

పిత్త వాహిక క్యాన్సర్ల కోసం కెపాసిటాబైన్ మరియు

ఆక్సాలిపాల్టిన్ (Capox)

మీ క్యాన్సర్ కి చికిత్స చేయడానికి మీ డాక్టర్ కెపాసిటాబైన్ మరియు ఆక్సాలిపాల్టిన్ సిఫారసు చేసినట్లయితే, ఈ మందుల గురించి మరియు దానికి సంబంధించిన కొన్ని అంశాల గురించి ఇక్కడ కొన్ని ముఖ్యమైన సమాచారం ఉంది.

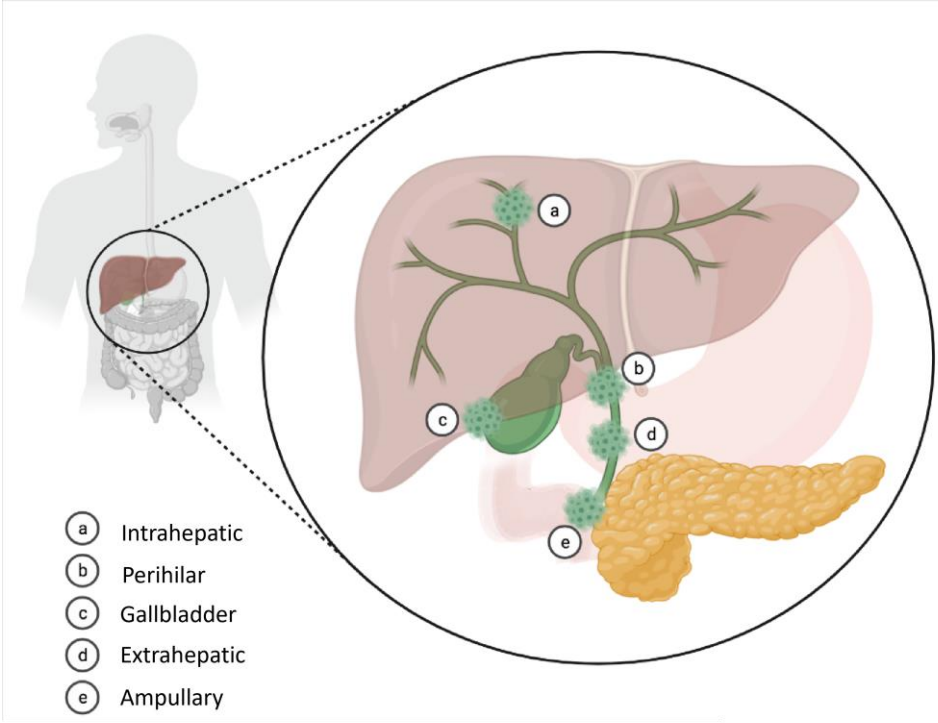
పిత్త వాహిక క్యాన్సర్

పిత్త వాహిక యొక్క క్యాన్సర్ కణాల నుండి అభివృద్ధి చెందుతుంది (కోలాంగియోసైటన్స్ అని పిలుస్తారు) ఇవి సాధారణంగా పైత్య వ్యవస్థ యొక్క ఫోరను తయారు చేస్తాయి (దిగువ చిత్రంలో ఆకుపచ్చ రంగులో చిత్రీకరించబడింది). పైత్య నాళాలు పిత్తాన్ని తీసుకునే చిన్న గొట్టాలు, ఇవి ఆహారాన్ని జీర్ణం చేయడానికి ఉపయోగించబడతాయి, కాలేయం మరియు పిత్తాశయం నుండి చిన్న ప్రేగులోకి.

పిత్త వాహిక క్యాన్సర్లు కోలాంజియోకార్సిన్మా, పిత్తాశయ క్యాన్సర్ మరియు ఆంపుల్లరీ క్యాన్సర్:

- కోలాంజియోకార్సిన్మా: దీనిని పిత్త వాహిక క్యాన్సర్ అని కూడా అంటారు. ఈ క్యాన్సర్ పిత్త వాహికల లోపల ఎక్కడ అభివృద్ధి చెందుతుందో బట్టి మూడు రకాలుగా వర్గీకరించబడింది:
 - ఇంట్రాహెపాటిక్ కోలాంగియోకార్సిన్మా - కాలేయం లోపల నాళాలలో క్యాన్సర్ అభివృద్ధి చెందినప్పుడు
 - పెరి హైలార్ కోలాంగియోకార్సిన్మా - కాలేయం వెలుపల ఉన్న నాళాలలో ఇది అభివృద్ధి చెందినప్పుడు
 - డిస్టల్/ఎక్స్ ట్రాహెపాటిక్ కోలాంగియోకార్సిన్మా - ఇది కాలేయం నుండి మరింత దూరంలో ఉన్న నాళాలలో అభివృద్ధి చెందినప్పుడు
- పిత్తాశయ క్యాన్సర్ - పిత్తాశయం లైనింగ్ నుండి పుడుతుంది
- ఆంపుల్లరీ క్యాన్సర్ - పిత్త వాహికలు మరియు చిన్న ప్రేగుల మధ్య చేరడం వలన పుడుతుంది

మీరు పిత్త వాహిక క్యాన్సర్లో బాధపడుతున్నందున మీకు ఈ కరపత్రం ఇవ్వబడింది. మీ ఆంకాలజిస్ట్ మీకు ఏ పిత్త ట్రాక్ట్ క్యాన్సర్ ఉందని మరియు అది ఎంత వరకు పొడిగించబడిందని మీలో చర్చించవచ్చు.



CAPOX అంటే ఏమిటి?

CAPOX అనేది కెపెసిటాబైన్ మరియు ఆక్సాలిప్లాటిన్ తో కూడిన కెమోథెరపీ కలయిక. కాపసిటాబైన్ మరియు ఆక్సాలిప్లాటిన్ అనేవి రెండు కెమోథెరపీ మందులు, ఇవి కణాల ప్రతిరూపణ ప్రక్రియలో జీవక్యం చేసుకోవడం ద్వారా కణితి కణాలను చంపుతాయి. అయితే, ఇది సాధారణ కణాలను కూడా దెబ్బతీస్తుంది కాబట్టి, ఇది కొన్ని దుష్ప్రభావాలను కలిగిస్తుంది.

CAPOX రోగికి ఎలా ఇవ్వబడుతుంది?

CAPOX రెండు ఔషధాలతో కూడి ఉంటుంది, ఇవి రెండు రకాలుగా నిర్వహించబడతాయి.

మీరు ఆసుపత్రిలో, కీమోథెరపీ యూనిట్లో ఆక్సాలిప్లాటిన్ అందుకుంటారు. ఆక్సాలిప్లాటిన్ సిరలోకి (సిరలోకి) ఒక కాన్యూలా ద్వారా, ఒక చిన్న సన్నని గొట్టం ద్వారా ఇంజెక్షన్ చేయబడుతుంది, ఇది మీ చేయి లేదా చేతిలోని సిరలోకి ఒక నర్సు ద్వారా పంపబడుతుంది. మీరు ఆక్సాలిప్లాటిన్ అందుకున్న తర్వాత కాన్యూలా తొలగించబడుతుంది.

క్యాపసిటాబైన్ మాత్రలుగా నోటి ద్వారా (నోటి ద్వారా) తీసుకోబడుతుంది. మీరు ప్రతి చక్రం ప్రారంభంలో హాస్పిటల్ ఫార్మసీ నుండి మాత్రలలో క్యాపసిటాబైన్ను అందుకుంటారు. మీరు వరుసగా రెండు వారాల పాటు ఇంట్లో కాపసిటాబైన్ తీసుకుంటారు. ఇది సాధారణంగా రోజుకు రెండుసార్లు, ఉదయం మరియు సాయంత్రం సూచించబడుతుంది.

ఆదర్శ మోతాదు విరామం ప్రతి 12 గంటలకు ఉంటుంది, కానీ ఇది మీకు మరింత అనుకూలంగా ఉంటే, మీరు ప్రతి 10 లేదా 11 గంటలకు మాత్రలు తీసుకోవచ్చు (కానీ 8 గంటల కంటే తక్కువ వ్యవధిలో ఎప్పుడూ).

టాబ్లెట్లు ఆహారం తీసుకున్న 30 నిమిషాల వ్యవధిలో పుష్కలంగా నీటితో తీసుకోవాలి (మీరు సరైన భోజనం చేయలేకపోతే చిరుతిండి సరిపోతుంది). ఆదర్శవంతంగా ఈ మాత్రలను నమలడం లేదా చూర్ణం చేయకుండా మింగాలి, కానీ మింగడంలో మీకు సమస్యలు ఉంటే వాటిని నీటిలో కరిగించవచ్చు. మీరు ఒక మోతాదు మిస్ అయితే, తప్పిన మోతాదును దాటవేసి, మీ సాధారణ షెడ్యూల్తో కొనసాగించండి. ఒకేసారి రెండు మోతాదులు లేదా అదనపు మోతాదులను తీసుకోకండి.

మీ ఎత్తు, బరువు, వయస్సు, సాధారణ ఆరోగ్యం మరియు అంతర్లీన పరిస్థితులతో సహా అనేక అంశాల ఆధారంగా మీరు అందుకునే CAPOX యొక్క ఖచ్చితమైన మోతాదును మీ డాక్టర్ నిర్ణయిస్తారు.

CAPOX చికిత్స షెడ్యూల్:

మీరు చికిత్స చక్రాలలో CAPOX అందుకుంటారు. CAPOX చికిత్స యొక్క ప్రామాణిక షెడ్యూల్ మూడు వారాల చక్రాన్ని అనుసరిస్తుంది, ఇందులో ఇంట్రావీనస్ కెమోథెరపీ కోసం ఒక రోజు మరియు వరుసగా పద్నాలుగు రోజులు నోటి కాపెసిటాబైన్ ఉంటుంది, తరువాత ఒక వారం విశ్రాంతి ఉంటుంది.

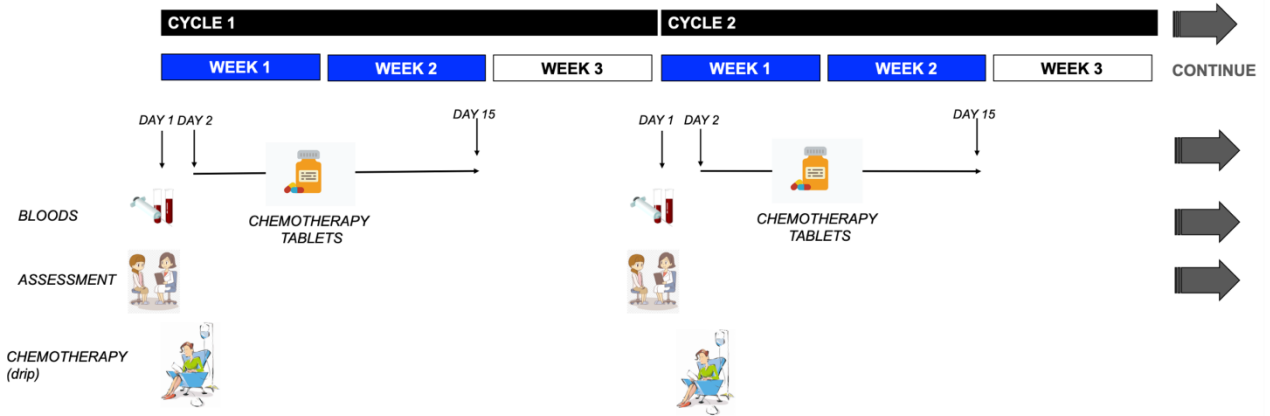
కీమోథెరపీ యొక్క ప్రతి చక్రం ప్రారంభంలో, మీరు ఆంకాలజీ బృందం ద్వారా అంచనా వేయబడుతుంది. కీమోథెరపీ యొక్క ప్రతి సెషన్కు ముందు, మీకు రక్త పరీక్ష ఉంటుంది మరియు మీ కీమోథెరపీ చక్రానికి మీరు సరిపోతున్నారా అని మీ ఆంకాలజీ బృందం తనిఖీ చేస్తుంది. మీ చివరి సంప్రదింపుల నుండి మీరు ఏదైనా లక్షణం (లు) మరియు సమస్య (ల) గురించి నివేదించడం చాలా ముఖ్యం, తద్వారా మోతాదు/షెడ్యూల్ సర్దుబాటు చేయబడుతుంది మరియు మీ కోసం ప్రత్యేకంగా వ్యక్తిగతీకరించబడుతుంది.

కీమోథెరపీ యొక్క ప్రతి చక్రం యొక్క మొదటి వారంలో రోజు 1 న, ఆంకాలజీ బృందాన్ని అంచనా వేయడానికి మరియు రక్త పరీక్ష చేయించుకోవడానికి మీరు ఆసుపత్రికి వస్తారు. కీమోథెరపీని స్వీకరించడానికి మీరు 1 లేదా 2 రోజుల తర్వాత తిరిగి వస్తారు. ఈ సందర్భంగా మీరు కొన్ని సమస్యలను అభివృద్ధి చేయకపోతే మీరు వైద్యుడిని కలవరు. కీమోథెరపీ సెషన్ 2 నుండి 3 గంటల వరకు ఉంటుంది. సెషన్ ముగింపులో, నర్సు ఇంటికి తీసుకువెళ్ళడానికి మీకు కాపెసిటాబైన్ మాత్రలను ఇస్తుంది. మీరు రాత్రిపూట ఆసుపత్రిలో ఉండాల్సిన అవసరం

లేదు.

మీ కీమోథెరపీ అపాయింట్‌మెంట్ ముందు రోజు మీ వైద్యుడు ప్రాక్టీస్‌లో రక్తం తీసుకోమని డాక్టర్ మిమ్మల్ని అడగవచ్చు

CAPOX cycle: 2 weeks on, 1 week off



CAPOX చికిత్స యొక్క వ్యవధి:

మీ చికిత్స వ్యవధి గురించి డాక్టర్ మీతో చర్చిస్తారు. సాధారణంగా, ప్రతి CAPOX చక్రం మూడు వారాల పాటు ఉంటుంది. చికిత్స బాగా తట్టుకోగలిగితే, అది 8 చక్రాలకు పునరావృతమవుతుంది. కీమోథెరపీ పనిచేస్తుందో లేదో అర్థం చేసుకోవడానికి మీ డాక్టర్ రిపీట్ స్కాన్ చేయడానికి ముందు మీరు కనీసం 4 కెమోథెరపీ సైకిల్‌లను అందుకుంటారు. మొదటి 3 నెలల స్కాన్ మీ క్యాన్సర్ స్థిరంగా లేదా తగ్గిపోతున్నట్లు చూపిస్తే, మీ డాక్టర్ మరో 3 నెలలు కీమోథెరపీని కొనసాగించమని సలహా ఇవ్వవచ్చు. మొదటి 6 నెలల చికిత్స తర్వాత మీ డాక్టర్ మీరు కీమోథెరపీ నుండి విరామం తీసుకోవాలా లేదా మీరు కొనసాగించాలా అని మీతో చర్చిస్తారు.

CAPOX చికిత్స యొక్క దుష్ప్రభావాలు ఏమిటి?

ఈ చికిత్సతో తెలిసిన సైడ్ ఎఫెక్ట్‌లు ఉన్నాయి, కానీ వాటిలో ఏవీ మీరు అనుభవించకపోవచ్చు. చికిత్స పని చేయడం లేదని దీని అర్థం కాదు; దుష్ప్రభావాల ఉనికి లేదా తీవ్రత మరియు ఔషధాల సమర్థత మధ్య ఎటువంటి సంబంధం లేదు.

మీరు కొన్ని దుస్తుభావాలను పొందవచ్చు, కానీ మీరు అవన్నీ పొందే అవకాశం లేదు. దుస్తుభావాలు వాటి ప్రారంభం, వ్యవధి మరియు తీవ్రత పరంగా తరచుగా ఊహించదగినవి అని గుర్తుంచుకోండి; అవి దాదాపు ఎల్లప్పుడూ రివర్సిబుల్ మరియు ఆక్సాలిప్లాటిన్ కు సంబంధించినవి మినహా, చికిత్స తర్వాత పూర్తిగా వెళ్లిపోతాయి. అయితే, వారి ప్రీక్వెన్సీ మరియు తీవ్రత వ్యక్తికి వ్యక్తికి మారుతూ ఉంటాయి.

అనేక ఇతర కెమోథెరపీ ఔషధాల మాదిరిగానే, ప్లోరోరాసిల్ మరియు ఆక్సాలిప్లాటిన్ కణాల విభజన మరియు విస్తరణను ఆపగల సామర్థ్యం కారణంగా క్యాన్సర్ కణాలను చంపుతాయి. దురదృష్టవశాత్తు, కీమోథెరపీ మందులు క్యాన్సర్ కణాలు మరియు సాధారణ కణాల మధ్య వ్యత్యాసాన్ని గుర్తించలేకపోయాయి. కాబట్టి, కీమోథెరపీ రక్త కణాలను, నోటిలోని కణాలు, కడుపు, ప్రేగు మరియు ఇతర చోట్ల వేగంగా విభజించే సాధారణ కణాలను కూడా చంపుతుంది, ఇది కొన్ని విభిన్న దుస్తుభావాలకు కారణమవుతుంది. చికిత్స ముగిసిన తర్వాత, ఆ సాధారణ కణాలు తిరిగి పెరుగుతాయి మరియు ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి.

మీరు కలిగి ఉన్న ఏవైనా దుస్తుభావాల ప్రభావాన్ని నియంత్రించడానికి మరియు తగ్గించడానికి కీమోథెరపీ సమయంలో తీసుకునే అనేక మందులు అందుబాటులో ఉన్నాయి.

CAPOX చికిత్స యొక్క దుష్ప్రభావాలు ఏమిటి?

రక్త సంబంధిత దుష్ప్రభావాలు: మీ రక్త కణాలపై కొన్ని దుష్ప్రభావాలు

తక్కువ సంఖ్యలో తెల్ల రక్త కణాలు మరియు సంక్రమణ ప్రమాదం:

కీమోథెరపీ తరచుగా తెల్ల రక్త కణాల సంఖ్యను తగ్గిస్తుంది, ఇది అంటువ్యాధులకు వ్యతిరేకంగా పోరాడటానికి మీకు సహాయపడుతుంది. మీ తెల్ల రక్త కణాల సంఖ్య చాలా తక్కువగా ఉంటే (దీనిని న్యూట్రోపెనియా అంటారు) మీకు ఇన్ఫెక్షన్లు వచ్చే ప్రమాదం ఉంది. ఈ సమయంలో, జలుబు ఉన్న వ్యక్తులతో రద్దీగా ఉండే ప్రదేశాలలో ఉండటం వంటి అంటువ్యాధుల ప్రమాదాన్ని పెంచే పరిస్థితులను నివారించడానికి జాగ్రత్త వహించడం చాలా ముఖ్యం.

మీ కీమోథెరపీ యొక్క ప్రతి చక్రాలలో 7 వ రోజు మరియు 10 వ తేదీ మధ్య మీ తెల్ల కణాల సంఖ్య చాలా తక్కువగా ఉండే అవకాశం ఉన్నందున, ఈ రోజుల్లో సంక్రమణ ప్రమాదాన్ని నివారించడం చాలా ముఖ్యం.

మీరు కీమోథెరపీని స్వీకరించేటప్పుడు తెల్ల రక్త కణాల సంఖ్య సంక్రమణ నుండి మిమ్మల్ని రక్షించడానికి సరిపోతుందని నిర్ధారించుకోవడానికి మీ తదుపరి కీమోథెరపీని స్వీకరించడానికి ముందు మీ డాక్టర్ చేసే ముఖ్యమైన రక్త పరీక్షలలో తెల్ల కణాలలో తగ్గింపు ఒకటి.

మీ తదుపరి చికిత్సకు ముందు తెల్ల కణాల సంఖ్య సాధారణంగా సాధారణ స్థితికి వస్తుంది. కొన్నిసార్లు మీరు షెడ్యూల్ చేసిన చికిత్సను స్వీకరించడానికి అవి చాలా తక్కువగా ఉండవచ్చు మరియు కణాల సంఖ్య సాధారణ స్థితికి వచ్చే వరకు మీ వైద్యుడు కొద్దిసేపు మీ చికిత్సను ఆలస్యం చేస్తాడు.

మీరు సంక్రమణ సంకేతాలు మరియు లక్షణాల గురించి తెలుసుకోవడం ముఖ్యం, మరియు మీరు ఈ క్రింది వాటిలో దేనినైనా అభివృద్ధి చేస్తే మీ ఆసుపత్రిలోని హెల్ప్‌లైన్‌ను తప్పక సంప్రదించాలి:

- పారాసిటమాల్ ఉపయోగించినప్పటికీ మీ శరీర ఉష్ణోగ్రత 38 ° C (100.4 ° F) కంటే పెరుగుతుంది
- మీకు అకస్మాత్తుగా వణుకు లేదా అనారోగ్యం అనిపిస్తుంది
- మీకు గొంతు నొప్పి, దగ్గు, విరేచనాలు, మూత్ర విసర్జన పెరిగే అవకాశం ఉంది

తక్కువ సంఖ్యలో ఎర్ర రక్త కణాలు:

కీమోథెరపీ ఎర్ర రక్త కణాల సంఖ్యను తగ్గిస్తుంది. ఎర్ర రక్త కణాల యొక్క అతి ముఖ్యమైన పాత్ర మీ శరీరంలోని ప్రతి భాగానికి ఆక్సిజన్‌ను తీసుకెళ్లడం. ఎర్ర రక్త కణాల సంఖ్య చాలా తక్కువగా ఉంటే (దీనిని అనీమియా అంటారు) మీరు అలసిపోయినట్లు మరియు ఊపిరి పీల్చుకోవచ్చు. మీ రక్తహీనత తీవ్రంగా ఉంటే, మీకు రక్తమార్పిడి అవసరం.

తక్కువ సంఖ్యలో ప్లేట్‌లెట్‌లు మరియు గాయాలు లేదా రక్తస్రావం అయ్యే ప్రమాదం:

కీమోథెరపీ ప్లేట్‌లెట్ల సంఖ్యను తగ్గిస్తుంది. రక్తం గడ్డకట్టడానికి ప్లేట్‌లెట్‌లు ఉపయోగపడతాయి. మీ ప్లేట్‌లెట్ల సంఖ్య చాలా తక్కువగా ఉంటే (దీనిని థ్రోంబోసైటోపెనియా అని పిలుస్తారు) మీరు కీమోథెరపీని అందుకోలేరు మరియు మీ డాక్టర్ ప్లేట్‌లెట్ కౌంట్ మెరుగుపడే వరకు మీ చికిత్సను కొద్దిసేపు ఆలస్యం చేస్తారు.

మీకు ముక్కుపుడకలు, చిగుళ్ల నుంచి రక్తం కారడం, చర్మంపై చిన్న ఎరుపు లేదా ఊదా రంగు మచ్చలు వంటి గాయాలు లేదా రక్తస్రావం ఉంటే, దయచేసి మీ వైద్యుడికి తెలియజేయండి.

విరేచనాలు:

24 గంటల్లో మీకు 4 లేదా అంతకంటే ఎక్కువ వదులుగా ఉండే మలం ఉంటే మీరు మీ బృందాన్ని సంప్రదించాలి. మీ డాక్టర్ మీకు డయేరియా నిరోధక మాత్రలు (లోపెరామైడ్) ఇస్తారు. మీకు లూజ్ మోషన్ వచ్చిన ప్రతిసారి ఒక లోపెరామైడ్ టాబ్లెట్ తీసుకోవాలి. కోల్పోయిన ద్రవాలను భర్తీ చేయడానికి పుష్కలంగా నీరు త్రాగాలని గుర్తుంచుకోండి. మీరు అతిసారం అనుభవిస్తే మీరు హైబర్ తక్కువగా ఉండే ఆహారాన్ని తినాలి మరియు పచ్చి పండ్లు, పండ్ల రసం, తృణధాన్యాలు మరియు కూరగాయలను నివారించాలి. ఇది ఆల్కహాల్, కెఫిన్, పాల ఉత్పత్తులు మరియు అధిక కొవ్వు కలిగిన ఆహారాలను నివారించడానికి కూడా సహాయపడుతుంది.

వేళ్లు మరియు కాళి వేళ్ళలో తిమ్మిరి లేదా జలదరింపు (పరిధీయ నరాలవ్యాధి): ఆక్సాలిప్లాటిన్ ఆధారిత కెమోథెరపీ చేతులు లేదా కాళ్ళలో తిమ్మిరి, జలదరింపు లేదా నొప్పిని కలిగించడం ద్వారా నరాలను ప్రభావితం చేస్తుంది. వేళ్లు మరియు కాళి వేళ్ళలో తిమ్మిరి లేదా జలదరింపు వంటివి మీ షూల్స్‌లు కట్టడం లేదా బటన్‌లు చేయడం వంటి పనులు చేయడం కష్టతరం చేస్తుంది. ఇది కొన్ని రోజులు లేదా వారాలలో ప్రారంభమై కొన్ని నెలల పాటు కొనసాగవచ్చు. అరుదుగా, తిమ్మిరి శాశ్వతంగా ఉండవచ్చు. ఈ లక్షణాలు సంభవించినా, తగ్గించడానికి సహాయపడే నిర్దిష్ట చిట్కాలను మీరు క్రింద కనుగొనవచ్చు.

హ్యాండ్-ఫుట్ సిండ్రోమ్: మీ చేతులు లేదా కాళ్ళు వడదెబ్బ మాదిరిగానే ఎరుపు, పుండ్లు, పొడి లేదా వాపుగా మారవచ్చు. అరచేతులు మరియు అరికాళ్ళపై చర్మం పొట్టు ప్రారంభమవుతుంది, సాధారణంగా తేలికపాటి మార్గంలో మరియు చికిత్స ప్రారంభమైన రెండు వారాల ముందు అరుదుగా. ఇది మీ చేతులు లేదా కాళ్ళపై

తిమ్మిరి లేదా జలదరింపుతో కూడి ఉంటుంది. మీ వైద్యుడు మీతో అలాంటి లక్షణాల గురించి మరియు వారు మీ రోజువారీ జీవితంలో మీ కార్యకలాపాలలో ఎలా జోక్యం చేసుకుంటారో చర్చిస్తారు. హ్యాండ్-పుట్ సిండ్రోమ్కు మందుల మోతాదులో తగ్గింపులు అవసరం కావచ్చు మరియు కొన్నిసార్లు, చర్మంలో మార్పులు మరియు తీవ్రంగా ఉన్నప్పుడు, చికిత్సను నిలిపివేయాల్సి ఉంటుంది. హ్యాండ్-పుట్ సిండ్రోమ్ అభివృద్ధిని తగ్గించే ప్రయత్నంలో నివారణ చాలా ముఖ్యం. దిగువ "చికిత్స సమయంలో చిట్కాలు" విభాగంలో సలహాను అనుసరించడం ద్వారా మీ చేతులు మరియు కాళ్ళను జాగ్రత్తగా చూసుకోండి.

వికారం: కొన్నిసార్లు వాంతులు కలిసి ఉంటాయి కానీ సాధారణంగా వ్యాధి నిరోధక మందులు (ఇంజెక్షన్లు మరియు మాత్రలు) ద్వారా బాగా నియంత్రించబడతాయి. మీరు చికిత్స తర్వాత కొన్ని గంటల నుండి కొన్ని రోజుల వరకు అనుభవించవచ్చు. మీకు అనారోగ్యం అనిపించకపోయినా యాంటీ-సిక్స్ బెషధాలను తీసుకోవడం చాలా ముఖ్యం, ఎందుకంటే అనారోగ్యం ప్రారంభమైన తర్వాత చికిత్స చేయడం కంటే దానిని నివారించడం సులభం. మీరు రోజుకు ఒకటి కంటే ఎక్కువసార్లు అనారోగ్యంతో బాధపడుతున్నట్లయితే వెంటనే మీ డాక్టర్ లేదా నర్సును సంప్రదించండి.

నోటి పుండ్లు: సూక్ష్మక్రిములు పెరగకుండా ఉండటానికి మీరు తిన్న తర్వాత ఎల్లప్పుడూ పళ్ళు తోముకోవాలి. నోటి పుండ్లను నివారించడానికి లేదా సహాయం చేయడానికి మృదువైన టూత్ బ్రష్ని ఉపయోగించండి మరియు 1/2 నుండి 1 టీస్పూన్ బేకింగ్ సోడాను నీటిలో కలిపి రోజుకు మూడు సార్లు శుభ్రం చేసుకోండి. నారింజ, నిమ్మకాయలు మరియు ద్రాక్షపండు వంటి ఆమ్ల ఆహారాలకు దూరంగా ఉండటం మంచిది. మీకు అల్సర్ ఉన్నట్లయితే మీ డాక్టర్ లేదా నర్సుకు చెప్పండి, ఎందుకంటే అవి నోటి పుండ్లను నివారించడానికి లేదా చికిత్స చేయడానికి సహాయపడతాయి.

అలసట: చాలా సాధారణ దుష్ప్రభావం, ఇది చికిత్స సమయంలో పెరుగుతుంది.

తక్కువ ఆకలి ఉండటం: మీరు ఒకటి లేదా రెండు రోజులు ఎక్కువగా తినకపోతే చింతించకండి

ఎలివేటెడ్ లివర్ ఎంజైమ్లు: మీరు ట్రాన్స్మినినేస్ (కాలేయం ద్వారా తయారైన ప్రోటీన్లు) అధిక విలువలు కలిగి ఉంటే, మీరు సాధారణంగా మీ కార్యచరణ లేదా శక్తి స్థాయిలలో ఎలాంటి తేడాను గమనించలేరు. మీ డాక్టర్ వాటిని రక్త పరీక్షలలో తనిఖీ చేస్తారు మరియు కీమోథెరపీ మోతాదును సర్దుబాటు చేయాలా వద్దా అని అతను/ఆమె నిర్ణయిస్తారు.

రక్తం గడ్డకట్టడం: మీ కాళ్లు వాపు, ఎరుపు మరియు గొంతు ఉంటే లేదా మీకు శ్వాస రాకుండా ఉంటే హెల్ప్‌లైన్‌ను సంప్రదించండి.

కొన్ని తక్కువ సాధారణ దుష్ప్రభావాలు:

అలెర్జిక్ ప్రతిచర్య: కొన్నిసార్లు ఇది ఆక్సాలిప్లాటిన్ పరిపాలన సమయంలో లేదా కొద్దిసేపటి తర్వాత జరుగుతుంది. చాలా తరచుగా ఇది తేలికగా ఉంటుంది కానీ తీవ్రంగా ఉండవచ్చు. మీకు ఈ ఆకస్మిక లక్షణాలు ఏవైనా ఉంటే వెంటనే మీ డాక్టర్ లేదా నర్సుకు చెప్పండి:

- దద్దుర్లు
- శ్వాస ఆడకపోవుట
- ముఖం యొక్క ఎరుపు లేదా వాపు
- వేడి అనుభూతి
- మైకము
- మూత్ర విసర్జన చేయాలి

పూ లాంటి లక్షణాలు: మీరు కీమోథెరపీ చికిత్స సమయంలో లేదా కొంతకాలం తర్వాత వీటిని అనుభవించవచ్చు:

- వేడి, చలి లేదా వణుకు అనుభూతి
- జ్వరం
- తలనొప్పి
- కండరాల నొప్పి
- అలసట

కీమోథెరపీ యొక్క వెలికితీత (లీకేజ్): ఇది నిర్వహించబడుతున్నప్పుడు, కీమోథెరపీ సిర వెలుపల లీక్ అవ్వవచ్చు మరియు చుట్టూ ఉన్న కణజాలాన్ని దెబ్బతీస్తుంది. మీకు సిర చుట్టూ ఏదైనా కుట్టడం, నొప్పి, ఎరుపు లేదా వాపు ఉంటే వెంటనే మీ నర్సుకు చెప్పండి.

వికారం: కొన్నిసార్లు వాంతులు కలిసి ఉంటాయి, అయితే ఇది సాధారణంగా అనారోగ్య నిరోధక మందుల ద్వారా బాగా నియంత్రించబడుతుంది. మీకు అనారోగ్యం అనిపించకపోయినా ఇది ముఖ్యమైన వ్యాధి నిరోధక మందులు, ఎందుకంటే అనారోగ్యం ప్రారంభమైన తర్వాత చికిత్స చేయడం కంటే దానిని నివారించడం సులభం. మీరు రోజుకు ఒకటి కంటే ఎక్కువసార్లు అనారోగ్యంతో బాధపడుతున్నట్లయితే వెంటనే మీ డాక్టర్ లేదా నర్సును సంప్రదించండి.

పొత్తి కడుపు నొప్పి: మీరు నిస్తజంగా నొప్పులు లేదా అపానవాయువుతో తిమ్మిరి కలిగి ఉండవచ్చు. ఇది సాధారణంగా కీమోథెరపీతో ముడిపడి ఉంటుంది. మీకు నిరంతర పదునైన నొప్పి ఉంటే మీ వైద్యుడిని సంప్రదించండి.

మలబద్ధకం: అధిక ఫైబర్ కలిగిన ఆహారాలు (కూరగాయలు, పండ్లు, హోల్ గ్రేన్ బ్రెడ్) తినడం మరియు కనీసం 2 లీటర్ల నీరు త్రాగడం మీకు సహాయపడుతుంది. ఇది రెండు/మూడు రోజుల కంటే ఎక్కువసేపు ఉంటే మీకు లాక్సిటివ్లు అవసరం కావచ్చు.

తలనొప్పి: ఇది జరిగితే, మీరు పారాసెటమాల్ వంటి పెయిన్ కిల్లర్స్ తీసుకోవచ్చు

శరీరంలో ద్రవాలు ఏర్పడటం: మీరు బరువు పెరగవచ్చు మరియు మీ ముఖం లేదా మీ చీలమండలు లేదా కాళ్లు ఉబ్బుతాయి. ఇది మీ కాళ్లను కుషన్ మీద ఉంచడానికి సహాయపడుతుంది. మీ చికిత్స ముగిసిన తర్వాత వాపు మెరుగుపడుతుంది.

నిద్రపోవడంలో ఇబ్బంది: మీకు కావాలంటే నిద్ర మాత్రలు తీసుకోవచ్చు.

మగత భావన: కెమోథెరపీ మీకు బాగా నిద్రపోవడం (మగత) మరియు అలసటగా అనిపించవచ్చు. మీకు బాగా నిద్రగా అనిపిస్తే, డ్రైప్ చేయవద్దు లేదా యంత్రాలను ఆపరేట్ చేయవద్దు.

జుట్టు ఉడుట: మీ జుట్టు సన్నబడవచ్చు, కానీ మీరు మీ జుట్టును కోల్పోయే అవకాశం లేదు.

మీ దుప్పభావాలను నియంత్రించడంలో సహాయపడే మందులు:

ఏవైనా దుప్పభావాల గురించి మీ వైద్యుడికి తెలియజేయాలని నిర్ధారించుకోండి; లక్షణాలను నియంత్రించడానికి ఉపయోగకరమైన మందులు ఉన్నాయి.

నేను నా సాధారణ మందులన్నింటినీ తీసుకోవడం కొనసాగించాలా?

అవును, మీరు మీ సాధారణ మందులన్నింటినీ తీసుకుంటూ ఉండాలి. దయచేసి మీరు తీసుకుంటున్న అన్ని షా ప్రిస్క్రిప్షన్లను మీ ఆంకాలజీ బృందానికి నివేదించండి, తద్వారా వారు సలహా ఇస్తారు.

నేను ప్లూ టీకా తీసుకోవచ్చా?

అవును, మీ కీమోథెరపీని ప్రారంభించడానికి ముందు మీరు ప్లూ టీకా వేయించుకోవాలని సూచించారు. మీరు ఇప్పటికే మీ కీమోథెరపీని ప్రారంభించినట్లయితే, దయచేసి టీకా వేయడానికి ఉత్తమ సమయం గురించి సలహా ఇవ్వగల మీ వైద్యుడిని అడగండి.

చికిత్స సమయంలో చిట్కాలు:

- పుష్కలంగా ద్రవాలు త్రాగండి (రోజుకు కనీసం 2 లీటర్లు) మీ మూత్రపిండాలను కాపాడండి.
- మంచి పోషణను నిర్వహించండి. చిన్న చిన్న భోజనం తినడం వల్ల వికారం తగ్గుతుంది. మీరు కొవ్వు లేదా వేయించిన ఆహారాలకు దూరంగా ఉండాలి. మీకు అవసరమైతే యాంటీ-సిక్నేస్ drugs షుడాలను తీసుకోవచ్చు. పేవింగ్ చేసేటప్పుడు ఎలక్ట్రిక్ రేజర్ మరియు రక్తస్రావాన్ని తగ్గించడానికి మృదువైన టూత్ బ్రష్ ఉపయోగించండి.
- సూర్యరశ్మిని నివారించండి: SPF 15 (లేదా అంతకంటే ఎక్కువ) సన్ బ్లాక్ మరియు రక్షణ దుస్తులు ధరించండి.
- మీరు మగత లేదా మైకము అనుభవించవచ్చు; కాపెసిటాబైన్ కు మీ ప్రతిస్పందన తెలిసే వరకు అప్రమత్తత అవసరమయ్యే డ్రైవింగ్ లేదా పనుల్లో పాల్గొనడం మానుకోండి.
- పుష్కలంగా విశ్రాంతి తీసుకోండి.
- హ్యాండ్-పుట్ సిండ్రోమ్ నివారించడానికి:
 - మీ చేతులు మరియు పాదాలకు రాపిడి, ఒత్తిడి మరియు వేడి బహిర్గతం తగ్గించండి.
 - వంటకాలు కడగడం, దీర్ఘ స్నానాలు లేదా టబ్ బాత్లు వంటి వేడి నీటితో దీర్ఘకాలిక సంబంధాన్ని నివారించండి.
 - డిష్ వాషింగ్ గ్లోవ్స్ ఉపయోగించవద్దు ఎందుకంటే రబ్బర్ మీ అరచేతుల చర్మాన్ని వెచ్చగా ఉంచుతుంది.
 - మీ అరికాళ్ళపై చర్మం పై తొక్కడం తగ్గించడానికి సుదీర్ఘ నడకలు లేదా జంప్లు చేయవద్దు.
 - గట్టి ఉపరితలంపై మీ చేతిని పిండి తోట/గృహ సాధనాలను ఉపయోగించవద్దు.
 - చేతి మరియు పాదాలకు లోషన్ రుద్దడం మానుకోండి కానీ చర్మాన్ని తేమగా ఉంచండి.
- లక్షణాలను తగ్గించడంలో సహాయపడటానికి మీరు నొప్పిని తగ్గించడానికి మృదువైన క్రీమ్లు మరియు పెయిన్ కిల్లర్లను ఉపయోగించవచ్చు. మీ డాక్టర్ తో అత్యుత్తమ మందుల గురించి చర్చించండి.
- లక్షణాలను నియంత్రించడంలో మీకు సహాయపడే మందులను ఇంట్లో ఉంచండి.
- కీమోథెరపీని ప్రారంభించే ముందు, మీరు తీసుకుంటున్న ఏవైనా మందుల గురించి మీ వైద్యుడికి చెప్పండి.

కొన్నిసార్లు దుప్పుభావాలు మీ medicinesషధాలకు సంబంధించినవి కావచ్చు మరియు కీమోథెరపీకి సంబంధించినవి కావు.

- మీ లక్షణాలు తీవ్రంగా ఉంటే లేదా 24 గంటల తర్వాత మెరుగుపడకపోతే, ఆసుపత్రిని సంప్రదించడానికి వెనుకాడరు.
- రక్తం గడ్డకట్టే లక్షణాలపై శ్రద్ధ వహించండి: నొప్పి, ఎరుపు, చేయి లేదా కాలు వాపు, శ్వాస లేకపోవడం లేదా ఛాతీ నొప్పి. మీకు ఈ లక్షణాలు ఏవైనా ఉంటే మీ వైద్యుడిని సంప్రదించండి.
- కీమోథెరపీ తీసుకునేటప్పుడు మీ డాక్టరు అనుమతి లేకుండా ఎలాంటి టీకాలు వేయవద్దు.
- మీరు ప్రసవించే వయస్సు గల మహిళ అయితే:
 - మీరు గర్భవతిగా ఉన్నట్లయితే లేదా ఈ చికిత్స ప్రారంభించడానికి ముందు గర్భవతిగా ఉంటే మీ వైద్యుడికి తెలియజేయండి.
 - కీమోథెరపీ సమయంలో గర్భం పొందడం మానుకోండి
 - కీమోథెరపీ సమయంలో తల్లిపాలు ఇవ్వవద్దు

ఆసుపత్రిని ఎప్పుడు సంప్రదించాలి?

మీ లక్షణాలు తీవ్రంగా ఉంటే లేదా 24 గంటల తర్వాత మెరుగుపడకపోతే, మీరు ఆసుపత్రిని సంప్రదించాలి.

ఆసుపత్రి అత్యవసర సంప్రదింపు నంబర్.....

నేను మరింత సమాచారాన్ని ఎక్కడ పొందగలను?

మీరు ఈ రంగంలో మరింత సమాచారం పొందాలనుకుంటే, మీరు పైత్య ట్రాక్ట్ క్యాన్సర్ కోసం ESMO వెబ్‌సైట్‌ను సందర్శించవచ్చు: రోగులకు గైడ్ మరియు AMMF ది చోలాంగియోకార్సిన్మా ఛారిటీ వెబ్‌సైట్.

మీరు దిగువ సంబంధిత లింక్‌ను కనుగొనవచ్చు:

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

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