# بیلیری ٹریکٹ کینسر کے لیے کیپسیٹابائن

اگر آپکے ڈاکٹر نے آپکے کینسر کے علاج کے لیے کیپسیٹابائن تجویز کی ہے تو، یہاں اس دوا کے بارے میں کچھ اہم معلومات اور اس سے متعلق کچھ پہلو ہیں۔

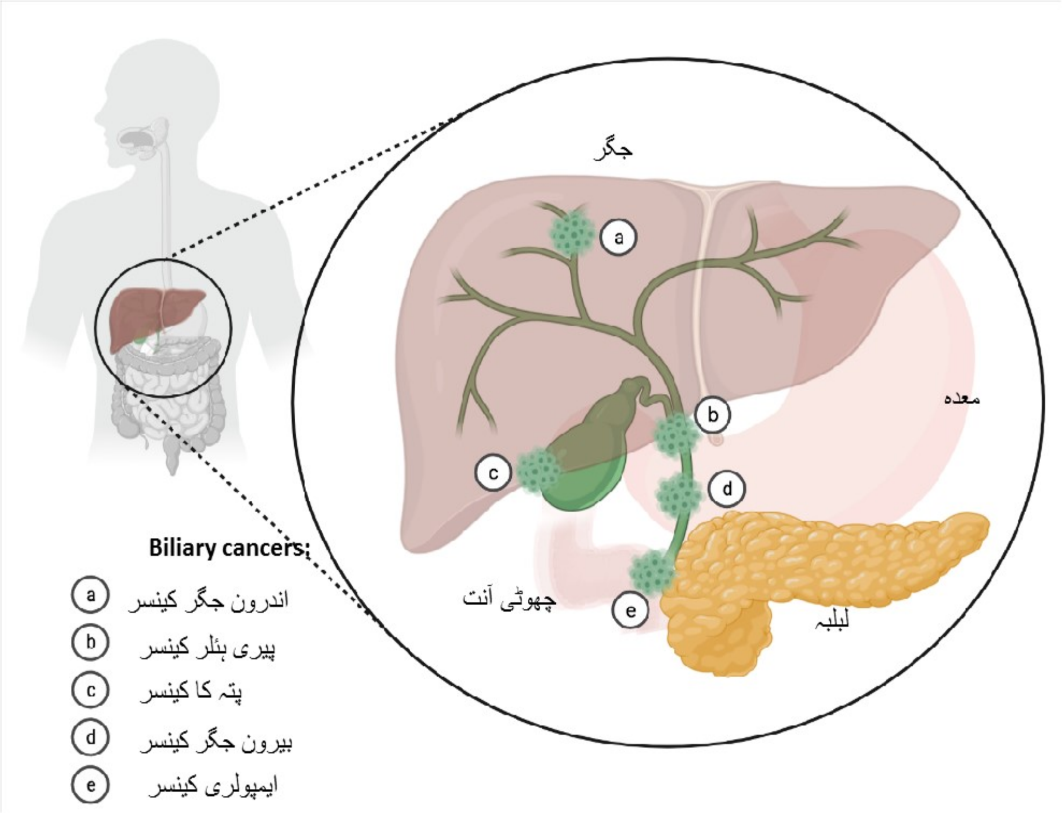
## بلیری ٹریکٹ کینسر

بلیری ٹریکٹ کے کینسر ان خلیوں سے پیدا ہوتے ہیں (جنہیں کولینجیوسائٹس کہتے ہیں) جو عام طور پر بیلیری سسٹم کی پرت بناتے ہیں (جسے نیچے دی گئی تصویر میں سبز رنگ میں دکھایا گیا ہے)۔ بیلیری نلیاں چھوٹی ٹیوبیں ہیں جو پت کو جگر اور پتے سے چھوٹی آنت میں لے جاتی ہیں -

بلیری ٹریکٹ کینسر کی عام اقسام کولینجیو کارسینوما ، پتے کا کینسر اور امپولری کینسر ہیں:

- **Cholangiocarcinoma کولینجیو کارسینوما** - جسے بائل ڈکٹ کینسر بھی کہا جاتا ہے۔اس کینسر کو تین اقسام میں درجہ بندی کیا گیا ہے ، اس پر انحصار کرتے ہوئے کہ پت کی نالیوں میں یہ کہاں پیدا ہوتا ہے۔
  1. **intrahepatic cholangiocarcinoma (اندرون جگر)**- جب کینسر جگر کے اندر کی نالیوں میں پیداھوتا ہے۔
  2. **perihilar cholangiocarcinoma (پیری ہئلر)** - جب یہ جگر کے بالکل باہر نالیوں میں پیدا ہوتا ہے۔
  3. **ڈسٹل/ایکسٹرا ہیپیٹک کولینجیوکارسینوما (بیرون جگر)**-جب یہ جگر سے مزید دور نالیوں میں پیدا ہوتا ہے۔
- **Gall bladder cancer پتے کا کینسر**- پتے کی پرت سے پیدا ہوتا ہے۔
- **Ampullary cancerامپولری کینسر** - پت کی نالیوں اور چھوٹی آنتوں کے درمیان والی جگہ سے پیدا ہوتا ہے۔

Generated by Dr MG Prete and Dr C Braconi (oncologists). Revised by Ms J Milne (nurse), Ms H Morement (patient representative). Translated by Dr Sani Ul Hassan and Dr Noor ul Ain Azam. Translation project coordinator: Dr. R Casolino.




آپ کو یہ کتابچہ اس لیے دیا گیا ہے کہ آپ کو بلیری ٹریکٹ کینسر کی تشخیص ہوئی ہے۔آپ کا آنکولوجسٹ آپ کو بتا سکتا ہے کہ آپ کو بلیری ٹریکٹ کا کونسا کینسر ہے اور یہ کتنا پھیلا ہوا ہے۔

## کیپسیٹابائن کیا ہے؟

Capecitabine ایک کیموتھراپی دوا ہے جو کینسرکے خلیوں کو مار دیتی ہے۔ تاہم ، کیونکہ یہ عام خلیوں کو بھی نقصان پہنچا سکتا ہے ، یہ کچھ ضمنی اثرات پیدا کرسکتا ہے۔

**کیپسیٹابائن کیسے دی جاتی ہے؟** Capecitabine کو منہ سے گولیوں کے طور پر لیا جاتا ہے۔ آپ کو ہر سائیکل کے آغاز پرہسپتال کی فارمیسی سے گولیوں میں کیپسیٹابائن ملے گی۔ آپ مسلسل دو ہفتوں تک گھر پرکیپسیٹابائن لیں گے۔ یہ عام طور پر دن میں دو بار ، صبح اور شام تجویز کیا جاتا ہے۔

Generated by Dr MG Prete and Dr C Braconi (oncologists). Revised by Ms J Milne (nurse), Ms H Morement (patient representative). Translated by Dr Sani Ul Hassan and Dr Noor ul Ain Azam. Translation project coordinator: Dr. R Casolino.

مثالی خوراک کا وقفہ ہر 12 گھنٹے ہے ،اگر آپ کے لیے زیادہ موزوں ہے تو آپ ہر 10 یا 11گھنٹے میں گولیاں لے سکتے ہیں (لیکن 8 گھنٹے سے کم کے وقفے کے ساتھ کبھی نہیں)۔

کھانے کے 30 منٹ کے اندر گولیاں کافی مقدار میں پانی کے ساتھ لینی چاہیے۔ مثالی طور پر ان گولیوں کو چبائے یا کچلے بغیر نگل لینا چاہیے ، لیکن اگر آپ کو نگلنے میں دشواری ہو تو آپ انہیں پانی میں تحلیل کر سکتے ہیں۔ اگر آپ کو کوئی خوراک لینا بھول جائیں تو ، چھوٹی ہوئی خوراک کو چھوڑ دیں اور اپنے معمول کو جاری رکھیں۔ ایک ہی وقت میں دو خوراکیں یااضافی خوراکیں نہ لیں۔

آپ کا ڈاکٹر کیپسیٹابائن کی صحیح خوراک کا فیصلہ کرے گا جو آپ کو کئی عوامل کی بنیاد پرملے گا جس میں آپ کا قد ، وزن ، عمراور عمومی صحت شامل ہیں۔ فارماسسٹ آپکو بتائے گا کہ گولیوں کی کتنی تعداد آپ کو ہر بار لینی ہے۔

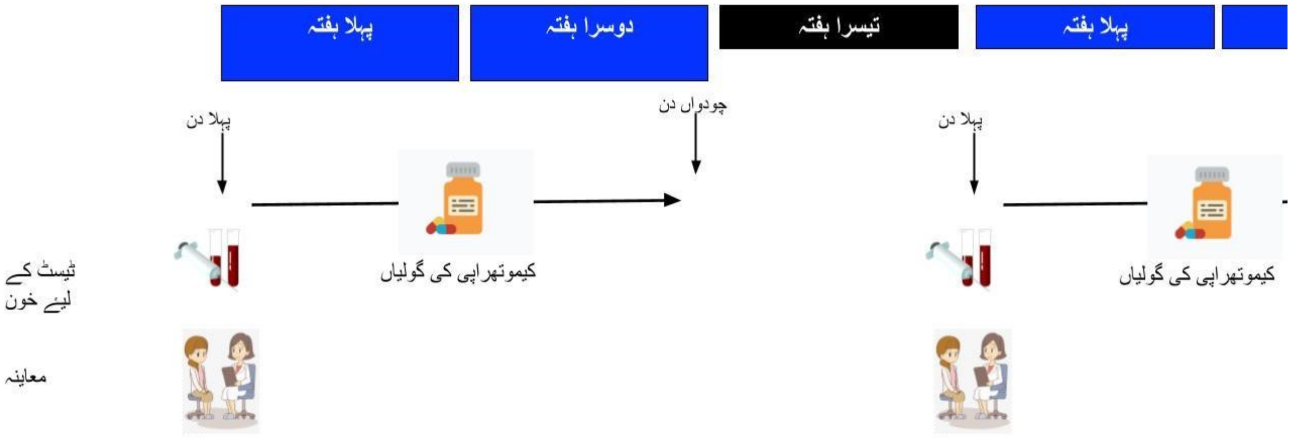
**کیپسیٹابائن علاج کا شیڈول:**

کیپسیٹابائن کے علاج کامعیاری شیڈول تین ہفتوں پر مشتمل ہے، جس میں 14 دن کیموتھراپی(پہلے دن سے چودھویں دن تک)،اور سات دن آرام ہے۔ کیموتھراپی کے ہر چکر یامرحلے کے آغاز پر ، آپ کا آنکولوجی ٹیم کے ذریعےمعائنہ کیا جائے گا۔ کیموتھراپی کے ہر سیشن سے پہلے ، آپ کے خون کا ٹیسٹ ہوگا اور آپ کی آنکولوجیکل ٹیم چیک کرے گی کہ آپ اپنے کیموتھراپی سائیکل کے قابل ہیں یا نہیں۔ یہ ضروریہے کہ آپ اپنی آخری مشاورت کے بعد سے کسی بھی علامات اور مسائل کی اطلاع دیں تاکہ خوراک/شیڈول کو ایڈجسٹ کیا جا سکے۔

کیموتھریپی کے ہر چکر کے پہلے ہفتے کے پہلے دن ، آپ ہسپتال میں ڈاکٹر/نرس سے معائنےکے لئے ملنے آئیں گے اور اپنی گولیاں وصول کریں گے۔ کیموتھراپی کے لیے آپ کو ہسپتال میں رہنے کی ضرورت نہیں ہوگی۔

Generated by Dr MG Prete and Dr C Braconi (oncologists). Revised by Ms J Milne (nurse), Ms H Morement (patient representative). Translated by Dr Sani Ul Hassan and Dr Noor ul Ain Azam. Translation project coordinator: Dr. R Casolino.

## کیپسیٹابائن سائیکل: 2 ہفتے آن ، 1 ہفتہ چھٹی۔




## کیپسیٹابین علاج کی مدت

ڈاکٹر آپ کے ساتھ آپ کے علاج کی مدت پر تبادلہ خیال کرے گا۔ عام طور پر ، اگر آپ علاج کو اچھی طرح برداشت کر رہے ہیں تو آپکو کم از کم 8 سائیکل کیپسیٹابائن (تقریبا six چھ ماہ) ملیں گے۔

## کیپسیٹابائن علاج کے مضر اثرات کیا ہیں؟

بہت سی دوسری کیموتھراپی ادویات کی طرح ، کیپسیٹابائن کینسر کے خلیوں کو مار دیتی ہے کیونکہ سیل ڈویژن اور پھیلاؤ کو روکنے کی صلاحیت رکھتی ہےاور بدقسمتی سے ، کیموتھراپی کی دوائیں کینسر کے خلیوں اور عام خلیوں کے درمیان فرق کو پہچاننے کے قابل نہیں ہیں۔ لہذا ، کیموتھراپی ان عام خلیوں کو بھی مار ڈالے گی جو تیزی سے تقسیم ہو رہے ہیں ، جیسے خون کے خلیات ، منہ کے خلیات ، پیٹ ، آنتوں اور دیگر جگہوں پر ، جوکہ مختلف ضمنی اثرات کا سبب بنتا ہے۔ یاد رکھیں کہ اکثر ضمنی اثرات علاج کے بعد مکمل طور پر چلے جاتے ہیں بہت سی ادویات دستیاب ہیں جو کیموتھراپی کے دوران لی جاسکتی ہیں تاکہ آپ کے کسی بھی مضر اثرات کے اثرات کو کنٹرول اور کم کیا جاسکے۔

**کچھ عام ضمنی اثرات:**

**خون کے خلیوں پر منفی اثرات :**

Generated by Dr MG Prete and Dr C Braconi (oncologists). Revised by Ms J Milne (nurse), Ms H Morement (patient representative). Translated by Dr Sani Ul Hassan and Dr Noor ul Ain Azam. Translation project coordinator: Dr. R Casolino.

کیموتھراپی اکثر سفید خون کے خلیوں کی تعداد کو کم کرتی ہے ، جوعام طور پر آپ کو انفیکشن سے لڑنے میں مدد دیتے ہیں۔ اگر آپ کے سفید خون کے خلیوں کی تعداد بہت کم ہے (جسے نیوٹروپینیا کہا جاتا ہے) آپ کو انفیکشن کا خطرہ ہوسکتا ہے۔ لہذا ، ان حالات سے بچنے کے لیے محتاط رہنا ضروری ہے جو انفیکشن کے اس خطرے کو بڑھا سکتے ہیں ، جیسے ہجوم والی جگہوں پرجانا یا نزلہ زکام والے لوگوں کے ساتھ میل جول۔ چونکہ آپ کے سفید خلیوں کی تعداد آپ کے کیموتھراپی کےبعد 10 اور دن 14 کے درمیان سب سے کم ہونے کا امکان ہے ،لہٰذا ان دنوں میں انفیکشن کے خطرے سے بچنا خاص طور پر ضروری ہے۔ آپ کا ڈاکٹر ہر بار کیموتھراپی سے پہلے آپ کے سفید خون کے خلیوں کی جانچ کرے گا۔ ۔ سفید خلیوں کی تعداد عام طور پر آپ کے اگلے سائکل سے پہلے معمول پر آجائے گی۔ بعض اوقات یہ ہو سکتا ہے کہ اگر خلیے بہت کم ہوں تو آپ کا ڈاکٹر آپ کے علاج میں تھوڑی دیر کے لیے تاخیر کرے یہاں تک کہ سفید خلیوں کی گنتی معمول پر آجائے۔

یہ ضروری ہے کہ آپ انفیکشن کی علامات اور علامات سے آگاہ ہوں ، اور اگر مندرجہ ذیل میں سے کوئی بھی علامت ظاہر ہوتو آپ کو اپنے ہسپتال سے رابطہ کرنا چاہیے۔

- پیراسیٹامول استعمال کرنے کے باوجود آپ کے جسم کا درجہ حرارت100.4 ° F سے بڑھ جاتا ہو –
- - آپ کو گلے کی سوزش ، کھانسی ، اسہال ، پیشاب کی جلن ہو

**خون کے خلیوں کی کم تعداد**

کیموتھراپی سرخ خون کے خلیوں کی تعداد کوبھی کم کر سکتی ہے۔ سرخ خون کے خلیوں کا سب سے اہم کردار آپ کے جسم کے ہر حصے میں آکسیجن لے جانا ہے۔ اگر سرخ خون کے خلیوں کی تعداد بہت کم ہے (اسے خون کی کمی کہا جاتا ہے) تو آپ تھکاوٹ اور سانس کی کمی محسوس کر سکتے ہیں۔ اگر آپ کی خون کی کمی شدید ہے تو آپ کو خون کی ضرورت ہوگی۔

کیمو تھراپی پلیٹلیٹس کی تعداد کوبھی کم کر سکتا ہے۔ خون کے جمنے میں مدد کے لیے پلیٹلیٹس مفید ہیں۔ اگر آپ کے پلیٹ لیٹس کی تعداد بہت کم ہے (جسے تھرومبوسائٹوپینیا کہا جاتا ہے) آپ کیموتھراپی نہیں حاصل کر سکتے اور آپ کا ڈاکٹر آپ کے علاج میں تھوڑی دیر کے لیے تاخیر کرے گا جب تک کہ پلیٹلیٹس کی گنتی بہتر نہ ہو جائے۔ اگر آپکو ناک سے خون ، مسوڑھوں سے خون ، جلد پر چھوٹے سرخ یا جامنی رنگ کے دھبوں کی شکایت ہو تو براہ کرم اپنے ڈاکٹر کو مطلع کریں۔

اسہال: اگر آپ کو 24 گھنٹوں میں 4 یا اس سے زیادہ بار ڈھیلا پاخانہ آئے تو اپنے ڈاکٹر سے رابطہ کریں -

پانی فراوانی سے پئیں۔ نرم غذا استعمال کریں۔ کچے پھل ، پھلوں کا رس ، دودھ کی مصنوعات اور زیادہ چکنائی والی غذا سے پرہیز کریں

## ہاتھ پاؤں سنڈروم:

Generated by Dr MG Prete and Dr C Braconi (oncologists). Revised by Ms J Milne (nurse), Ms H Morement (patient representative). Translated by Dr Sani Ul Hassan and Dr Noor ul Ain Azam. Translation project coordinator: Dr. R Casolino.

علاج کےپہلے دو ہفتے کے اندرآپ کے ہاتھ یا پاؤں پرسرخی ، زخم ، خشکی یا سوجن آ سکتی ہے۔ ہتھیلیوں اور تلووں کی جلد چھلنا شروع ہو سکتی ہے ۔اس کے ساتھ آپ کے ہاتھوں یا پیروں کی حس میں کمی بھی واقع ہو سکتی ہے۔ اگر یہ علامات زیادہ شدید ہوں تو علاج روکنے کی ضرورت پڑ سکتی ہے۔ اس عارضے سے بچنے کے لیے"علاج کے دوران تجاویز" سیکشن میں دی گئی ہدایات پر عمل کریں اور اپنے ہاتھوں اور پاؤں کا خیال رکھیں۔

**منہ کے زخم اور السر:**

منہ کی صفائ کا خاص خیال رکھیں- نرم ریشوں والابرش استعمال کریں اور دن میں تین بار 2/1 سے 1 چائے کا چمچ بیکنگ سوڈا پانی میں ملا کر (یا ماؤتھ واش)سے کلی کریں۔ ترش پھلوں، جیسے سنترہ اور لیموں ،سے پرہیز کرنا بہتر ہے۔ اگر آپ کے منہ میں زخم بن جائیں تو اپنے ڈاکٹر یا نرس کو بتائیں ۔

**جگر کے انزائمزمیں اضافہ:**

اگر آپ کے خون میں جگر کے بنائے ہوئے انزائمز کی زیادہ مقدار ہے تو آپ عام طور پر اپنی سرگرمی یا توانائی کی سطح میں کوئی فرق محسوس نہیں کریں گے۔ آپ کا ڈاکٹر انہیں خون کے ٹیسٹ میں چیک کرے گا اور وہ فیصلہ کرے گا کہ کیموتھراپی کی خوراک کو ایڈجسٹ کرنا ہے یا نہیں۔

**تھکاوٹ:**

ایک بہت عام ضمنی اثر ، جو علاج کے دوران بڑھ سکتا ہے۔

**بھوک کی کمی:**

اگر آپ ایک یا دو دن زیادہ نہیں کھاتے تو پریشان نہ ہوں۔

**خون جمنا:**

اگر آپ کی ٹانگیں سوجی ہوئی یا سرخ ہیں یا اگر آپ کو سانس کی تکلیف ہو ،تو فوری طور پر ڈاکٹر سے رابطہ کریں

**چندغیر معروف ضمنی اثرات**

**فلو جیسی علامات**

**متلی:**

متلی سے بچنے والی ادویات لینا ضروری ہے کیونکہ قے یا متلی ہونے کے بعد اسکا علاج کرنے کی بجائے اسےقبل ازوقوع روکنا آسان ہے۔

**پیٹ میں درد:**

آپ کو کبھی کبھارپیٹ میں ہلکا درد ہو سکتا ہے ۔البتہ اگر آپ کو مسلسل تیز درد ہے تو اپنے ڈاکٹر سے رابطہ کریں۔

**قبض:**

زیادہ فائبر والی غذائیں (سبزیاں ، پھل ، گیہوں کی روٹی) کھانا اور کم از کم 2 لیٹر پانی پینا فائدہ مند ہے۔ اگر آپ کو دو/تین دن سے زیادہ عرصہ تک قبض ر ہے تو آپ کو جلاب کی ضرورت پڑسکتی ہے۔

**سر درد:**

اگر سر درد ہو تو ، آپ پیراسیٹامول جیسی درد کش ادویات لے سکتے ہیں۔

**سوجن:**

آپکا وزن بڑھا سکتا ہے اور آپ کے چہرے یا ٹخنوں یا ٹانگوں میں سوجن آ سکتی ہے۔ ایسے میں پیر اونچے کرکے بیٹھنا مدد دے گا۔آپ کا علاج ختم ہونے کے بعد سوجن بہتر ہو جائے گی۔

**سونے میں دشواری:**

اگر آپ کو ضرورت ہو تو آپ ڈاکٹر کے مشورے سے نیند کی گولیاں لے سکتے ہیں۔

**غنودگی:**

کیمو تھراپی آپکے لئے بہت نیند (غنودگی) اور تھکاوٹ کا باعث بن سکتی ہے۔ اگر آپ کو بہت نیند آتی ہے تو گاڑی نہ چلائیں یا مشینری نہ چلائیں۔

**بالوں کا گرنا:**

آپ کے بال پتلے ہو سکتے ہیں ، لیکن اس بات کا امکان نہیں ہے کہ آپ اپنے بال مکمل طور پرکھو دیں گے۔

مندرجہ بالا ضمنی اثرات کو کنٹرول کرنے میں مدد کے لیے اپنے ڈاکٹر کو کسی بھی ضمنی اثرات سے آگاہ کرنا یقینی بنائیں۔اکثر علامات پر قابو پانے کے لیے مفید دوائیں دستیاب ہیں۔

## کیا میں اپنی تمام معمول کی دوائیں لیتا رہوں؟

جی ہاں ، آپ کو اپنی تمام معمول کی ادویات لیتے رہنا ہوگا۔ براہ کرم اپنی آنکولوجی ٹیم کو ان تمام ادویات کی اطلاع دیں جو آپ لے رہے ہیں ، تاکہ وہ مشورہ دے سکیں۔

## کیا میں فلو کی ویکسینیشن کروا سکتا ہوں؟

جی ہاں ، یہ مشورہ دیا جاتا ہے کہ آپ اپنی کیموتھراپی شروع کرنے سے پہلے فلو کی ویکسینیشن کروائیں۔ اگر آپ نے پہلے ہی اپنی کیموتھراپی شروع کر رکھی ہے تو ، براہ کرم اپنے ڈاکٹر سے پوچھیں جو ویکسینیشن کے بہترین وقت کے بارے میں مشورہ دے سکتا ہے۔

## علاج کے دوران تجاویز

علاج کے دوران پانی زیادہ پئیں (کم از کم 2 لیٹر)۔ اچھی غذالیں۔ بار بار تھوڑا تھوڑا کھانا کھانے سے متلی کم کرنے میں مدد مل سکتی ہے۔ چکنائی یا تلی ہوئی کھانوں سے پرہیز کریں ۔ بال مونڈنے کےلئے الیکٹرک استرا اور دانتوں کےلئے نرم برش استعمال کریں۔

دھوپ میں نکلنے سے گریز کریں۔ ایس پی ایف 15 سن بلاک استعمال کریں۔

Generated by Dr MG Prete and Dr C Braconi (oncologists). Revised by Ms J Milne (nurse), Ms H Morement (patient representative). Translated by Dr Sani Ul Hassan and Dr Noor ul Ain Azam. Translation project coordinator: Dr. R Casolino.

**ہاتھ پاؤں کے سنڈروم کو روکنے کے لیے:** - اپنے ہاتھوں اور پیروں کو رگڑ ، دباؤ اور حرارت سے بچائیں- - گرم پانی کے طویل استعمال سے گریز کریں، جیسے برتن دھونے ، طویل شاور یا ٹب حمام میں- ڈش واشنگ کےلئے دستانے استعمال نہ کریں کیونکہ ربڑ آپ کی ہتھیلیوں کی جلد کو گرم رکھ سکتا ہے- - اپنے تلووں پر جلد کی رگڑسےبچنے کے لیے لمبی سیر یا چھلانگیں لگانے سے گریز کریں- - باغبانی/گھریلو استعمال کے ایسے اوزار استعمال نہ کریں جو آپ کے ہاتھ کی جلد کے لئے سخت ہوں- ہاتھ اور پاؤں پرسختی سے لوشن رگڑنے سے گریز کریں البتہ جلد ہلکی کریمیں استعمال کر سکتے ہیں-

اپنے ڈاکٹر کو ا ن ادویات کے بارے میں بتائیں جو آپ لے رہے ہیں-

اگر مندرجہ بالا ضمنی علامات شدید ہیں یا 24 گھنٹوں کے بعد بہتر نہیں ہوتے تو ہسپتال سے رابطہ کرنے میں ہچکچاہٹ نہ کریں-

خون کے جمنے کی علامات پر دھیان دیں: درد ، لالی ، بازو یا ٹانگ کی سوجن ، سانس لینے یا سینے میں درد- اگر آپ کو ان علامات میں سے کوئی علامت ہے تو اپنے ڈاکٹر سے رابطہ کریں-

کیموتھراپی کے دوران اپنے ڈاکٹر کی منظوری کے بغیر کسی بھی قسم کی ویکسینیشن نہ لیں-

اگر آپ حاملہ ہیں یا آپکو حمل کا شبہ ہےتو اپنے ڈاکٹر کو مطلع کریں- کیموتھراپی کے دوران حاملہ ہونے سے بچیں – دودھ پلانے والی مائیں کیموتھراپی کے دوران بچے کو دودھ نہ پلائیں-

میں مزید معلومات کہاں سے حاصل کر سکتا ہوں؟

اگر آپ اس شعبے میں مزید معلومات حاصل کرنا چاہتے ہیں تو ، آپ مندرجہ ذیل ویب سائٹ ملاحظہ کر سکتے ہیں:

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

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

Generated by Dr MG Prete and Dr C Braconi (oncologists). Revised by Ms J Milne (nurse), Ms H Morement (patient representative). Translated by Dr Sani Ul Hassan and Dr Noor ul Ain Azam. Translation project coordinator: Dr. R Casolino.