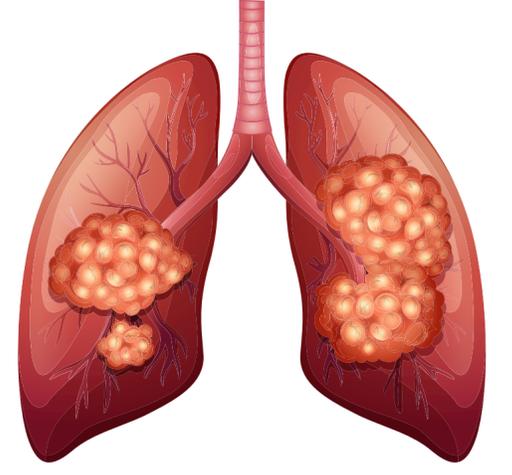


फेफड़ों का कैंसर

(Lung Cancer)

फेफड़ों में असामान्य कोशिकाओं की अनियंत्रित वृद्धि, जिससे गांठें या ट्यूमर बनते हैं



लक्षण

- लगातार खांसी जो 3 हफ्तों से अधिक बनी रहे
- सीने में दर्द, बेचैनी या सांस लेने में तकलीफ
- खून की खांसी आना
- भूख न लगना या बिना किसी कारण के वजन कम होना और थकान होना

जोखिम में कौन है



- धूम्रपान (वर्तमान या पूर्व धूम्रपान करने वाले)
- दूसरों के धुएं के संपर्क में आना
- खतरनाक रसायनों के संपर्क में आना (जैसे एस्बेस्टस, रेडॉन)
- पारिवारिक इतिहास या आयु
- क्रोनिक फेफड़ों की बीमारियाँ जैसे सीओपीडी, टीबी, फाइब्रोसिस



रोकथाम के उपाय



- धूम्रपान छोड़ें और सेकेंड-हैंड स्मोक से बचें
- हानिकारक रसायनों और वायु प्रदूषण से संपर्क कम करें
- नियमित जांच कराएं यदि आप उच्च जोखिम में हैं (जैसे लंबे समय तक धूम्रपान करने वाले)
- सक्रिय रहें और संतुलित आहार लें