी मात्रा में बार-बार खाना अक्सर आसान होता है और कैलोरी तथा पोषक तत्व नियमित मिलते हैं। स्वस्थ वसा सहित ऊर्जा-सघन भोजन कम मात्रा में अधिक कैलोरी देता है, जो कम भूख वाले बच्चों के लिए उपयोगी है।

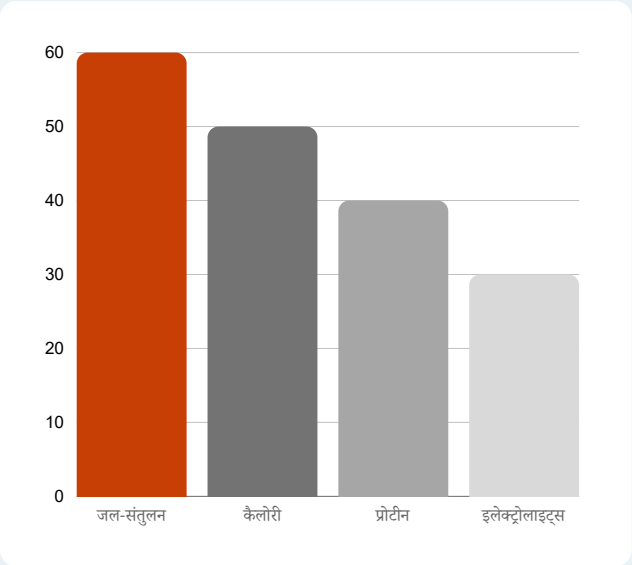
भोजन की बनावट और तापमान बदलने से भी सेवन बढ़ सकता है। म्यूकोसाइटिस या मतली में नरम, सादा या ठंडा भोजन अक्सर बेहतर सहन होता है। तेज़ गंध और बहुत मसालेदार भोजन मतली या अरुचि बढ़ा सकते हैं, इसलिए उनसे बचना पड़ सकता है।

उपचार के दौरान खाद्य सुरक्षा अत्यंत महत्वपूर्ण है, विशेषकर कमज़ोर प्रतिरक्षा वाले रोगियों में। कच्चे या अधपके भोजन से बचना, भोजन को ठीक तरह संभालना और स्वच्छता बनाए रखना संक्रमण का जोखिम घटाते हैं।

मौखिक सेवन अपर्याप्त होने पर कैलोरी और प्रोटीन की ज़रूरतें पूरी करने के लिए मौखिक पोषक पूरक या चिकित्सकीय रूप से तैयार उत्पाद दिए जा सकते हैं। शुरुआती सहायता महत्वपूर्ण है; बहुत वज़न घटने तक प्रतीक्षा करने से पोषण सुधारना कठिन हो सकता है।

सक्रिय उपचार में बदलते लक्षणों के अनुसार अनुकूलित, रोगी-केंद्रित पोषण दृष्टिकोण चाहिए। आदर्श आहार नियमों का कठोर पालन कराने के बजाय पर्याप्त सेवन बनाए रखने पर ध्यान दें।

चित्र 2 / उपचार में पोषण की प्राथमिकताएँ



6 - पुनरावृत्ति और उच्च जोखिम में पोषण

विल्म्स ट्यूमर की पुनरावृत्ति वाले रोगियों को अक्सर अधिक गहन और लंबे उपचार लेने पड़ते हैं, जिससे पोषण बिगड़ने का जोखिम और बढ़ता है। पिछली चिकित्सा के संचित प्रभाव और अतिरिक्त उपचार की माँग के कारण सघन तथा सक्रिय पोषण प्रबंधन आवश्यक हो जाता है।

इन रोगियों में अक्सर अधिक चयापचय तनाव, सूजन और गंभीर दुष्प्रभाव होते हैं। इससे ऊर्जा खर्च बढ़ता है और सेवन घटता है, इसलिए पोषण की स्थिति तेज़ी से गिरने का जोखिम बहुत अधिक होता है।

ऐसी स्थिति में चिकित्सकों को सहायता शुरू करने में कम देरी करनी चाहिए। मुँह से पोषण लेना प्राथमिक विकल्प है, लेकिन कई मामलों में यह पर्याप्त नहीं होता। आंत्र मार्ग से पोषण जल्दी शुरू करने से पोषक तत्व भरोसेमंद और नियंत्रित ढंग से मिल सकते हैं, विशेष रूप से जब मौखिक सेवन अनियमित या अपर्याप्त हो।

पाचन तंत्र की जटिलताओं या गंभीर असहनीयता के कारण आंत्र मार्ग से भोजन संभव न हो तो शिरा द्वारा पोषण आवश्यक हो सकता है। यह अधिक आक्रामक और अतिरिक्त जोखिम वाला है, लेकिन उपचार के गंभीर चरणों में पोषण बनाए रखकर जीवन रक्षक हो सकता है।

उच्च जोखिम वाले रोगियों में इलेक्ट्रोलाइट असंतुलन अधिक आम है और उसकी निकट निगरानी चाहिए। जाँच के परिणामों, चिकित्सकीय स्थिति और उपचार की प्रगति के अनुसार पोषण योजना लगातार बदलें।

पुनरावृत्ति के मानसिक और भावनात्मक बोझ को नज़रअंदाज़ न करें। भोजन की पसंद, सुकून देने वाले खाद्य पदार्थ, खिलाने की थकान और देखभालकर्ता संबंध सेवन को प्रभावित करते हैं। इस चुनौतीपूर्ण चरण में पर्याप्त पोषण के लिए चिकित्सकीय और मनोसामाजिक सहायता वाला समग्र दृष्टिकोण आवश्यक है।

7 - उत्तरजीवियों का पोषण

विल्म्स ट्यूमर के उपचार के बाद उत्तरजीवी अवस्था में पोषण देखभाल का ध्यान तत्काल सहायता से दीर्घकालिक स्वास्थ्य सुधार और देर से आने वाले प्रभावों की रोकथाम पर जाता है। उपचार की तीव्रता घटती है, लेकिन विशेष रूप से गुर्दे और हृदय पर चिकित्सा के दीर्घकालिक प्रभावों पर लगातार ध्यान चाहिए।

उत्तरजीवियों में उच्च रक्तचाप, गुर्दे की कम कार्यक्षमता, चयापचय विकार और हृदय रोग का जोखिम बढ़ सकता है, खासकर गुर्दा निकाले जाने या गुर्दे को प्रभावित करने वाले उपचार के बाद। पोषण इन जोखिमों को कम करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

फल, सब्ज़ियाँ, साबुत अनाज, कम वसा वाले प्रोटीन और स्वस्थ वसा पर आधारित संतुलित, कम प्रसंस्कृत भोजन की सलाह दी जाती है। स्वस्थ रक्तचाप और गुर्दे की रक्षा के लिए सोडियम कम रखना महत्वपूर्ण है। पर्याप्त तरल गुर्दे के स्वास्थ्य और समग्र शारीरिक संतुलन को सहारा देते रहते हैं।

वृद्धि और विकास की निकट निगरानी करें, खासकर छोटे बच्चों में जिनका विकास उपचार के कारण धीमा हुआ हो। जहाँ आवश्यक हो पोषण से पिछड़ी हुई वृद्धि पूरी करने में मदद मिले, लेकिन अत्यधिक वज़न बढ़ने से बचें, क्योंकि इससे दीर्घकालिक जटिलताएँ हो सकती हैं।

उचित पोषण के साथ शारीरिक गतिविधि भी उत्तरजीवी देखभाल का महत्वपूर्ण भाग है। जल्दी स्वस्थ जीवनशैली की आदतें अपनाने से ऐसे व्यवहार स्थापित होते हैं जो आगे चलकर पुरानी बीमारियों का जोखिम घटा सकते हैं।

उत्तरजीवी पोषण कोई स्थिर योजना नहीं, बल्कि व्यक्ति के चिकित्सकीय इतिहास, वर्तमान स्वास्थ्य और दीर्घकालिक जोखिमों के अनुसार बदलती रणनीति है।

8 - चिकित्सकीय पोषण प्रक्रिया

एक सुव्यवस्थित चिकित्सकीय निर्णय-मार्ग बच्चों के विल्म्स ट्यूमर में पोषण प्रबंधन को व्यवस्थित बनाता है, जिससे निरंतरता और समय पर सहायता सुनिश्चित होती है। यह सामान्यतः चिकित्सकीय संकेतकों के आधार पर मूल्यांकन से हस्तक्षेप और फिर सहायता बढ़ाने तक आगे बढ़ता है।

पहला कदम व्यापक पोषण मूल्यांकन है। इसमें वज़न, लंबाई, बॉडी मास इंडेक्स, उपलब्ध होने पर ऊपरी बाँह के मध्य भाग की परिधि, वृद्धि के रुझान, आहार सेवन और संबंधित प्रयोगशाला संकेतक शामिल हैं। इससे आधारभूत स्थिति स्थापित होती है और जोखिम वाले रोगियों की पहचान होती है।

मूल्यांकन के आधार पर चिकित्सक मौखिक पोषण बेहतर करते हैं: भोजन की कैलोरी सघनता और आवृत्ति बढ़ाना तथा सेवन की बाधाएँ दूर करना। इसमें अक्सर देखभालकर्ता शिक्षा और आहार में बदलाव शामिल होते हैं।

मौखिक सेवन पोषण की ज़रूरतें पूरी न करे तो आंत्र मार्ग से पोषण की ओर बढ़ें। इससे पाचन तंत्र का कार्य बनाए रखते हुए पोषक तत्व नियमित और नियंत्रित ढंग से दिए जा सकते हैं।

आंत्र मार्ग से पोषण संभव न हो तो शिरा द्वारा पोषण एक विकल्प है। संक्रमण और चयापचय जटिलताओं जैसे जोखिमों के कारण इसकी सावधानीपूर्वक निगरानी आवश्यक है।

हर चरण में लगातार पुनर्मूल्यांकन आवश्यक है। उपचार के प्रभाव, रोग की प्रगति या स्वास्थ्यलाभ से पोषण की ज़रूरतें जल्दी बदल सकती हैं। निर्णय-मार्ग लचीला और प्रतिक्रियाशील रहे ताकि समय के साथ सहायता उचित रूप से बदली जा सके।

चित्र 3 / पोषण सहायता बढ़ाने की प्रक्रिया

चरण	कार्रवाई	व्यावहारिक उद्देश्य
चरण 1	आधारभूत पोषण मूल्यांकन	जोखिम जल्दी पहचानें और वृद्धि/सेवन की आधाररेखा तय करें
चरण 2	मौखिक पोषण बेहतर करना	पसंदीदा भोजन, आवृत्ति और कैलोरी सघनता से सेवन बढ़ाएँ
चरण 3	मौखिक पूरक/पोषक तत्वों से समृद्ध भोजन	नियमित भोजन कम पड़ने पर कमी पूरी करें
चरण 4	आंत्र मार्ग से पोषण	मौखिक सेवन अपर्याप्त होने पर भरोसेमंद पोषण दें
चरण 5	शिरा द्वारा पोषण	आंत्र मार्ग से पोषण असंभव या अपर्याप्त होने पर उपयोग करें
चरण 6	पुनर्मूल्यांकन और समायोजन	लक्षण, गुर्दे की कार्यक्षमता और उपचार चरण बदलने पर योजना बदलें

9 - देखभालकर्ताओं के लिए मार्गदर्शन

विल्म्स ट्यूमर वाले बच्चों में पर्याप्त पोषण बनाए रखने में देखभालकर्ताओं की केंद्रीय और अपरिहार्य भूमिका है। चिकित्सकीय टीम समग्र रणनीति बनाती है, लेकिन दैनिक भोजन योजना लागू करना, सेवन देखना और बच्चे की स्थिति में बदलाव पर प्रतिक्रिया देना देखभालकर्ताओं का काम है। इसलिए उनकी शिक्षा और सहायता प्रभावी पोषण प्रबंधन के आवश्यक घटक हैं।

बदलती भूख और उपचार संबंधी भोजन कठिनाइयाँ प्रमुख चुनौतियाँ हैं। कीमोथेरेपी के दौरान बच्चे अचानक पहले पसंद आने वाले भोजन से अरुचि दिखा सकते हैं, स्वाद बदल सकता है या खाने में तकलीफ़ हो सकती है। यह बच्चे और देखभालकर्ता दोनों के लिए निराशाजनक और भावनात्मक रूप से कठिन हो सकता है।

लचीलापन आवश्यक है। कठोर भोजन समय-सारिणी के बजाय कुल कैलोरी और पोषक तत्वों के सेवन को प्राथमिकता दें, भले ही इसके लिए उस समय बच्चे की पसंद के अनुसार भोजन बदलना पड़े।

हर दो से तीन घंटे में थोड़ी मात्रा में भोजन देने की नियमित आदत बच्चे पर बोझ डाले बिना सेवन बनाए रख सकती है। छोटे हिस्सों में अधिक कैलोरी और पोषक तत्व वाला भोजन बड़े भोजन के लिए प्रोत्साहित करने से अक्सर अधिक प्रभावी होता है। दबाव रहित, सहयोगी वातावरण चिंता घटाकर खाने की इच्छा बढ़ा सकता है।

जल-संतुलन भी देखभालकर्ता की महत्वपूर्ण ज़िम्मेदारी है। बीमार बच्चे हमेशा प्यास पहचान या बता नहीं पाते। दिन भर नियमित तरल दें; पानी, मौखिक पुनर्जलीकरण घोल या चिकित्सकीय रूप से उपयुक्त अन्य स्वीकार्य विकल्प उपलब्ध कराएँ।

देखभालकर्ताओं को पोषण या चिकित्सकीय स्थिति बिगड़ने के शुरुआती संकेत पहचानने चाहिए: लगातार उल्टी, खाने-पीने से इनकार, तेज़ वज़न घटना, कम पेशाब, सूखे होंठ या सुस्ती जैसे पानी की कमी के संकेत। जटिलताएँ रोकने के लिए इन संकेतों पर स्वास्थ्य टीम से तुरंत संपर्क आवश्यक है।

खिलाने का भावनात्मक और मानसिक पक्ष भी उतना ही महत्वपूर्ण है। उपचार में भोजन का समय तनावपूर्ण हो सकता है और देखभालकर्ता पर्याप्त खिलाने का दबाव महसूस कर सकते हैं। आश्वासन, व्यावहारिक मार्गदर्शन और बाल आहार विशेषज्ञ जैसी पेशेवर सहायता इन चुनौतियों को संभालने में मदद करती है।

जानकारी, लचीलेपन और सहायता से सशक्त देखभालकर्ता पूरे उपचार में बच्चे के पोषण स्वास्थ्य को बनाए रखने में सक्रिय और आत्मविश्वासी भूमिका निभा सकते हैं।

चित्र 4 / दृष्टिकोणों की तुलना

श्रेणी	COG दृष्टिकोण	SIOP दृष्टिकोण
समय	निदान के तुरंत बाद सहायता	सर्जरी से पहले स्थिरीकरण
प्राथमिकता	अधिक कैलोरी/अधिक प्रोटीन	जल-संतुलन और स्थिरीकरण
सहायता बढ़ाना	जल्दी आंत्र/शिरा पोषण	क्रमिक रूप से सहायता बढ़ाना
निगरानी	बार-बार जाँच और वज़न की निगरानी	वृद्धि और सहनशीलता की निगरानी

10 - चिकित्सकीय निष्कर्ष और परिणाम

बढ़ते प्रमाण बाल कैंसर के चिकित्सकीय परिणामों में पोषण की महत्वपूर्ण भूमिका दिखाते हैं। विल्म्स ट्यूमर का उपचार अक्सर गहन लेकिन अत्यधिक प्रभावी होता है; ऐसे में पोषण की स्थिति उपचार सहने, उसकी विषाक्तता से उबरने और सर्वोत्तम दीर्घकालिक परिणाम पाने की क्षमता को काफी प्रभावित कर सकती है।

अच्छा पोषण पाने वाले रोगी कीमोथेरेपी और विकिरण बेहतर सहते हैं; खुराक घटाने और उपचार टालने की आवश्यकता कम होती है। पर्याप्त पोषण प्रतिरक्षा को सहारा देता है और ऐसे संक्रमणों की आशंका घटाता है जो उपचार रोकते हैं या अस्पताल प्रवास बढ़ाते हैं। यह गुर्दा निकालने सहित अन्य सर्जरी के बाद घाव भरने में भी मदद करता है।

इसके विपरीत, कुपोषण अधिक संक्रमण, लंबे अस्पताल प्रवास, कम शारीरिक सहनशक्ति और उपचार के कम प्रभाव से जुड़ा है। गंभीर मामलों में उपचार की तीव्रता बदलनी पड़ सकती है, जिससे उसकी समग्र प्रभावशीलता प्रभावित हो सकती है।

पोषण तत्काल परिणामों के अलावा रोज़मर्रा की कार्यक्षमता लौटाने और जीवन की गुणवत्ता को प्रभावित करता है। उपचार के दौरान बेहतर पोषण वाले बच्चे मांसपेशियाँ, ऊर्जा और सामान्य विकास संबंधी गतिविधियाँ अधिक अच्छी तरह बनाए रख सकते हैं। यह शारीरिक और मनोसामाजिक स्वास्थ्य, दोनों के लिए महत्वपूर्ण है।

नए शोध संकेत देते हैं कि जल्दी और लगातार पोषण सहायता हृदय रोग और चयापचय विकार जैसी पुरानी बीमारियों के दीर्घकालिक जोखिम को प्रभावित कर सकती है। इसलिए केवल समस्या होने पर ध्यान देने के बजाय पोषण को देखभाल के पूरे क्रम में शामिल करना आवश्यक है।

व्यवस्था के स्तर पर प्रभावी पोषण प्रबंधन जटिलताएँ और अस्पताल प्रवास घटाकर तथा उपचार की समग्र दक्षता बढ़ाकर स्वास्थ्य सेवाओं को अधिक कुशल बना सकता है। यह सीमित संसाधनों वाले स्थानों में विशेष रूप से महत्वपूर्ण है, जहाँ बेहतर सहायक देखभाल परिणामों पर बड़ा प्रभाव डाल सकती है।

पोषण केवल सहायक नहीं है - यह बाल कैंसर उपचार की सफलता का अभिन्न हिस्सा है, जिसका चिकित्सकीय परिणामों और दीर्घकालिक स्वास्थ्य पर मापने योग्य प्रभाव पड़ता है।

11 - निष्कर्ष

विल्म्स ट्यूमर वाले बच्चों की देखभाल में पोषण आधारभूत घटक है। यह निदान, उपचार, पुनरावृत्ति प्रबंधन और दीर्घकालिक उत्तरजीविता तक हर चरण को प्रभावित करता है। कैंसर चिकित्सा में प्रगति ने उत्तरजीविता बहुत बढ़ाई है, लेकिन इन उपचारों का पूरा लाभ तभी मिल सकता है जब व्यापक और अच्छी तरह समन्वित पोषण देखभाल उनका साथ दे।

पोषण प्रबंधन की जटिलता वृद्धि की ज़रूरतों, उपचार की चुनौतियों और अंग-विशेष संबंधी बातों के परस्पर प्रभाव को दर्शाती है - खासकर गुर्दे की कार्यक्षमता की रक्षा। इसके लिए कैंसर विशेषज्ञ, आहार विशेषज्ञ, नर्स और देखभालकर्ता मिलकर व्यक्तिगत रणनीतियाँ बनाएँ और लागू करें।

इस दस्तावेज़ का मुख्य विषय शुरुआती सहायता और निरंतर निगरानी का महत्व है। पोषण में गिरावट तेज़ हो सकती है, लेकिन सक्रिय मूल्यांकन और समय पर कार्रवाई से अक्सर इसे रोका जा सकता है। नियमित चिकित्सकीय प्रक्रियाओं में पोषण शामिल करने से इसे केवल समस्या के बाद नहीं, बल्कि व्यवस्थित ढंग से संबोधित किया जाता है।

प्रभावी पोषण देखभाल चिकित्सकीय संस्थान के बाहर भी जारी रहती है। इसे लागू करने में देखभालकर्ताओं की महत्वपूर्ण भूमिका है। बच्चे की पोषण ज़रूरतें पूरी करने की उनकी क्षमता स्पष्ट मार्गदर्शन, शिक्षा और निरंतर सहायता की उपलब्धता पर निर्भर करती है।

आगे पोषण प्रोटोकॉल मानकीकृत करने, विशेषज्ञ देखभाल की पहुँच बढ़ाने और वैश्विक बाल कैंसर पहलों में पोषण शामिल करने के निरंतर प्रयास आवश्यक हैं। निम्न और मध्यम आय वाली परिस्थितियों में यह विशेष रूप से महत्वपूर्ण है, क्योंकि सहायक देखभाल में असमानता परिणामों को काफी प्रभावित कर सकती है।

पोषण को अतिरिक्त सेवा के बजाय बाल कैंसर देखभाल का मूल स्तंभ मानने से विल्म्स ट्यूमर वाले बच्चों की उत्तरजीविता के साथ-साथ जीवन की गुणवत्ता और दीर्घकालिक स्वास्थ्य भी बेहतर हो सकता है।

परिशिष्ट A

चित्र 5 / संक्षिप्त विवरण

श्रेणी	COG/NWTS परंपरा	SIOP परंपरा	पोषण पर प्रभाव
उपचार का क्रम	अक्सर पहले सर्जरी, फिर जोखिम के अनुसार चिकित्सा पर ज़ोर	अक्सर सर्जरी से पहले कीमोथेरेपी, फिर सर्जरी और जोखिम के अनुसार चिकित्सा	पोषण योजना में उपचार समय, सर्जरी से उबरने की ज़रूरतें और लक्षणों के अलग स्वरूप का ध्यान रखें
सहायक देखभाल पर ज़ोर	जोखिम मिलने पर पोषण समीक्षा सहित शुरुआती बहुविषयक सहायक देखभाल	सर्जरी-पूर्व चिकित्सा में बड़ी कार्रवाई से पहले स्थिरीकरण महत्वपूर्ण	उपचार का क्रम चाहे जो हो, निदान के समय पोषण जाँच हो
संसाधनों के अनुसार अनुकूलन	मुख्यतः अधिक संसाधन वाले सहयोगी समूहों में लागू	संसाधन-अनुकूल SIOP PODC और संबंधित सहयोग शामिल	कम संसाधनों में स्थानीय भोजन, देखभालकर्ता शिक्षा और व्यावहारिक निगरानी महत्वपूर्ण
गुर्दे की रक्षा	उत्तरजीविता में गुर्दे की कार्यक्षमता, रक्तचाप और देर से आने वाले प्रभावों की निगरानी	गुर्दा निकालने और गुर्दे को हानि पहुँचाने वाले उपचारों में उसकी रक्षा केंद्रीय है	सोडियम में संयम, जल-संतुलन और व्यक्तिगत प्रोटीन संतुलन लगातार प्राथमिकताएँ हैं

परिशिष्ट B

संदर्भ

1) World Health Organization. वैश्विक बाल कैंसर पहल। Geneva: WHO; 2018.

2) World Health Organization. WHO की वैश्विक बाल कैंसर पहल: परिचय पुस्तिका। Geneva: WHO; 2020.

3) National Cancer Institute. विल्म्स ट्यूमर और बच्चों के अन्य गुर्दे के ट्यूमर का उपचार (PDQ) - स्वास्थ्य पेशेवर संस्करण। Bethesda (MD): National Cancer Institute; अद्यतन 2025.

4) International Society of Paediatric Oncology. SIOP PODC के अनुकूलित उपचार दिशानिर्देश: विल्म्स ट्यूमर और सहायक देखभाल। SIOP; अभिगमन 2026.

5) Israels T, Moreira C, Scanlan T, Molyneux L, Kampondeni S, Hesseling P, et al. SIOP PODC: कम आय वाली परिस्थितियों में विल्म्स ट्यूमर वाले बच्चों के प्रबंधन के चिकित्सकीय दिशानिर्देश। Pediatr Blood Cancer. 2013;60(1):5-11.

6) Wang J, Li M, Tang D, Gu W, Mao J, Shu Q. विल्म्स ट्यूमर का वर्तमान उपचार: COG और SIOP मानक। World J Pediatr Surg. 2019;2(3):e000038.

7) Dome JS, Fernandez CV, Mullen EA, Kalapurakal JA, Geller JI, Huff V, et al. विल्म्स ट्यूमर (नेफ्रोब्लास्टोमा), संस्करण 2.2021, NCCN के कैंसर चिकित्सा दिशानिर्देश। J Natl Compr Canc Netw. 2021;19(8):945-977.

8) Ladas EJ, Sacks N, Brophy P, Rogers PC. बाल कैंसर में पोषण देखभाल के मानक: अभ्यास मानकों पर राष्ट्रव्यापी सर्वेक्षण के परिणाम। Pediatr Blood Cancer. 2006;46(3):339-344.

9) Ladas EJ, Sacks N, Meacham L, Henry D, Enriquez L, Lowry G, et al. बाल कैंसर रोगियों के पोषण संबंधी विचारों की बहुविषयक समीक्षा: Children's Oncology Group का दृष्टिकोण। Nutr Clin Pract. 2005;20(4):377-393.

10) Brinksma A, Huizinga G, Sulkers E, Kamps WA, Roodbol PF, Tissing WJE. बाल कैंसर रोगियों में कुपोषण: व्यापकता और संभावित कारणों की समीक्षा। Crit Rev Oncol Hematol. 2012;83(2):249-275.

11) Jofe L, Dwyer S, Glade Bender JL, Frazier AL, Ladas EJ. बाल कैंसर में पोषण स्थिति और चिकित्सकीय परिणाम। Lancet Child Adolesc Health. 2020;4(10):719-731.

12) Mehta NM, Corkins MR, Lyman B, Malone A, Goday PS, Carney LN, et al. बाल कुपोषण की परिभाषा: कारण-संबंधी परिभाषाओं की ओर दृष्टिकोण में बदलाव। JPEN J Parenter Enteral Nutr. 2013;37(4):460-481.

13) Becker PJ, Nieman Carney L, Corkins MR, Monczka J, Smith E, Smith SE, et al. Academy of Nutrition and Dietetics/American Society for Parenteral and Enteral Nutrition का सहमति वक्तव्य: बाल कुपोषण की पहचान और दस्तावेज़ीकरण के लिए अनुशंसित संकेतक। J Acad Nutr Diet. 2014;114(12):1988-2000.

14) Barr RD. बाल कैंसर चिकित्सा में पोषण की भूमिका। Pediatr Blood Cancer. 2020;67 Suppl 3:e28211.

15) Children's Oncology Group. बचपन, किशोरावस्था और युवा वयस्क अवस्था के कैंसर से बचे व्यक्तियों के लिए दीर्घकालिक अनुवर्ती दिशानिर्देश। Monrovia (CA): Children's Oncology Group; वर्तमान संस्करण।

16) KDOQI Work Group. पुरानी गुर्दा बीमारी वाले बच्चों में पोषण के लिए KDOQI चिकित्सकीय अभ्यास दिशानिर्देश: 2008 अद्यतन। Am J Kidney Dis. 2009;53(3 Suppl 2):S1-S124.

17) National Kidney Foundation. बच्चों में पोषण और गुर्दा बीमारी: रोगी और परिवार के लिए शैक्षिक संसाधन। New York: National [मूल दस्तावेज़ में संदर्भ अधूरा है]।



विल्म्स कैंसर फाउंडेशन

टेलीफ़ोन: +1 (778) 514 5000
ईमेल: info@WilmsFoundation.org
वेबसाइट: www.WilmsFoundation.org
पता: Suite 2147, 712 H Street NE, Washington DC, United States, 20002.

विल्म्स कैंसर फाउंडेशन, WCF और “बचपन के गुर्दे के कैंसर को हराना” तथा “वह बीमारी जिसके बारे में आपने कभी नहीं सुना” जैसे नारे विल्म्स कैंसर फाउंडेशन के अंतरराष्ट्रीय ट्रेडमार्क हैं और कॉपीराइट द्वारा संरक्षित हैं। दस्तावेज़ की सामग्री और डिज़ाइन विल्म्स कैंसर फाउंडेशन द्वारा निर्मित हैं। © कॉपीराइट, सर्वाधिकार सुरक्षित।

कॉपीराइट कानूनों के अंतर्गत विल्म्स कैंसर फाउंडेशन की पूर्व लिखित सहमति के बिना इस दस्तावेज़ की पूर्ण या आंशिक नकल, फ़ोटोकॉपी, पुनरुत्पादन या अनुवाद नहीं किया जा सकता।

अमेरिका: पात्र 501(c)(3) कर-मुक्त संगठन | EIN: 98-3478827 | कनाडा: पंजीकृत धर्मार्थ संस्था: 756261939BC0001

© कॉपीराइट | विल्म्स कैंसर फाउंडेशन | सर्वाधिकार सुरक्षित।

सूचना श्रृंखला 3.2a (देखभालकर्ता तथ्य-पत्र: विल्म्स ट्यूमर में पोषण)

विल्म्स कैंसर फाउंडेशन **(WCF)**

विल्म्स कैंसर फाउंडेशन (WCF) एक धर्मार्थ संगठन है, जो बच्चों के गुर्दे के कैंसर (विशेष रूप से नेफ्रोब्लास्टोमा, जिसे आम तौर पर "विल्म्स" कहा जाता है) से प्रभावित बच्चों, परिवारों और स्वास्थ्य सेवा संगठनों की ज़रूरतों का समर्थन और प्रतिनिधित्व करता है। इसका उद्देश्य रोग के प्रसार से निपटने के लिए जागरूकता, शिक्षा, पक्षसमर्थन, शीघ्र पहचान, उपचार और सहायता का एक अंतरराष्ट्रीय कार्यक्रम स्थापित करना है।

WCF की यह मार्गदर्शिका केवल शैक्षिक उद्देश्यों के लिए है। यह कनाडा, संयुक्त राज्य अमेरिका और यूरोप के अंतरराष्ट्रीय बाल कैंसर चिकित्सा मानकों पर आधारित है। यदि आपको कोई चिंता या प्रश्न हो, तो किसी योग्य चिकित्सा पेशेवर से सलाह लें।

© विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO) विल्म्स कैंसर फाउंडेशन (WCF) के सहयोग से अनुमति लेकर उपयोग किया गया है। CureAll, WHO की वैश्विक बाल कैंसर पहल (GICC) का हिस्सा है। विश्व स्वास्थ्य संगठन किसी विशिष्ट संगठन, उत्पाद या सेवा का समर्थन नहीं करता।

© कॉपीराइट | विल्म्स कैंसर फाउंडेशन | सर्वाधिकार सुरक्षित।