लिखें लोगों पे केंद्रित कहानियां

पत्रकारों के लिए कैंसर/कर्क रोग पर संसाधन

कैंसर दुनियाभर में मृत्युओं का एक प्रमुख कारण है । 2018 में लगभग 96 लाख लोगों की मृत्यु का कारण कैंसर था। हालांकि कैंसर पे शोधों और उसके निदान और चिकित्सा पर काफी मीडिया कवरेज होती है, मगर कैंसर से प्रभावित लोगों के अनुभवों को बीमारी के खिलाफ जंग में सबसे आगे रखने की ज़रूरत है। आने वाले 'विश्व कैंसर दिवस 2020' के लिए हम आपके लिए कुछ सुझाव लेकर आए हैं जिनका उपयोग कर कैंसर से प्रभावित लोगों की आवाज़ को आगे लाया जा सकता है।

कैंसर से जुड़ी भ्रांतियां, भेद-भाव और चुप्पी

भेद-भाव के डर से जल्द-से-जल्द जांच और इलाज में बाधा पड़ सकती है। कैंसर का जल्दी निदान होने से जानें बच सकती हैं। पुरुष, महिलाएं और अन्य लोगों को भेद-भाव अलग-अलग तरह से प्रभावित करता है। हमारे समाज में अभी भी कैंसर से जुड़ी भ्रांतियां मौजूद हैं, जैसे 'कैंसर बुरे कर्मों का फल है।' कैंसर कैसे होता है, इसकी जानकारी कई लोगों को नहीं होती, और इससे कैंसर मरीज़ों और उत्तरजीवियों को अक्सर अकेलापन का सामना करना पड़ता है।

सुझाव: जिन लोगों ने कैंसर से जुड़े भेद-भाव का सामना किया है, उनके अनुभवों को अपनी लेखों में शामिल कर कलंक या भेद-भाव की भावनाओं को समाप्त करने की आवश्यकता पर प्रकाश डाला जा सकता है।

मनोस्वास्थ्य पर प्रभाव

कैंसर से जंग में शरीर पर ही नहीं, बल्कि मानसिक स्वास्थ्य पर भी प्रभाव पड़ सकता है। इसे नज़रअंदाज़ करने से अवसाद, अत्यंत दुश्चिंता यानि एंग्जायटी जैसे मनोरोग हो सकते हैं। ये मरीज़ के इलाज में बाधा डाल सकते हैं, इलाज और भी लंबे समय तक चल सकता है, या कई बार अस्पताल में भर्ती होना पड़ सकता है और जीवन की गुणवत्ता में कमी के साथ-साथ जान का खतरा भी बढ़ सकता है।

सुझाव: जिन कैंसर से प्रभावित व्यक्तियों को मनोरोग से लड़ना पड़ा है/था, उनकी चुनौतियों को अपनी लेख में मुख्यता दी जा सकती है। कैंसर मरीज़ और उनके परिवारवालों, ख़ास तौर पर दुर्गम जगहों या गांवों में रहने वालों की काउंसिलिंग की ज़रूरत पर भी प्रकाश डाला जा सकता है। जिन लोगों को काउंसलिंग का लाभ मिला और उनकी हालत में सुधार आई, उन लोगों का वर्णन भी कर कैंसर इलाज के दौरान काउंसलिंग की भूमिका को दर्शाया जा सकता है।

प्रेरणा देने वाली कहानियां

कैंसर पर विजय प्राप्त करने वाले लोगों की कहानियां दूसरों को प्रेरणा दे सकती हैं।

सुझाव: यह ज़रूरी नहीं की प्रेरणा कैंसर से विजय प्राप्त करने के बाद एवेरेस्ट की चोटी पर चढ़ने जैसी कहानियों से मिलें, कैंसर के उत्तरजीवियों ने जो सपोर्ट ग्रुप बनाए हैं जिससे वे दुसरे कैंसर मरीज़ों की सहायता करते हैं, यह भी एक प्रेरणादायक कहानी बन सकती है।

सार्वजनिक नीतियां और कल्याण योजनाएं

कैंसर इलाज के खर्च से मरीज़ और उनके परिवारवालों को आर्थिक तनाव का सामना करना पड़ता है और इससे व्यक्ति की सामाजिक स्थिति पर भी प्रभाव पड़ सकता है। राष्ट्रीय कैंसर नियंत्रण योजना और राज्य स्तर पर कैंसर से प्रभावित लोगों के लिए कल्याण योजनाओं की जानकारी मरीज़ और उनके परिवारवालों के लिए उपयोगी है।

सुझाव: रेल यात्रा रियायत जैसी योजनाओं की जानकारी को प्रभावित लोगों की जानकारी और आम लोगों में जागरूकता के लिए अपने लेख में शामिल किया जा सकता है।

प्रशामक देख-भल (पैलिएटिव केयर)

तथ्य और आंकड़े लेख के लिए उतने ही महत्त्वपूर्ण हैं जितने कि प्रभावित लोगों की आप-बीती। गांवों और दुर्गम इलाकों में प्रशामक देख-भाल की दशा के बारे में जानकारी भी ज़रूरी है।

सुझाव: वास्तविकता का वर्णन करते हुए प्रशामक देख-भाल और मनोसामाजिक देख-रेख व पुनर्सुधार की भूमिका को दर्शाया जा सकता है।

संदर्भ

1. Multiple Stakeholder Perspectives on Cancer Stigma in North India
2. A qualitative exploration of cervical and breast cancer stigma in Karnataka, India
3. Prevalence of depression and anxiety disorder in cancer patients: An institutional experience
4. Assessment of spectrum of mental disorders in cancer patients
5. Empowering cancer patients to shift their mindsets could improve care, researchers argue
6. WHO Cancer Country Profile: India

लिखें लोगों पे केंद्रित कहानियां: पत्रकारों के लिए कैंसर/कर्क रोग पर संसाधन
Translation of Centering Stories Around People: A Resource on Cancer for Journalists was developed by REACH with inputs from a journalist as part of our efforts to help improve the quality and frequency of media reporting on NCDs.
If you have any questions, please write to us at media@reachindia.org.in

REACH leading the fight against TB

LILLY GLOBAL HEALTH PARTNERSHIP

United Way