

ਬਿਲੀਰੀ ਟ੍ਰੈਕਟ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਕੈਪੀਸੀਟਾਬਾਈਨ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਨੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਕੈਪੀਸੀਟਾਬਾਈਨ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਇੱਥੇ ਇਸ ਦਵਾਈ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਇਸ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਕੁਝ ਪਹਿਲੂ ਹਨ।

ਬਿਲੀਰੀ ਟ੍ਰੈਕਟ ਕੈਂਸਰ

ਬਿਲੀਰੀ ਟ੍ਰੈਕਟ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਸੈੱਲਾਂ ਤੋਂ ਵਿਕਸਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ (ਜਿਸਨੂੰ ਕੋਲੈਂਜੀਓਸਾਈਟਸ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਜੋ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬਿਲੀਰੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੀ ਪਰਤ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ (ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਤਸਵੀਰ ਵਿੱਚ ਹਰੇ ਰੰਗ ਵਿੱਚ ਦਰਸਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ)। ਬਿਲੀਰੀ ਨਲਕਾਵਾਂ ਛੋਟੀਆਂ ਟਿਊਬਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਪਿਤ ਨੂੰ ਲੈ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਜੋ ਕਿ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਹਜ਼ਮ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਗਰ ਅਤੇ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਤੋਂ ਛੋਟੀ ਅੰਤੜੀ ਵਿੱਚ।

ਬਿਲੀਰੀ ਟ੍ਰੈਕਟ ਕੈਂਸਰ ਕੋਲੈਂਜੀਓਕਾਰਸੀਨੋਮਾ, ਪਿੱਤੇ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਅਤੇ ਐਂਪੁਲਰੀ ਕੈਂਸਰ ਹਨ:

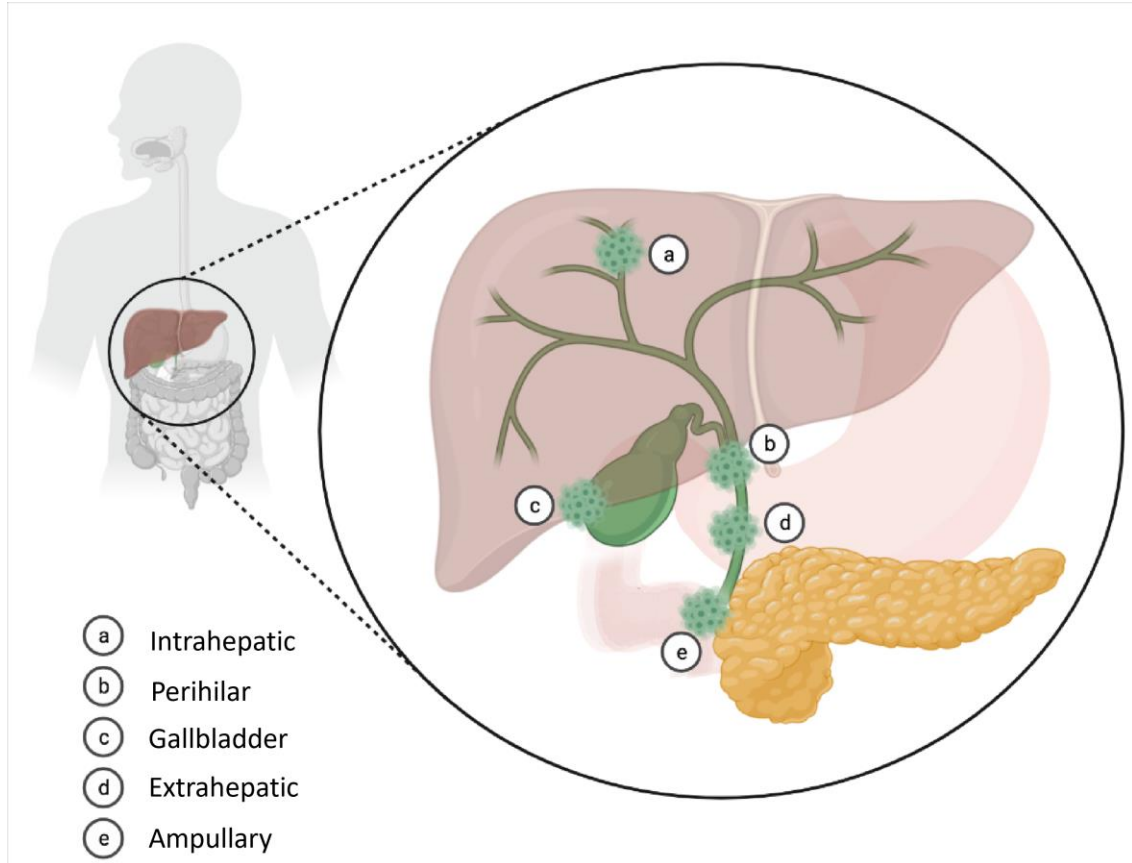
- ਕੋਲੈਂਜੀਓਕਾਰਸੀਨੋਮਾ - ਜਿਸ ਨੂੰ ਬਾਇਲ ਡੈਕਟ ਕੈਂਸਰ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਤਿੰਨ ਕਿਸਮਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼੍ਰੇਣੀਬੱਧ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਕਿੱਥੇ ਪਿਤ ਨਲਕਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵਿਕਸਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ:

- ਇੰਟਰਾ-ਹੈਪੇਟਿਕ ਕੋਲੈਂਜੀਓਕਾਰਸੀਨੋਮਾ - ਜਦੋਂ ਕੈਂਸਰ ਜਿਗਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦੀਆਂ ਨਲੀਆਂ ਵਿੱਚ ਵਿਕਸਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ
- ਪੈਰੀਹਿਲਰ ਕੋਲੈਂਜੀਓਕਾਰਸੀਨੋਮਾ - ਜਦੋਂ ਇਹ ਜਿਗਰ ਦੇ ਬਿਲਕੁਲ ਬਾਹਰ ਨਲੀਆਂ ਵਿੱਚ ਵਿਕਸਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ
- ਡਿਸਟਲ/ਐਕਸਟ੍ਰਾਹੈਪੇਟਿਕ ਕੋਲੈਂਜੀਓਕਾਰਸੀਨੋਮਾ - ਜਦੋਂ ਇਹ ਜਿਗਰ ਤੋਂ ਦੂਰ ਨਲਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵਿਕਸਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ

- ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ - ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਦੀ ਪਰਤ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ

- ਐਂਪੁਲਰੀ ਕੈਂਸਰ - ਬਾਇਲ ਨਲਕਿਆਂ ਅਤੇ ਛੋਟੀ ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਦੇ ਜੋੜ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਪਰਚਾ ਇਸ ਲਈ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਿਲੀਰੀ ਟ੍ਰੈਕਟ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਓਨਕੋਲੋਜਿਸਟ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਇਹ ਚਰਚਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਹੜਾ ਬਿਲੀਰੀ ਟ੍ਰੈਕਟ ਕੈਂਸਰ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਕਿੰਨਾ ਵਧਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ।



ਕੈਪੀਸੀਟਾਬਾਈਨ ਕੀ ਹੈ?

ਕੈਪੀਸੀਟਾਬਾਈਨ ਇੱਕ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦਵਾਈ ਹੈ ਜੋ ਸੈੱਲ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਤੀ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਦਖਲ ਦੇ ਕੇ ਟਿਊਮਰ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਮਾਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਆਮ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਕੁਝ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਕੈਪੀਸੀਟਾਬਾਈਨ ਕਿਵੇਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?

ਕੈਪੀਸੀਟਾਬਾਈਨ ਨੂੰ ਜੁਬਾਨੀ (ਮੂੰਹ ਦੁਆਰਾ) ਗੋਲੀਆਂ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਰੇਕ ਚੱਕਰ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਹਸਪਤਾਲ ਦੀ ਫਾਰਮੇਸੀ ਤੋਂ ਕੈਪੀਸੀਟਾਬਾਈਨ ਗੋਲੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਣਗੀਆਂ। ਤੁਸੀਂ ਲਗਾਤਾਰ 2 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਲਈ ਘਰ ਵਿੱਚ ਕੈਪੀਸੀਟਾਬਾਈਨ ਲਓਗੇ। ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਦੋ ਵਾਰ, ਸਵੇਰ ਅਤੇ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਲੈਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਆਦਰਸ਼ ਖੁਰਾਕ ਅੰਤਰਾਲ ਹਰ 12 ਘੰਟਿਆਂ ਬਾਅਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਜੇਕਰ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਵਧੇਰੇ ਅਨੁਕੂਲ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਹਰ 10 ਜਾਂ 11 ਘੰਟਿਆਂ ਬਾਅਦ ਗੋਲੀਆਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ (ਪਰ 8 ਘੰਟਿਆਂ ਤੋਂ ਘੱਟ ਦੇ ਅੰਤਰਾਲ ਨਾਲ ਕਦੇ ਨਹੀਂ)।

ਗੋਲੀਆਂ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਦੇ 30 ਮਿੰਟਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਕਾਫ਼ੀ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਲਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ (ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸਹੀ ਭੋਜਨ ਨਹੀਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਸਨੈਕ ਠੀਕ ਰਹੇਗਾ)। ਆਦਰਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਹਨਾਂ ਗੋਲੀਆਂ ਨੂੰ ਚਬਾਏ ਜਾਂ ਕੁਚਲਣ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਨਿਗਲ ਜਾਣਾ

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 Priyanshu Choudhary, Dr Saloni pahwa, Dr Tamizholi s, Dr Garima Durga. Indian Coordinator:
Dr Venkata Pradeep babu K, Translation project coordinator: Dr. R Casolino.

ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਿਗਲਣ ਵਿੱਚ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਘੁਲ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਖੁਰਾਕ ਭੁੱਲ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਭੁੱਲੀ ਹੋਈ ਖੁਰਾਕ ਨੂੰ ਛੱਡ ਦਿਓ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਆਮ ਅਨੁਸੂਚੀ ਨਾਲ ਜਾਰੀ ਰੱਖੋ। ਇੱਕੋ ਸਮੇਂ ਦੇ ਖੁਰਾਕਾਂ ਜਾਂ ਵਾਧੂ ਖੁਰਾਕਾਂ ਨਾ ਲਓ।

ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਡੀ ਉਚਾਈ, ਭਾਰ, ਉਮਰ, ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸਥਿਤੀਆਂ ਸਮੇਤ ਕਈ ਕਾਰਕਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਕੈਪੀਸੀਟਾਬਾਈਨ ਦੀ ਸਹੀ ਖੁਰਾਕ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕਰੇਗਾ। ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਰ ਵਾਰ ਲੈਣ ਵਾਲੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ ਦੀ ਸਹੀ ਸੰਖਿਆ ਦੱਸੇਗਾ।

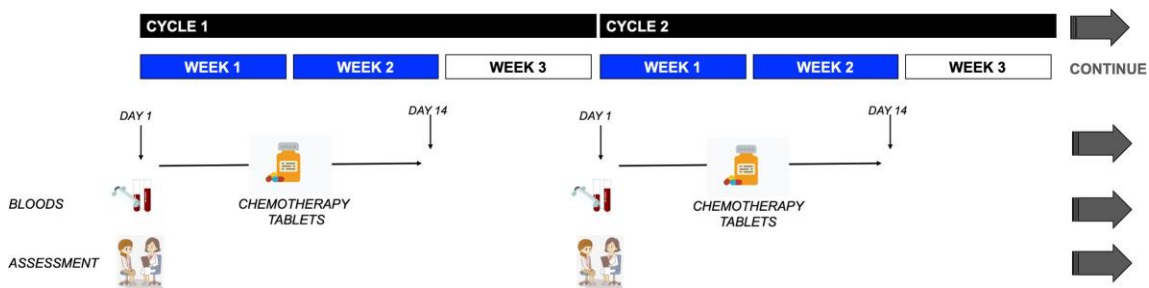
ਕੈਪੀਸੀਟਾਬਾਈਨ ਇਲਾਜ ਦੀ ਸਮਾਂ-ਸੂਚੀ

ਤੁਸੀਂ ਇਲਾਜ ਦੇ ਚੱਕਰਾਂ ਵਿੱਚ ਕੈਪੀਸੀਟਾਬਾਈਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋਗੇ। ਕੈਪੀਸੀਟਾਬਾਈਨ ਇਲਾਜ ਦੀ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ ਤਿੰਨ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਦੇ ਚੱਕਰ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ 14 ਦਿਨਾਂ ਦੀ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ (ਦਿਨ 1 ਤੋਂ ਦਿਨ 14 ਤੱਕ), ਇੱਕ ਹਫ਼ਤੇ ਦਾ ਆਰਾਮ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦੇ ਹਰੇਕ ਚੱਕਰ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਵਿੱਚ, ਓਨਕੋਲੋਜੀ ਟੀਮ ਦੁਆਰਾ ਤੁਹਾਡਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦੇ ਹਰੇਕ ਚੱਕਰ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਤੁਹਾਡਾ ਖੂਨ ਦਾ ਟੈਸਟ ਹੋਵੇਗਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਓਨਕੋਲੋਜੀਕਲ ਟੀਮ ਇਹ ਜਾਂਚ ਕਰੇਗੀ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਚੱਕਰ ਲਈ ਸਿਹਤਮੰਦ ਹੋ ਜਾਂ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਖਰੀ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਿਸੇ ਵੀ ਲੱਛਣ ਅਤੇ ਸਮੱਸਿਆ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਤਾਂ ਜੋ ਖੁਰਾਕ ਸਮਾਜੂਚੀ, ਦੀ ਤਬਦੀਲੀ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ ਅਤੇ ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ।

ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦੇ ਹਰੇਕ ਚੱਕਰ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ ਦਿਨ 1 ਨੂੰ, ਤੁਸੀਂ ਮੁਲਾਂਕਣ ਲਈ ਡਾਕਟਰ/ਨਰਸ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਅਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ ਇਕੱਠੀਆਂ ਕਰਨ ਲਈ ਹਸਪਤਾਲ ਆਵੇਗੇ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਕਈ ਵਾਰ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਡੀ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਤੋਂ ਇੱਕ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਪੀ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਵਿੱਚ ਖੂਨ ਲੈਣ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਟੀਮ ਤੁਹਾਡੇ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਫ਼ੋਨ ਦੁਆਰਾ ਤੁਹਾਡਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗੀ।

ਕੈਪੀਸੀਟਾਬਾਈਨ ਚੱਕਰ: 2 ਹਫ਼ਤੇ ਚਾਲੂ, 1 ਹਫ਼ਤੇ ਦੀ ਛੁੱਟੀ



ਕੈਪੀਸੀਟਾਬਾਈਨ ਇਲਾਜ ਦੀ ਮਿਆਦ

ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਦੀ ਮਿਆਦ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰੇਗਾ। ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਹਰੇਕ ਕੈਂਪੀਸੀਟਾਬਾਈਨ ਚੱਕਰ ਤਿੰਨ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੱਕ ਚੱਲੇਗਾ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਲਾਜ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬਰਦਾਸ਼ਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੈਂਪੀਸੀਟਾਬਾਈਨ ਦੇ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 8 ਚੱਕਰ (ਲਗਭਗ ਛੇ ਮਹੀਨੇ) ਮਿਲਣਗੇ।

ਕੈਂਪੀਸੀਟਾਬਾਈਨ ਇਲਾਜ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕੀ ਹਨ?

ਇਸ ਇਲਾਜ ਦੇ ਜਾਣੇ-ਪਛਾਣੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹਨ, ਪਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਨਾ ਕਰੋ। ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਇਲਾਜ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹ ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਕਿ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਅਕਸਰ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ, ਮਿਆਦ ਅਤੇ ਤੀਬਰਤਾ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਅਨੁਮਾਨਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ; ਉਹ ਲਗਭਗ ਹਮੇਸ਼ਾ ਉਲਟਾਉਣਯੋਗ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਚਲੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦਵਾਈਆਂ ਵਾਂਗ, ਕੈਂਪੀਸੀਟਾਬਾਈਨ ਸੈੱਲ ਵਿਭਾਜਨ ਅਤੇ ਪ੍ਰਸਾਰ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਦੇ ਕਾਰਨ ਕੈਂਸਰ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਮਾਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਬਦਕਿਸਮਤੀ ਨਾਲ, ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦਵਾਈਆਂ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਸੈੱਲਾਂ ਅਤੇ ਆਮ ਸੈੱਲਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਅੰਤਰ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨ ਦੇ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ, ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਆਮ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਮਾਰ ਦੇਵੇਗੀ ਜੇ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵੰਡ ਰਹੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਖੂਨ ਦੇ ਸੈੱਲ, ਮੂੰਹ ਦੇ ਸੈੱਲ, ਪੇਟ, ਅੰਤੜੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਥਾਂ, ਜੋ ਕਿ ਕੁਝ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਵਾਰ ਇਲਾਜ ਖਤਮ ਹੋਣ 'ਤੇ, ਉਹ ਆਮ ਸੈੱਲ ਵਾਪਸ ਵਧਣਗੇ ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਹੋਣਗੇ।

ਇੱਥੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ ਜੋ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਘੱਟ ਕਰਨ ਲਈ ਲਈਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ

ਹੇਮਾਟੋਟੋਕਸਿਟੀ: ਤੁਹਾਡੇ ਖੂਨ ਦੇ ਸੈੱਲਾਂ 'ਤੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ

• ਚਿੱਟੇ ਰਕਤਾਣੂਆਂ ਦੀ ਘੱਟ ਗਿਣਤੀ ਅਤੇ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦਾ ਖਤਰਾ

ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਅਕਸਰ ਚਿੱਟੇ ਰਕਤਾਣੂਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਨਾਲ ਲੜਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਚਿੱਟੇ ਲਹੂ ਦੇ ਸੈੱਲਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੈ (ਇਸ ਨੂੰ ਨਿਊਟ੍ਰੋਪੇਨੀਆ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦਾ ਖਤਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਸਮੇਂ, ਅਜਿਹੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਸਾਵਧਾਨ ਰਹਿਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਜੋ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦੇ ਇਸ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਵਧਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਭੀੜ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਜਾਂ ਜ਼ੁਕਾਮ ਵਾਲੇ ਲੋਕ।

ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦੇ ਹਰੇਕ ਚੱਕਰ ਦੇ 10ਵੇਂ ਦਿਨ ਅਤੇ 14ਵੇਂ ਦਿਨ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਤੁਹਾਡੇ ਚਿੱਟੇ ਸੈੱਲਾਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਸਭ ਤੋਂ ਘੱਟ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ, ਇਹਨਾਂ ਦਿਨਾਂ ਦੌਰਾਨ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦੇ ਜੋਖਮ ਤੋਂ ਬਚਣਾ ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਹਰ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਚੱਕਰ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹਰ ਵਾਰ ਤੁਹਾਡੇ ਚਿੱਟੇ ਰਕਤਾਣੂਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੇਗਾ। ਤੁਹਾਡੇ ਅਗਲੇ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਚਿੱਟੇ ਸੈੱਲਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਾਪਸ ਆ ਜਾਵੇਗੀ। ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ ਅਜਿਹਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਨੁਸੂਚਿਤ ਇਲਾਜ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦੇਣ ਲਈ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਨੂੰ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਦੇਰੀ ਕਰੇਗਾ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਸੈੱਲ ਗਿਣਤੀ ਆਮ ਵਾਂਗ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ।

ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਹਸਪਤਾਲ (ਫੋਨ ਨੰਬਰ) ਦੀ ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਦੇ ਹੋ:

- ਪੈਰਾਸੀਟਾਮੇਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ, ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ 38°C (100.4°F) ਤੋਂ ਵੱਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਚਾਨਕ ਕੰਬਣੀ ਜਾਂ ਬੀਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਖਰਾਸ਼, ਖੰਘ, ਦਸਤ, ਵਾਰ-ਵਾਰ ਪਿਸ਼ਾਬ ਆਉਣਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ

• ਲਾਲ ਰਕਤਾਣੂਆਂ ਦੀ ਘੱਟ ਸੰਖਿਆ

ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਲਾਲ ਰਕਤਾਣੂਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਨੂੰ ਘਟਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਲਾਲ ਰਕਤਾਣੂਆਂ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਹਰ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਆਕਸੀਜਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਲਾਲ ਰਕਤਾਣੂਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੈ (ਇਸ ਨੂੰ ਅਨੀਮੀਆ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਥਕਾਵਟ ਅਤੇ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਅਨੀਮੀਆ ਗੰਭੀਰ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖੂਨ ਚੜ੍ਹਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ।

• ਪਲੇਟਲੈਟਸ ਦੀ ਘੱਟ ਸੰਖਿਆ ਅਤੇ ਜਖਮ ਜਾਂ ਖੂਨ ਵਗਣ ਦਾ ਜੋਖਮ

ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਪਲੇਟਲੈਟਸ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਨੂੰ ਘਟਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪਲੇਟਲੈਟਸ ਖੂਨ ਦੇ ਥੱਕੇ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਫਾਇਦੇਮੰਦ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਲੇਟਲੈਟਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੈ (ਇਸ ਨੂੰ ਥ੍ਰੋਮਬੋਸੋਪੀਨੀਆ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਪਲੇਟਲੈਟਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਹੋਣ ਤੱਕ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਨੂੰ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਦੇਰੀ ਕਰੇਗਾ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਸੱਟ ਜਾਂ ਖੂਨ ਵਗ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਨੱਕ ਵਗਣਾ, ਮਸੂੜਿਆਂ ਤੋਂ ਖੂਨ ਵਹਿਣਾ, ਚਮੜੀ 'ਤੇ ਛੋਟੇ ਲਾਲ ਜਾਂ ਜਾਮਨੀ ਧੱਬੇ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰੋ।

ਦਸਤ: ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਵਿੱਚ 4 ਜਾਂ ਵੱਧ ਢਿੱਲੇ ਮਲ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਟੀਮ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਸਤ ਵਿਰੋਧੀ ਗੋਲੀਆਂ (ਲੋਪਰਮਾਈਡ) ਦੇਵੇਗਾ। ਹਰ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਢਿੱਲੀ ਮੇਸ਼ਨ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਲੋਪਰਮਾਈਡ ਟੈਬਲੇਟ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਗੁੰਮ ਹੋਏ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸਾਰਾ ਪਾਣੀ ਪੀਣਾ ਯਾਦ ਰੱਖੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਸਤ ਲੱਗਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਘੱਟ ਫਾਈਬਰ ਵਾਲਾ ਭੋਜਨ ਖਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕੱਚੇ ਫਲ, ਫਲਾਂ ਦਾ ਰਸ, ਅਨਾਜ ਅਤੇ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸ਼ਰਾਬ, ਕੈਫੀਨ, ਦੁੱਧ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥ ਅਤੇ ਉੱਚ ਚਰਬੀ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਹੈਂਡ-ਫੁੱਟ ਸਿੰਡਰੋਮ: ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥ ਜਾਂ ਪੈਰ ਝੁਲਸਣ ਵਾਂਗ ਲਾਲ, ਦੁਖਦਾਈ, ਸੁੱਕੇ ਜਾਂ ਸੁੱਜ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਹਥੇਲੀਆਂ ਅਤੇ ਤਲੀਆਂ 'ਤੇ ਚਮੜੀ ਢਿੱਲਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹਲਕੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਅਤੇ ਘੱਟ ਹੀ ਇਲਾਜ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਤੋਂ ਦੋ ਹਫ਼ਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥਾਂ ਜਾਂ ਪੈਰਾਂ 'ਤੇ ਸੁੰਨ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਝਰਨਾਹਟ ਦੇ ਨਾਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਅਜਿਹੇ ਲੱਛਣਾਂ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਇਹ ਚਰਚਾ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਉਹ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕਿਵੇਂ ਵਿਘਨ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਹੈਂਡ-ਫੁੱਟ ਸਿੰਡਰੋਮ ਲਈ ਦਵਾਈ ਦੀ ਖੁਰਾਕ ਵਿੱਚ ਕਟੌਤੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਈ ਵਾਰ, ਜਦੋਂ ਚਮੜੀ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਵਧੇਰੇ ਗੰਭੀਰ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਇਲਾਜ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਹੈਂਡ-ਫੁੱਟ ਸਿੰਡਰੋਮ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਵਿੱਚ ਰੋਕਥਾਮ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਹੇਠਾਂ "ਇਲਾਜ ਦੌਰਾਨ ਸੁਝਾਅ" ਭਾਗ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਸਲਾਹ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਅਤੇ ਪੈਰਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰੋ।

ਮੂੰਹ ਦੇ ਫੇੜੇ : ਕੀਟਾਨੂਆਂ ਦੇ ਵਧਣ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਖਾਣਾ ਖਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਪਣੇ ਦੰਦਾਂ ਨੂੰ ਬੁਰਸ਼ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਮੂੰਹ ਦੇ ਫੇੜਿਆਂ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਜਾਂ ਇਲਾਜ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਨਰਮ ਟੁੱਥਬ੍ਰਸ਼ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ 1/2 ਤੋਂ 1 ਚਮਚਾ ਬੇਕਿੰਗ ਸੋਡਾ (ਜਾਂ ਇੱਕ ਆਮ ਮਾਊਥਵਾਸ਼) ਵਿੱਚ ਮਿਲਾਏ ਗਏ ਨਾਲ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਤਿੰਨ ਵਾਰ ਕੁਰਲੀ ਕਰੋ। ਸੰਤਰੇ, ਨਿੰਬੂ ਅਤੇ ਅੰਗੂਰ ਵਰਗੇ ਤੇਜ਼ਾਬ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨਾਂ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰਨਾ ਬਿਹਤਰ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫੇੜੇ ਹਨ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨੂੰ ਦੱਸੋ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਮੂੰਹ ਦੇ ਫੇੜੇ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਜਾਂ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਲਿਵਰ ਐਂਜ਼ਾਈਮ ਦਾ ਵਧਣਾ: ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਟ੍ਰਾਂਸਮੀਨੇਸਜ਼ (ਜਿਹਾਗਰ ਦੁਆਰਾ ਬਣਾਏ ਗਏ ਪ੍ਰੋਟੀਨ) ਵੱਡੇ ਹੋਏ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਪਣੀ ਗਤੀਵਿਧੀ ਜਾਂ ਊਰਜਾ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਫਰਕ ਨਹੀਂ ਦੇਖ ਸਕੋਗੇ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਖੂਨ ਦੇ ਟੈਸਟਾਂ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਉਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦੀ ਖੁਰਾਕ ਨੂੰ ਅਨੁਕੂਲ ਕਰਨਾ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।

ਥਕਾਵਟ: ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਹੀ ਆਮ ਮਾੜਾ ਪ੍ਰਭਾਵ, ਜੋ ਇਲਾਜ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਵਧ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਭੁੱਖ ਨਾ ਲਗਨਾ: ਚਿੰਤਾ ਨਾ ਕਰੋ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਜਾਂ ਦੋ ਦਿਨ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨਹੀਂ ਖਾਂਦੇ।

ਖੂਨ ਦਾ ਗਤਲਾ ਹੋਣਾ: ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੱਤਾਂ ਸੁੱਜੀਆਂ, ਲਾਲ ਅਤੇ ਦੁਖਦੀਆਂ ਹਨ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਾਹ ਚੜ੍ਹਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਕੁਝ ਘੱਟ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ

ਫਲੂ ਵਰਗੇ ਲੱਛਣ: ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਇਲਾਜ ਦੌਰਾਨ ਜਾਂ ਥੋੜ੍ਹੀ ਦੇਰ ਬਾਅਦ ਅਨੁਭਵ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਗਰਮ, ਠੰਡਾ ਜਾਂ ਕੰਬਣੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ
- ਬੁਖਾਰ
- ਸਿਰ ਦਰਦ
- ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ
- ਥਕਾਵਟ

ਜੀ ਕੱਚਾ ਹੋਣਾ: ਕਈ ਵਾਰ ਉਲਟੀਆਂ ਦੇ ਨਾਲ, ਪਰ ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦਵਾਈਆਂ ਦੁਆਰਾ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਲਟੀਆਂ ਵਿਰੋਧੀ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਨਾ ਕਰੋ ਕਿਉਂਕਿ ਇੱਕ ਵਾਰ

ਬਿਮਾਰੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਸਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਦੀ ਬਜਾਏ ਇਸਨੂੰ ਰੋਕਣਾ ਆਸਾਨ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਾਰ ਬਿਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਪੇਟ ਵਿੱਚ ਦਰਦ: ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੇਟ ਫੁੱਲਣ ਦੇ ਨਾਲ ਮੱਧਮ ਦਰਦ ਜਾਂ ਕੜਵੱਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਗਾਤਾਰ ਤੇਜ਼ ਦਰਦ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਕਬਜ਼: ਉੱਚ ਫਾਈਬਰ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ (ਸਬਜ਼ੀਆਂ, ਫਲ, ਹੋਲਮੇਲ ਬਰੈੱਡ) ਖਾਣਾ ਅਤੇ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 2 ਲੀਟਰ ਪਾਣੀ ਪੀਣਾ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਵਾਈ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੇਕਰ ਇਹ ਕਬਜ਼ ਦੋ/ਤਿੰਨ ਦਿਨਾਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਲਈ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

ਸਿਰ ਦਰਦ: ਜੇਕਰ ਅਜਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਪੈਰਾਸੀਟਾਮੋਲ ਵਰਗੀਆਂ ਦਰਦ ਨਿਵਾਰਕ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਤੁਹਾਡਾ ਨਿਰਮਾਣ: ਤੁਹਾਡਾ ਭਾਰ ਵਧ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਚਿਹਰਾ ਜਾਂ ਗਿੱਟੇ ਜਾਂ ਲੱਤਾਂ ਮੁੱਜ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੱਤਾਂ ਨੂੰ ਗੱਦੀ 'ਤੇ ਰੱਖਣਾ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਇਲਾਜ ਖਤਮ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸੋਜ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ।

ਸੌਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ: ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਨੀਂਦ ਦੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਸੂਸਤੀ: ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਹੁਤ ਨੀਂਦ ਅਤੇ ਥਕਾਵਟ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨੀਂਦ ਆਉਂਦੀ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਗੱਡੀ ਨਾ ਚਲਾਓ ਅਤੇ ਮਸ਼ੀਨਰੀ ਨੂੰ ਸੰਚਾਲਿਤ ਨਾ ਕਰੋ।

ਵਾਲਾਂ ਦਾ ਝੜਨਾ: ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਲ ਪਤਲੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਇਹ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਵਾਲ ਗੁਆਓਗੇ।

ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਦਵਾਈ

ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ; ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਲਈ ਲਾਭਦਾਇਕ ਦਵਾਈਆਂ ਹਨ।

ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਆਮ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਣਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਹਾਂ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਆਮ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਂਦੇ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਐਨਕੋਲੋਜੀ ਟੀਮ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰੋ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਸਲਾਹ ਦੇ ਸਕਣ।

ਕੀ ਮੈਂ ਫਲੂ ਦਾ ਟੀਕਾਕਰਨ ਕਰਵਾ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

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 Priyanshu Choudhary, Dr Saloni pahwa, Dr Tamizholi s, Dr Garima Durga. Indian Coordinator:
Dr Venkata Pradeep babu K, Translation project coordinator: Dr. R Casolino.

ਹਾਂ, ਇਹ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਫਲੂ ਦਾ ਟੀਕਾਕਰਨ ਕਰਵਾ ਲਓ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਆਪਣੀ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਜੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਸਮੇਂ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਲਾਜ ਦੌਰਾਨ ਸੁਝਾਅ

- ਬਹੁਤ ਸਾਰਾ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਪੀਓ (ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 2 ਲੀਟਰ ਪ੍ਰਤੀ ਦਿਨ) ਆਪਣੇ ਗੁਰਦਿਆਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰੋ।
- ਚੰਗੀ ਪੋਸ਼ਣ ਬਣਾਈ ਰੱਖੋ। ਥੋੜ੍ਹਾ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਖਾਣਾ ਖਾਣ ਨਾਲ ਮਤਲੀ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਚਰਬੀ ਵਾਲੇ ਜਾਂ ਤਲੇ ਹੋਏ ਭੋਜਨਾਂ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਰੋਗ ਵਿਰੋਧੀ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਸ਼ੇਵ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਇਲੈਕਟ੍ਰਿਕ ਰੇਜ਼ਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਅਤੇ ਖੂਨ ਵਗਣ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਨਰਮ ਟੁੱਬਬ੍ਰਸ਼ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।
- ਸੂਰਜ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਤੋਂ ਬਚੋ। SPF 15 (ਜਾਂ ਵੱਧ) ਸਨਬਲਾਕ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵਾਲੇ ਕੱਪੜੇ ਪਾਓ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੁਸਤੀ ਜਾਂ ਚੱਕਰ ਆਉਣੇ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ; ਡ੍ਰਾਈਵਿੰਗ ਕਰਨ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਕੰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਸਾਵਧਾਨੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਕੈਪੀਸੀਟਾਬਾਈਨ ਪ੍ਰਤੀ ਤੁਹਾਡੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਦਾ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ।
- ਬਹੁਤ ਸਾਰਾ ਆਰਾਮ ਕਰੋ।
- ਹੱਥ-ਪੈਰ ਸਿੰਡਰੋਮ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ:
 - ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਅਤੇ ਪੈਰਾਂ ਨੂੰ ਰਗੜ, ਦਬਾਅ ਅਤੇ ਗਰਮੀ ਤੋਂ ਬਚਾਓ।
 - ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਸੰਪਰਕ ਤੋਂ ਬਚੋ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬਰਤਨ ਧੋਣ, ਲੰਬੇ ਸ਼ਾਵਰ ਜਾਂ ਟੱਬ ਵਿੱਚ ਇਸ਼ਨਾਨ।
 - ਬਰਤਨ ਧੋਣ ਵਾਲੇ ਦਸਤਾਨੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ ਕਿਉਂਕਿ ਰਬੜ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਹਥੇਲੀਆਂ ਦੀ ਚਮੜੀ ਨੂੰ ਗਰਮ ਰੱਖ ਸਕਦਾ ਹੈ।
 - ਆਪਣੇ ਤਲੀਆਂ 'ਤੇ ਚਮੜੀ ਦੇ ਛਿੱਲਣ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਲੰਬੀ ਸੈਰ ਜਾਂ ਛਾਲ ਮਾਰਨ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ।
 - ਬਾਗ/ਘਰੇਲੂ ਸੰਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥ ਨੂੰ ਸਖ਼ਤ ਸੜਾ 'ਤੇ ਨਿਚੋੜਦੇ ਹਨ।
 - ਹੱਥਾਂ ਅਤੇ ਪੈਰਾਂ 'ਤੇ ਲੋਸ਼ਨ ਰਗੜਨ ਤੋਂ ਬਚੋ ਪਰ ਚਮੜੀ ਨੂੰ ਨਮੀ ਰੱਖੋ।
- ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਦਰਦ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਦੇਣ ਲਈ ਇਮੋਲੀਐਂਟ ਕਰੀਮਾਂ ਅਤੇ ਦਰਦ ਨਿਵਾਰਕ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਦਵਾਈ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰੋ।
- ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ।
- ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਦਵਾਈ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ। ਕਈ ਵਾਰ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਨਾ ਕਿ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਨਾਲ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣ ਗੰਭੀਰ ਹਨ ਜਾਂ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਬਾਅਦ ਸੁਧਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਤਾਂ ਹਸਪਤਾਲ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਤੋਂ ਝਿਜਕੋ ਨਾ।
- ਖੂਨ ਦੇ ਥੱਕੇ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦਿਓ: ਦਰਦ, ਲਾਲੀ, ਬਾਂਹ ਜਾਂ ਲੱਤ ਦੀ ਸੋਜ, ਸਾਹ ਚੜ੍ਹਨਾ ਜਾਂ ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਦਰਦ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਲੱਛਣ ਹਨ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

- ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਲੈਂਦੇ ਸਮੇਂ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਕਿਸਮ ਦਾ ਟੀਕਾਕਰਨ ਨਾ ਕਰੋ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਬੱਚੇ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਦੀ ਉਮਰ ਦੀ ਔਰਤ ਹੋ:
 - ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ ਜਾਂ ਇਹ ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰੋ।
 - ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦੌਰਾਨ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚੋ
 - ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦੌਰਾਨ ਛਾਤੀ ਦਾ ਦੁੱਧ ਨਾ ਦਿਓ

ਹਸਪਤਾਲ ਨਾਲ ਕਦੋਂ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਹੈ?

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣ ਗੰਭੀਰ ਹਨ ਜਾਂ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਬਾਅਦ ਸੁਧਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਤਾਂ ਹਸਪਤਾਲ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਤੋਂ ਝਿਜਕੋ ਨਾ।

ਹਸਪਤਾਲ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸੰਪਰਕ:

ਮੈਨੂੰ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿੱਥੋਂ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਬਿਲੀਰੀ ਟ੍ਰੈਕਟ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ESMO ਵੈੱਬਸਾਈਟ: ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਗਾਈਡ ਅਤੇ ਏ ਐੱਮ ਐੱਮ ਐੱਫ ਦ ਕੋਲੋਜੀਓਕਾਰਸੀਨੋਮਾ ਚੈਰਿਟੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਤੁਸੀਂ ਹੇਠਾਂ ਸੰਬੰਧਿਤ ਲਿੰਕ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹੋ:

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

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