

ಪಿತ್ತರಸದ ಟ್ರ್ಯಾಕ್ಟ್ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗಳಿಗೆ ಕ್ಯಾಪೆಸಿಟಾಬೈನ್

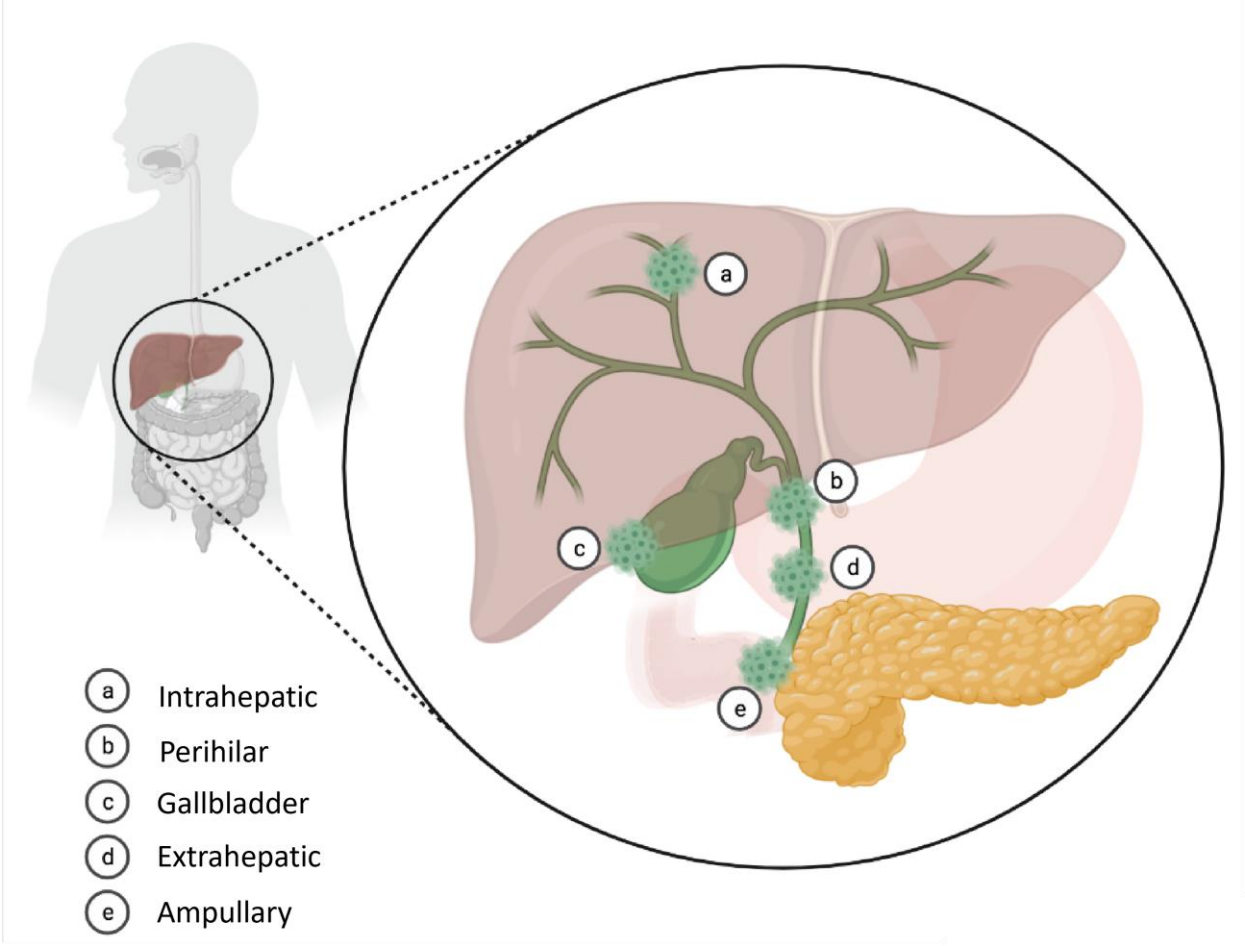
ಒಂದು ವೇಳೆ ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರು ನಿಮ್ಮ ಪಿತ್ತರಸದ ಟ್ರ್ಯಾಕ್ಟ್ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಗಳಿಗೆ ಕ್ಯಾಪೆಸಿಟಾಬೈನ್ ಕೀಮೋಥೆರಪಿ ಔಷಧವನ್ನು ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡಿದ್ದರೆ, ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಕುರಿತು ಇಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಪ್ರಮುಖ ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ನೀಡಲಾಗಿದೆ.

ಪಿತ್ತನಾಳದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್

ಪಿತ್ತನಾಳದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಒಳಪದರವನ್ನು ರೂಪಿಸುವ, ಕೊಲಾಂಜಿಯೋಸೈಟ್ಸ್ ಎಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುವ ಜೀವಕೋಶಗಳಿಂದ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಾಗುತ್ತವೆ. (ಪಿತ್ತರಸ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಈ ಕೆಳಗಡೆ ಹಸಿರು ಬಣ್ಣದಲ್ಲಿ ಚಿತ್ರಿಸಲಾಗಿದೆ). ಸಣ್ಣ ಕೊಳವೆಯಂತಿರುವ ಪಿತ್ತರಸದ ನಾಳಗಳು ಆಹಾರವನ್ನು ಜೀರ್ಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಬೇಕಾಗುವ ಪಿತ್ತರಸವನ್ನು ಯಕೃತ್ತು ಮತ್ತು ಪಿತ್ತಕೋಶದಿಂದ ಸಣ್ಣಕರುಳಿಗೆ ಒಯ್ಯುತ್ತವೆ. ಪಿತ್ತನಾಳದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಎಂದರೆ ಕೊಲಾಂಜಿಯೋಕಾರ್ಸಿನೋಮಾ, ಪಿತ್ತಕೋಶದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಮತ್ತು ಅಂಪುಲ್ಲರಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್:

- ಕೊಲಾಂಜಿಯೋಕಾರ್ಸಿನೋಮಾ ಅಥವಾ ಪಿತ್ತರಸದ ನಾಳದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನ್ನು ಮೂರು ವಿಧಗಳಲ್ಲಿ ವರ್ಗೀಕರಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ. ಈ ವರ್ಗೀಕರಣ ಪಿತ್ತರಸದ ನಾಳಗಳೊಳಗೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಎಲ್ಲಿ ನೆಲೆಗೊಂಡಿದ್ದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತದೆ:
 - ನಾಳಗಳಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ
 - ಪೆರಿಹಿಲಾರ್ ಕೊಲಾಂಜಿಯೋಕಾರ್ಸಿನೋಮಾ - ಇದು ಯಕೃತ್ತಿನ ಹೊರಗಿನ ನಾಳಗಳಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ
 - ದೂರದ/ಎಕ್ಸ್ಟ್ರಾಹೆಪಾಟಿಕ್ ಕೊಲಾಂಜಿಯೋಕಾರ್ಸಿನೋಮಾ - ಇದು ಯಕೃತ್ತಿನ ಹೊರಗಿನ ನಾಳಗಳಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ
- ಪಿತ್ತಕೋಶದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ - ಪಿತ್ತಕೋಶದ ಒಳಭಾಗದ ಜೀವಕೋಶಗಳಿಂದ ಹುಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ
- ಅಂಪುಲ್ಲರಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ - ಪಿತ್ತರಸದ ನಾಳಗಳು ಮತ್ತು ಸಣ್ಣ ಕರುಳು ಸೇರಿಕೊಳ್ಳುವ ಸ್ಥಳದಿಂದ ಹುಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ

ನಿಮಗೆ ಪಿತ್ತರಸದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಇರುವುದು ಪತ್ತೆಯಾದ ಕಾರಣ ಈ ಕರಪತ್ರವನ್ನು ನೀಡಲಾಗಿದೆ. ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರು ನೀವು ಯಾವ ಪಿತ್ತರಸದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಅನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದೀರಿ ಮತ್ತು ಅದು ಎಷ್ಟು ವಿಸ್ತರಿಸಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಚರ್ಚಿಸಿರಬಹುದು.



ಕ್ಯಾಪೆಸಿಟಾಬೈನ್ ಎಂದರೇನು?

ಕ್ಯಾಪೆಸಿಟಾಬೈನ್ ಒಂದು ಕೀಮೋಥೆರಪಿ ಔಷಧವಾಗಿದ್ದು, ಜೀವಕೋಶದ ವಿಭಜನೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಮಧ್ಯಪ್ರವೇಶಿಸುವ ಮೂಲಕ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಕೋಶಗಳನ್ನು ನಾಶಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇದರೊಂದಿಗೆ ಸಾಮಾನ್ಯ ಜೀವಕೋಶಗಳು ಕೂಡ ಹಾನಿಗೊಳಗಾಗುವುದರಿಂದ, ಇದು ಕೆಲವು ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು.

ಕ್ಯಾಪೆಸಿಟಾಬೈನ್ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ವಿಧಾನ

ಕ್ಯಾಪೆಸಿಟಾಬೈನ್ ಮಾತ್ರಗಳನ್ನು ಮೌಖಿಕವಾಗಿ (ಬಾಯಿಯಿಂದ) ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿ ಚಕ್ರದ ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ನೀವು ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಿಂದ ಕ್ಯಾಪೆಸಿಟಾಬೈನ್ ಮಾತ್ರಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುತ್ತೀರಿ. ನೀವು ಸತತ 2 ವಾರಗಳವರೆಗೆ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಕ್ಯಾಪೆಸಿಟಾಬೈನ್ ಔಷಧಿಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ಇದನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ದಿನಕ್ಕೆ ಎರಡು ಬಾರಿ, ಅಂದರೆ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ಸಂಜೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಸೂಚಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ದಿನದ ಎರಡು ಡೋಸ್ಗಳ ಮಧ್ಯಂತರವು 12 ಗಂಟೆಯದಾಗಿರುತ್ತದೆ. ನಿಮಗೆ ಸೂಕ್ತವಾದಂತೆ, ಪ್ರತಿ 10 ಅಥವಾ 11 ಗಂಟೆಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ಮಾತ್ರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು (ಆದರೆ 8 ಗಂಟೆಗಳಿಗಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಮಧ್ಯಂತರದೊಂದಿಗೆ ಎಂದಿಗೂ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಾರದು).

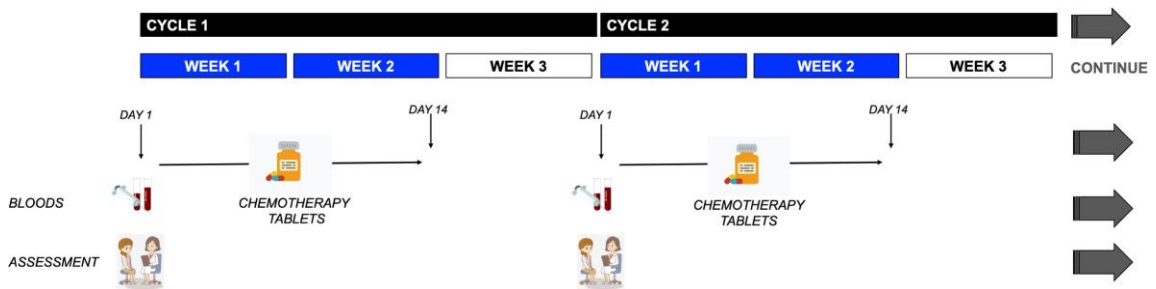
ಆಹಾರವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಿದ 30 ನಿಮಿಷಗಳ ಒಳಗೆ ಮಾತ್ರಗಳನ್ನು ಸಾಕಷ್ಟು ನೀರಿನಿಂದ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು (ಒಂದು ವೇಳೆ ಸರಿಯಾದ ಉಟವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೆ

ಲಘು ಉಪಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸಿ). ಈ ಮಾತ್ರಗಳನ್ನು ಅಗಿಯದೆ ಅಥವಾ ಪುಡಿಮಾಡದೆ ನುಂಗಬೇಕು. ನುಂಗಲು ನಿಮಗೆ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿದ್ದರೆ, ನೀವು ಅವುಗಳನ್ನು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಕರಗಿಸಬಹುದು. ನೀವು ಡೋಸ್ ಅನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಂಡರೆ, ತಪ್ಪಿದ ಡೋಸ್ ಅನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಬಿಡಿ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಸಾಮಾನ್ಯ ವೇಳಾಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿ. ಒಂದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಎರಡು ಡೋಸ್ ಅಥವಾ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಡೋಸ್ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ. ನಿಮ್ಮ ಎತ್ತರ, ತೂಕ, ವಯಸ್ಸು, ಸಾಮಾನ್ಯ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಆಧಾರವಾಗಿರುವ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸಿ ನೀವು ಸ್ವೀಕರಿಸುವ ಕ್ಯಾಪೆಸಿಟಾಬೈನ್‌ನ ನಿಖರವಾದ ಡೋಸೇಜ್ ಅನ್ನು ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರು ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತಾರೆ. ನೀವು ಪ್ರತಿ ಬಾರಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ಮಾತ್ರಗಳ ನಿಖರವಾದ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಔಷಧಿಕಾರರು ಅಥವಾ ನರ್ಸ್ ನಿಮಗೆ ತಿಳಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಕ್ಯಾಪೆಸಿಟಾಬೈನ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ವೇಳಾಪಟ್ಟಿ

ಕ್ಯಾಪೆಸಿಟಾಬೈನ್ ಅನ್ನು ನೀವು ಚಕ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಪರ್ಯಾಯಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ವೀಕರಿಸುತ್ತೀರಿ. ಕ್ಯಾಪೆಸಿಟಾಬೈನ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಪ್ರಮಾಣಿತ ವೇಳಾಪಟ್ಟಿ ಮೂರು ವಾರಗಳ ಚಕ್ರವನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತದೆ, 14 ದಿನಗಳ ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ (ದಿನ 1 ರಿಂದ ದಿನ 14 ರವರೆಗೆ), ತದನಂತರ 1 ವಾರದ ವಿಶ್ರಾಂತಿಯನ್ನು ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ (ದಿನ 15 ರಿಂದ ದಿನ 21 ರವರೆಗೆ). ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯನ್ನು ಆರಂಭಿಸುವ ಮೊದಲು, ನಿಮ್ಮ ರಕ್ತ ಪರೀಕ್ಷೆ ಮತ್ತು ಮೌಲ್ಯಮಾಪನವನ್ನು ಆಂಕೊಲಾಜಿಕಲ್ ತಂಡವು ನಡೆಸುತ್ತದೆ. ಈ ವೇಳೆ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ವೈದ್ಯರಲ್ಲಿ ವರದಿ ಮಾಡುವುದು ಮುಖ್ಯ. ನಿಮ್ಮ ಪರಿಶೀಲನೆ ಮತ್ತು ರಕ್ತ ಪರೀಕ್ಷೆಯ ವರದಿಯನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸಿದ ನಂತರ ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯ ಡೋಸ್/ವೇಳಾಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರು ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಮೊದಲ ವಾರದ ದಿನ 1 ರಂದು ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಮಾತ್ರಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಲು ನೀವು ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಬರುತ್ತೀರಿ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ವೈದ್ಯರು ನಿಮ್ಮ ಕೀಮೋಥೆರಪಿ ಅಪಾಯಿಂಟ್‌ಮೆಂಟ್‌ನ ಹಿಂದಿನ ದಿನ ರಕ್ತ ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಸಲಹೆ ಕೊಡಬಹುದು. ಕ್ಯಾಪೆಸಿಟಾಬೈನ್ ಕೀಮೋಥೆರಪಿ ಸ್ವೀಕರಿಸಲು ನೀವು ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಉಳಿಯುವ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ.

ಕ್ಯಾಪೆಸಿಟಾಬೈನ್ ಸೈಕಲ್: 2 ವಾರಗಳು, 1 ವಾರದ ರಜೆ



ಕ್ಯಾಪೆಸಿಟಾಬೈನ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಅವಧಿ

ನಿಮ್ಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಅವಧಿಯನ್ನು ವೈದ್ಯರು ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚಿಸುತ್ತಾರೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ, ಪ್ರತಿ ಕ್ಯಾಪೆಸಿಟಾಬೈನ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮೂರು ವಾರಗಳ ಚಕ್ರವನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತದೆ ಒಂದು ವೇಳೆ ನೀವು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಸಹಿಸುತ್ತಿದ್ದಲ್ಲಿ ಕನಿಷ್ಠ 8 ಚಕ್ರಗಳು ಕ್ಯಾಪೆಸಿಟಾಬೈನ್ (ಸುಮಾರು ಆರು ತಿಂಗಳುಗಳು) ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಕಾಗಬಹುದು.

ಕ್ಯಾಪೆಸಿಟಾಬೈನ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಅಡ್ಡಪರಿಣಾಮಗಳು ಯಾವುವು?

ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಅಡ್ಡಪರಿಣಾಮಗಳು ಉಂಟಾಗಬಹುದು, ಅಥವಾ ನೀವು ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದನ್ನೂ ಅನುಭವಿಸದಿರುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯೂ ಇದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮಗಳ ಆರಂಭ , ಅವಧಿ ಮತ್ತು ತೀವ್ರತೆಯನ್ನು ಊಹಿಸಬಹುದಾಗಿದೆ, ಹಾಗೂ ಅವು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ನಂತರ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ವಾಸಿಯಾಗುತ್ತವೆ. ಅಡ್ಡಪರಿಣಾಮಗಳ ತೀವ್ರತೆಯು ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇತರ ಅನೇಕ ಕಿಮೋಥೆರಪಿ ಔಷಧಿಗಳ ಹಾಗೆ, ಕ್ಯಾಪೆಸಿಟಾಬೈನ್ ಕೂಡ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಜೀವಕೋಶಗಳ ವಿಭಜನೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಸರಣ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಕ್ಷೀಣಿಸಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಜೀವಕೋಶಗಳನ್ನು ನಾಶಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ಇದೇ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ದುರದೃಷ್ಟವಶಾತ್, ಕಿಮೋಥೆರಪಿ ಔಷಧಿಗಳು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಕೋಶಗಳ ಹಾಗೂ ಸಾಮಾನ್ಯ ಜೀವಕೋಶಗಳ ನಡುವಿನ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ಗುರುತಿಸಲಾರದೆ ಸಾಮಾನ್ಯ ಜೀವಕೋಶಗಳ ಮೇಲೆ ಹಾನಿ ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದಾಗಿ, ರಕ್ತ ಕಣಗಳು, ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿರುವ ಜೀವಕೋಶಗಳು, ಹೊಟ್ಟೆ, ಕರುಳು ಮತ್ತು ಇತರಡೆಗಳಂತಹ ವೇಗವಾಗಿ ವಿಭಜಿಸುವ ಸಾಮಾನ್ಯ ಕೋಶಗಳು ಅಡ್ಡಪರಿಣಾಮಗಳಿಗೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತವೆ. ಚಿಕಿತ್ಸೆಯು ಕೊನೆಗೊಂಡ ನಂತರ, ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮಗಳು ಮತ್ತೆ ತುಂಬಾ ವೇಗವಾಗಿ ಬಿಡುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಕಡಿಮೆ ಮಾದರಿ ಕಿಮೋಥೆರಪಿ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದಾದ ಹಲವಾರು ಔಷಧಿಗಳು ಲಭ್ಯವಿವೆ .

ಕೆಲವು ಸಾಮಾನ್ಯ ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮಗಳು

ಹೆಮಾಟೊಟಾಕ್ಸಿಸಿಟಿ : ನಿಮ್ಮ ರಕ್ತ ಕಣಗಳ ಮೇಲಿನ ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮಗಳು

● ಕಡಿಮೆ ಬಿಳಿ ರಕ್ತ ಕಣಗಳು ಮತ್ತು ಸೋಂಕಿನ ಅಪಾಯ

ಕಿಮೋಥೆರಪಿಯು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸೋಂಕಿನ ವಿರುದ್ಧ ಹೋರಾಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಬಿಳಿ ರಕ್ತ ಕಣಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ (ಇದು *ನ್ಯೂಟ್ರೋಪೆನಿಯಾ ಎಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುತ್ತದೆ*). ಒಂದು ವೇಳೆ ನಿಮ್ಮ ಬಿಳಿ ರಕ್ತ ಕಣಗಳ ಎಣಿಕೆ ತುಂಬಾ ಕಡಿಮೆ ಇದ್ದಲ್ಲಿ ನಿಮಗೆ ಸೋಂಕಿನ ಅಪಾಯ ಇರುತ್ತದೆ. ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಕಿಕ್ಕಿರಿದ ಸ್ಥಳಗಳಿಂದ ಹಾಗೂ ಸೋಂಕಿತ ಜನರ ನೆಚ್ಚುಕಟ್ಟಿಕೆಯಿಂದ ದೂರವಿಡಿ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಚಕ್ರಗಳಲ್ಲಿ 10 ರಿಂದ 14 ನೇ ದಿನದ ನಡುವೆ ನಿಮ್ಮ ಬಿಳಿ ಕೋಶಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯು ಅತ್ಯಂತ ಕಡಿಮೆ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿರುವುದರಿಂದ, ಈ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಜಾಗರೂಕತೆ ವಹಿಸುವುದು ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ.

ನಿಮ್ಮ ಮುಂದಿನ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಮೊದಲು ಬಿಳಿ ಕೋಶಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯು ಸಾಮಾನ್ಯ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಮರಳುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿ ಕಿಮೋಥೆರಪಿ ಚಕ್ರದ ಮೊದಲು ವೈದ್ಯರು ನಿಮ್ಮ ಬಿಳಿ ರಕ್ತ ಕಣಗಳನ್ನು

ಪರಿಶೀಲಿಸುತ್ತಾರೆ. ನಿಗದಿತ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಲು ನಿಮಗೆ ಅನುಮತಿಸಲು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅವು ತುಂಬಾ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿದ್ದಲ್ಲಿ ಜೀವಕೋಶದ ಎಣಿಕೆಯು ಸಾಮಾನ್ಯ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಬರುವವರೆಗೆ ವೈದ್ಯರು ನಿಮ್ಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ವಿಳಂಬಗೊಳಿಸಬಹುದು.

ಸೋಂಕಿನ ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನೀವು ತಿಳಿದಿರುವುದು ಮುಖ್ಯ ಮತ್ತು ಒಂದು ವೇಳೆ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಈ ಕೆಳಗಿನ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಕಂಡುಬಂದರೆ ನೀವು ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಬೇಕಾದ ಸಹಾಯವಾಣಿ (ದೂರವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆ.....) :

- ಪ್ಯಾರಿಸಿಟಮಾಲ್ ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದರೂ ನಿಮ್ಮ ದೇಹದ ಉಷ್ಣತೆಯು 38°C (100.4°F) ಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುವುದು
- ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ನಡುಕವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದು ಅಥವಾ ಅಸ್ವಸ್ಥರಾಗುವುದು
- ಗಂಟಲು ನೋವು , ಕೆಮ್ಮು, ಅತಿಸಾರ , ಹೆಚ್ಚಾದ ಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜನೆ

● **ಕಡಿಮೆ ಕೆಂಪು ರಕ್ತಕಣಗಳು**

- ನಿಮ್ಮ ದೇಹದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಭಾಗಕ್ಕೂ ಆಮ್ಲಜನಕವನ್ನು ಸಾಗಿಸುವ ಕೆಂಪು ರಕ್ತಕಣಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯು ಕಿಮೋಥೆರಪಿಯಿಂದ ಕಡಿಮೆಯಾಗಬಹುದು. ಕೆಂಪು ರಕ್ತ ಕಣಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ತುಂಬಾ ಕಡಿಮೆಯಿದ್ದರೆ (ಇದನ್ನು ರಕ್ತಹೀನತೆ ಅಥವಾ ಆನೇಮಿಯಾ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ) ನಿಮಗೆ ಸುಸ್ತು ಹಾಗೂ ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆ ಉಂಟಾಗಬಹುದು. ಒಂದು ವೇಳೆ ನಿಮಗೆ ತೀವ್ರವಾದ ರಕ್ತಹೀನತೆ ಇದ್ದರೆ, ರಕ್ತ ವರ್ಗಾವಣೆಯ ಅಗತ್ಯ ಉಂಟಾಗಬಹುದು.

● **ಕಡಿಮೆ ಕಿರುಬಿಲ್ಲೆಗಳು(ಪ್ಲೇಟ್ಲೆಟ್‌ಗಳು) ಮತ್ತು ರಕ್ತಸ್ರಾವದ ಅಪಾಯ**

ಕಿಮೋಥೆರಪಿಯಿಂದ ಪ್ಲೇಟ್‌ಲೆಟ್‌ಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯು ಕಡಿಮೆಯಾಗಬಹುದು (ಇದನ್ನು ಥ್ರಂಬೋಸೈಟೋಪೆನಿಯಾ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ). ರಕ್ತ ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟುವಿಕೆಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಪ್ಲೇಟ್ಲೆಟ್‌ಗಳು ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿವೆ. ನಿಮ್ಮ ಪ್ಲೇಟ್‌ಲೆಟ್‌ಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ತುಂಬಾ ಕಡಿಮೆಯಿದ್ದರೆ ನೀವು ಕಿಮೋಥೆರಪಿಯನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಲು ಸೂಕ್ತರಲ್ಲ ಮತ್ತು ಪ್ಲೇಟ್‌ಲೆಟ್ ಎಣಿಕೆ ಸುಧಾರಿಸುವವರೆಗೆ ವೈದ್ಯರು ನಿಮ್ಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ವಿಳಂಬಗೊಳಿಸಬಹುದು. ಒಂದು ವೇಳೆ ನಿಮ್ಮ ಮೂಗಿನಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಒಸಡುಗಳಲ್ಲಿ ರಕ್ತಸ್ರಾವ, ಚರ್ಮದ ಮೇಲೆ ಚಿಕ್ಕ ಚಿಕ್ಕ ಕೆಂಪು ಅಥವಾ ನೇರಳೆ ಕಲೆಗಳು ಕಂಡುಬಂದಲ್ಲಿ ದಯವಿಟ್ಟು ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ತಿಳಿಸಿ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ 4 ಅಥವಾ ಹೆಚ್ಚು ಸಡಿಲವಾದ ಮಲ ಕಂಡುಬಂದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ತಿಳಿಸಿ. ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರು ನಿಮಗೆ ಅತಿಸಾರ ವಿರೋಧಿ ಮಾತ್ರಗಳನ್ನು (ಲೋಪೆರಮೈಡ್) ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರತಿ ಬಾರಿ ನಿಮಗೆ ಅತಿಸಾರವಾದಾಗ ನೀವು ಒಂದು ಲೋಪೆರಮೈಡ್ ಮಾತ್ರೆಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಸಾಕಷ್ಟು ನೀರು ಹಾಗೂ ದ್ರವಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸುವುದನ್ನು ನೆನಪಿಡಿ, ಜೊತೆಗೆ ಕಡಿಮೆ ನಾರಿನ ಅಂಶ (ಫೈಬರ್) ಇರುವ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸಿರಿ ಹಾಗೂ ಕಚ್ಚಾ ಹಣ್ಣುಗಳು, ಹಣ್ಣಿನ ರಸ, ಧಾನ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಸೇವಿಸಿರಿ. ಮದ್ಯ, ಕೆಫೀನ್, ಹಾಲಿನ ಉತ್ಪನ್ನಗಳು ಮತ್ತು ಅಧಿಕ ಕೊಬ್ಬಿನನಾಂಶ ಹೊಂದಿರುವ

ಆಹಾರಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸಬೇಡಿ : ನಿಮ್ಮ ಅಂಗ್ಯ ಅಥವಾ ಪಾದದ ಅಡಿಭಾಗದ ಚರ್ಮವು ಕೆಂಪಾಗುವ,

ನೋಯುವ, ಶುಷ್ಕವಾಗುವ ಅಥವಾ ಉದಿಕ್ಕೊಳ್ಳುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳಿವೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ, ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ

ಎರಡು ವಾರಗಳ ಮೊದಲು ಅಂಗೈ ಮತ್ತು ಪಾದದ ಅಡಿಭಾಗದ ಚರ್ಮದ ಸಿವೆಯು ಸೌಮ್ಯ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸುಲಿಯಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬಹುದು. ಜೊತೆಗೆ ಮರಗಟ್ಟುವಿಕೆ ಅಥವಾ ಜುಮ್ಮೆನಿಸುವಿಕೆಯು ಕೂಡ ಕಾಣಿಸಬಹುದು. ಈ ಮೇಲೆ ಸೂಚಿಸಿದ ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮಗಳಿಂದ ನಿಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ತೊಂದರೆ ಉಂಟಾದಲ್ಲಿ, ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚಿಸಿ ಔಷಧಿಯ ಡೋಸ್‌ಅನ್ನು ತಗ್ಗಿಸಬೇಕಾಗಬಹುದು. ಮತ್ತು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಚರ್ಮದಲ್ಲಿನ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಹೆಚ್ಚು ತೀವ್ರವಾದಾಗ, ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕಾಗಬಹುದು. ಕೈ-ಕಾಲು ಸಿಂಡ್ರೋಮ್ ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆಯ ಬಗ್ಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು "ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಸಲಹೆಗಳು" [ಬಿಳಿಯಲ್ಲಿ ಸಲಹೆಗಳು](#) ಸಲಹೆಯುಗಳನ್ನು ಅನುಷ್ಠಿಸಿ ಉಜ್ಜುವುದರಿಂದ ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಹುಣ್ಣು ಹಾಗೂ ಕ್ರಿಮಿಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು. ಬಾಯಿ ಹುಣ್ಣುಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಅಥವಾ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಲು ಮೃದುವಾದ ಹಲ್ಲುಜ್ಜುವ ಬ್ರಷ್ ಅನ್ನು ಬಳಸಿ ಮತ್ತು 1/2 ರಿಂದ 1 ಟೀಚಮಚ ಅಡಿಗೆ ಸೋಡಾವನ್ನು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಬೆರೆಸಿ ದಿನಕ್ಕೆ ಮೂರು ಬಾರಿ ತೊಳೆಯಿರಿ (ಅಥವಾ ಸಾಮಾನ್ಯ ಮೌತ್ಪಾಶ್ ಬಳಸಬಹುದು). ಕಿತ್ತಳೆ, ನಿಂಬೆಹಣ್ಣು ಮತ್ತು ದ್ರಾಕ್ಷಿಹಣ್ಣುಗಳಂತಹ ಆಮ್ಲೀಯ ಆಹಾರಗಳನ್ನು ತ್ಯಜಿಸುವುದು ಉತ್ತಮ. ನೀವು ಹುಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರೆ ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರು ಅಥವಾ ದಾದಿಯರಿಗೆ ತಿಳಿಸಿ, ಅವರು ಬಾಯಿ ಹುಣ್ಣುಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಅಥವಾ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. [ವಿಷಯ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ](#) : ಒಂದು ವೇಳೆ ನಿಮ್ಮ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾದ ಯಕ್ಕತ್ತಿನ [ಕಿಣ್ಣುಗಳು \(ಟ್ರಾನ್ಸ್ಮಿಮಿನೋಸಿಸ್\) ಕಂಡುಬಂದಲ್ಲಿ](#) ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ ಕಿಮೋಥೆರಪಿ ಡೋಸ್ ಅನ್ನು ಸರಿಹೊಂದಿಸುತ್ತಾರೆ . ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಈ ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮದಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಚಟುವಟಿಕೆ ಅಥವಾ ಶಕ್ತಿಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ವ್ಯತ್ಯಾಸವು ಉಂಟಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಆಯಾಸ : ಒಂದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕಂಡುಬರುವ ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮ, ಇದು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಬಹುದು.

ಹಸಿವಿಲ್ಲದಿರುವುದು : ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಹಸಿವು ಕಡಿಮೆಯಾಗಬಹುದು. ನೀವು ಒಂದು ದಿನ ಅಥವಾ ಎರಡು ದಿನಗಳವರೆಗೆ ಹೆಚ್ಚು ತಿನ್ನದಿದ್ದರೆ ಚಿಂತಿಸಬೇಡಿ. ಹಸಿವು ಕಡಿಮೆಯಿದ್ದರೂ ನಿಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಆಹಾರವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದು ಮುಖ್ಯ.

ರಕ್ತ ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟುವಿಕೆ : ನಿಮ್ಮ ಕಾಲುಗಳು ಉದಿಕ್ಕೊಂಡಿದ್ದರೆ, ಕೆಂಪಾಗಿದ್ದರೆ ಮತ್ತು ನೋಯುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆ ಕಂಡುಬಂದಲ್ಲಿ ತಕ್ಷಣ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ಸಹಾಯವಾಣಿಯನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ.

ಕೆಲವು ಅಸಾಮಾನ್ಯ ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮಗಳು

ಜ್ವರದಂತಹ ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳು : ನಿಮ್ಮ ಕಿಮೋಥೆರಪಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಅಥವಾ ಸ್ವಲ್ಪ

ಸಮಯದ ನಂತರ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಕಂಡುಬರಬಹುದು :

- ಶೀತ ಅಥವಾ ನಡುಕದ ಭಾವನೆ
- ಜ್ವರ
- ತಲೆನೋವು
- ಸ್ನಾಯು ನೋವು
- ಆಯಾಸ

ವಾಕರಿಕೆ : ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ವಾಕರಿಕೆಯೊಂದಿಗೆ ವಾಂತಿ ಉಂಟಾಗಬಹುದು. ಇದನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಔಷಧಿಗಳಿಂದ ಚೆನ್ನಾಗಿ ನಿಯಂತ್ರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ನಿಮಗೆ ವಾಕರಿಕೆ ಅಥವಾ ವಾಂತಿ ಅನಿಸದಿದ್ದರೂ ಸಹ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ, ಏಕೆಂದರೆ ವಾಕರಿಕೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾದ ನಂತರ ಅದನ್ನು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡುವುದಕ್ಕಿಂತ, ಅದನ್ನು ತಡೆಯುವುದು ಸುಲಭ. ನೀವು ದಿನಕ್ಕೆ ಒಂದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಬಾರಿ ಅನಾರೋಗ್ಯದಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದರೆ ತಕ್ಷಣ ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಅಥವಾ ನರ್ಸ್ ಅನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ.

ಹೊಟ್ಟೆ ನೋವು : ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಮಂದವಾದ ನೋವು ಅಥವಾ ಸೆಳೆತ, ಜೊತೆಗೆ ವಾಯು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕೀಮೋಥೆರಪಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದೆ. ಒಂದು ವೇಳೆ ನೀವು ನಿರಂತರ, ತೀಕ್ಷ್ಣವಾದ ನೋವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದರೆ ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ.

ಮಲಬದ್ಧತೆ : ಮಲಬದ್ಧತೆಯು ಎರಡು/ಮೂರು ದಿನಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಇದ್ದರೆ ನಿಮಗೆ ವಿರೇಚಕ ಔಷಧಿಗಳು ಬೇಕಾಗಬಹುದು. ನಾರಿನಂಶವಿರುವ ಆಹಾರಗಳನ್ನು (ತರಕಾರಿಗಳು, ಹಣ್ಣುಗಳು, ಹೋಲ್ಗೆನ್ ಬ್ರೆಡ್) ತಿನ್ನುವುದು ಮತ್ತು ದಿನದಲ್ಲಿ ಕನಿಷ್ಠ 2-3 ಲೀಟರ್ ನೀರನ್ನು ಕುಡಿಯುವುದು ಮಲಬದ್ಧತೆಯಿಂದ ಪರಿಹಾರ ನೀಡುವುದು.

ತಲೆನೋವು : ತಲೆನೋವು ಸಂಭವಿಸಿದಲ್ಲಿ, ನೀವು ಪ್ರ್ಯಾಸಿಟಮಾಲ್ಮಾಂತಹ ನೋವು ನಿವಾರಕಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಶರೀರದ ಉತ : ಕೀಮೋ ಥೆರಪಿಯಿ ದಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ನೀರಿನ ಅಂಶ ಹೆಚ್ಚಾಗ ಬಹುದು. ಇದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ತೂಕ ಹೆಚ್ಚಾಗಬಹುದು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಮುಖ ಅಥವಾ ಮೊಣಕಾಲುಗಳು ಉದಿಕ್ಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ನಿಮ್ಮ ಕಾಲುಗಳನ್ನು ಕುಶನ್ ಮೇಲೆ ಇರಿಸುವುದರಿಂದ ಉತವು ಕಾಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ನಂತರ ಉತವು ಉಪಶಮನಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ನಿದ್ರಾಯಹೀನತೆ: ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆಯ ಮೇರೆಗೆ ನಿದ್ರೆಗೆ ಸಹಕರಿಸುವ ಮಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಅರೆನಿದ್ರಾವಸ್ಥೆಗಳು ಅಥವಾ ಮಂಪರು: ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯಿಂದ ನಿಮಗೆ ತುಂಬಾ ನಿದ್ರೆ (ನಿದ್ರೆ) ಮತ್ತು ಆಯಾಸ ಉಂಟಾಗಬಹುದು. ನೀವು ತುಂಬಾ ನಿದ್ರಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ, ವಾಹನವನ್ನು ಓಡಿಸಬೇಡಿ ಹಾಗೂ ಯಂತ್ರೋಪಕರಣಗಳನ್ನು ನಡೆಸಬೇಡಿ.

ಕೂದಲು ಉದುರುವಿಕೆ : ನಿಮ್ಮ ಕೂದಲು ತೆಳ್ಳಗಾಗಬಹುದು, ಆದರೆ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಕೂದಲನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿಲ್ಲ.

ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಔಷಧಿ

ಯಾವುದೇ ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತಿಳಿಸಿರಿ. ಈ ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ಉಪಯುಕ್ತ ಔಷಧಿಗಳಿವೆ.

ನಾನು ನನ್ನ ಎಲ್ಲಾ ಸಾಮಾನ್ಯ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು

ಮುಂದುವರಿಸಬೇಕೇ?

ಹೌದು, ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಸಾಮಾನ್ಯ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಬೇಕು.

ದಯವಿಟ್ಟು ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ಹಾಗೂ ಆಂಕೊಲಾಜಿ ತಂಡಕ್ಕೆ ನೀವು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವ ಎಲ್ಲಾ

Generated by Dr MG Prete and Dr C Braconi (oncologists) based on information developed by Macmillan Cancer Support and used with permission. Revised by Ms J Milne (nurse), Ms H Morement (patient representative). Translated by Dr Prasad Vasanth Acharya, Dr D C Doval, Dr Maneesh Sharma, Dr Venkata Pradeep Babu K. Indian Coordinator: Dr Venkata Pradeep Babu K Translation project coordinator: Dr. R Casolino

ಔಷಧಗಳ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ನೀಡುವುದನ್ನು ಮರೆಯದಿರಿ.

ನಾನು ಜ್ವರ ಲಸಿಕೆಯನ್ನು ಹೊಂದಬಹುದೇ?

ಹೌದು, ನಿಮ್ಮ ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವ ಮೊದಲು ನೀವು ಫ್ಲೂ ಲಸಿಕೆಯನ್ನು ಹೊಂದುವಂತೆ ಸಲಹೆ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಒಂದು ವೇಳೆ ನೀವು ಈಗಾಗಲೇ ನಿಮ್ಮ ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ್ದರೆ, ವ್ಯಾಕ್ಸಿನೇಷನ್ ಮಾಡಲು ಉತ್ತಮ ಸಮಯವನ್ನು ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚಿಸಿ.

ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಸಲಹೆಗಳು

- ನಿಮ್ಮ (ಕಿಡ್ನಿ) ಮೂತ್ರಪಿಂಡಗಳ ರಕ್ಷಣೆಗಾಗಿ ದಿನಕ್ಕೆ ಕನಿಷ್ಠ 2 ಲೀಟರ್ ನೀರನ್ನು ಸೇವಿಸಿ.
- ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸಿ. ವಾಕರಿಕೆಯನ್ನು ತಗ್ಗಿಸಲು ಕಡಿಮೆ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಬಾರಿ ಬಾರಿ ಆಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸಿ. ಕೊಬ್ಬಿನ ಅಥವಾ ಹುರಿದ ಆಹಾರವನ್ನು ಮಿತವಾಗಿ ಸೇವಿಸಿ. ಆಗತ್ಯವಿದ್ದಲ್ಲಿ ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆಯಂತೆ ವಾಕರಿಕೆ ನಿಯಂತ್ರಕ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.
- ಶೇಖರಣೆ ಮಾಡುವಾಗ ರಕ್ತಸ್ರಾವ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಎಲೆಕ್ಟ್ರಿಕ್ ರೇಜರ್ ಬಳಸಿ ಮತ್ತು ಮೃದುವಾದ ಟೂತ್ ಬ್ರಷ್ ಉಪಯೋಗಿಸಿ.
- ಸೂರ್ಯನಿಗೆ ಒಡ್ಡಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ. SPF 15 (ಅಥವಾ ಹೆಚ್ಚಿನ) ಸನ್‌ಬ್ಲಾಕ್ ಮತ್ತು ರಕ್ಷಣಾತ್ಮಕ ವಸ್ತ್ರ ಧರಿಸಿ.
- ನೀವು ಮಂಪರು, ಅರೆನಿದ್ರಾವಸ್ಥೆ ಅಥವಾ ತಲೆತಿರುಗುವಿಕೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬಹುದು; ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ವಾಹನವನ್ನು ಓಡಿಸಬೇಡಿ ಹಾಗೂ ಯಂತ್ರೋಪಕರಣಗಳನ್ನು ನಡೆಸಬೇಡಿ
- ಸಾಕಷ್ಟು ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆಯಿರಿ.
- ಕೈ-ಕಾಲುಗಳ ಸಿನ್ಥೋಮ್ ತಡೆಯಲು:
 - ನಿಮ್ಮ ಕೈ ಮತ್ತು ಪಾದದ ಅಡಿಗಳನ್ನು ಘರ್ಷಣೆ, ಒತ್ತಡ ಮತ್ತು ಶಾಖಕ್ಕೆ ಒಡ್ಡಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿ.
 - ಬಿಸಿನೀರಿನೊಂದಿಗೆ ದೀರ್ಘಾವಧಿಯ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ.
 - ಪಾತ್ರೆಯನ್ನು ತೊಳೆಯುವಾಗ ರಬ್ಬರ್ ಕೈಗವಸುಗಳನ್ನು ಬಳಸಬೇಡಿ. ಏಕೆಂದರೆ ಇದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಅಂಗೈಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಬೆಚ್ಚವಾಗಿ ಹಾನಿಗೊಳಗಾಗಬಹುದು.
 - ನಿಮ್ಮ ಅಂಗೈ ಮತ್ತು ಪಾದಗಳ ಚರ್ಮದ ಸಿಪ್ಪೆ ಸುಲಿಯುವಿಕೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ದೀರ್ಘ ನಡಿಗೆ ಅಥವಾ ಜಿಗಿತಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ.
 - ನಿಮ್ಮ ಕೈಯನ್ನು ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಹಿಂಡುವ ಗೃಹೋಪಯೋಗಿ ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ಬಳಸಬೇಡಿ.
 - ಕೈ ಮತ್ತು ಕಾಲುಗಳ ಮೇಲೆ ಅತಿಯಾಗಿ ಲೋಷನ್ ಉಜ್ಜುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ. ಚರ್ಮದಲ್ಲಿ ಆದಷ್ಟು ತೇವಾಂಶವನ್ನು ಇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ವೈದಿಯೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚಿಸಿ ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ, ಚರ್ಮವನ್ನು ಮೃದುಗೊಳಿಸುವ ಕ್ರೀಮ್ ಮತ್ತು ನೋವು ನಿವಾರಕ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಫಡೆಯಿರಿ
- ನಿಮ್ಮ ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವ ಮೊದಲು, ನೀವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವ ಯಾವುದೇ ಔಷಧಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ತಿಳಿಸಿ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅಡ್ಡಪರಿಣಾಮಗಳು ನಿಮ್ಮ ಔಷಧಿಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿರಬಹುದು.
- ನಿಮ್ಮ ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳು ತೀವ್ರವಾಗಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ 24 ಗಂಟೆಗಳ ನಂತರ ಸುಧಾರಿಸದಿದ್ದರೆ, ಆಸ್ಪತ್ರೆಯನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಲು ಹಿಂಜರಿಯಬೇಡಿ.
- ರಕ್ತಹಪ್ಪುಗಟ್ಟುವಿಕೆಯ ಲಕ್ಷಣಗಳಿಗೆ ಗಮನ ಕೊಡಿ: ನೋವು, ತೋಳು ಅಥವಾ ಕಾಲಿನ ಊತ, ಕಂಪಾಗುವಿಕೆ, ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆ ಅಥವಾ ಎದೆ ನೋವು ಕಂಡುಬಂದಲ್ಲಿ ತಕ್ಷಣ ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ.
- ಕೀಮೋಥೆರಪಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಾಗ ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರ ಅನುಮತಿಯಿಲ್ಲದೆ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ವ್ಯಾಕ್ಸಿನ್‌ನೇಷನ್ (ಲಸಿಕೆ) ಅನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಡಿ.
- ನೀವು ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿಯ ವಯೋಮಾನದ ಮಹಿಳೆಯಾಗಿದ್ದರೆ:
 - ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವ ಮೊದಲು ನೀವು ಗರ್ಭಿಣಿಯಾಗಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ಗರ್ಭಿಣಿಯಾಗಿರುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದ್ದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ತಿಳಿಸಿ
 - ಕೀಮೋಥೆರಪಿ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಗರ್ಭಿಣಿಯಾಗುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ

- ಕಿಮೊಥೆರಪಿ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಸ್ತನ್ಯಪಾನ ಮಾಡಬೇಡಿ

ಆಸ್ಪತ್ರೆಯನ್ನು ಯಾವಾಗ ಸಂಪರ್ಕಿಸಬೇಕು?

ನಿಮ್ಮ ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳು ತೀವ್ರವಾಗಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ 24 ಗಂಟೆಗಳ ನಂತರ ಸುಧಾರಿಸದಿದ್ದರೆ, ಆಸ್ಪತ್ರೆಯನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಲು ಹಿಂಜರಿಯಬೇಡಿ.

ಆಸ್ಪತ್ರೆ ತುರ್ತು ಸಂಪರ್ಕ:

ನಾನು ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಎಲ್ಲಿ ಪಡೆಯಬಹುದು?

ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು ನೀವು **ESMO**ನ **ಬಿಲ್ಯಾಟ್ರಿಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗಿಗಳ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿ** ಮತ್ತು **AMMF ಕೊಲಂಬಿಯೋಕಾರ್ಸಿನೋಮ ಚಾರಿಟಿಜಾಲತಾಣ**ಗಳನ್ನು ಫ್ರಿಶೀಲಿಸಬಹುದು. ಕೆಳಗೆ ಸಂಬಂಧಿತ ಲಿಂಕ್ ಅನ್ನು ನೀಡಲಾಗಿದೆ :

<https://www.esmo.org/for-patients/patient-guides/biliary-tract-cancer>

<https://ammf.org.uk/patient-guide/>