

# పిత్త వాహిక క్యాన్సర్ల కోసం కెపాసిటాబైన్

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

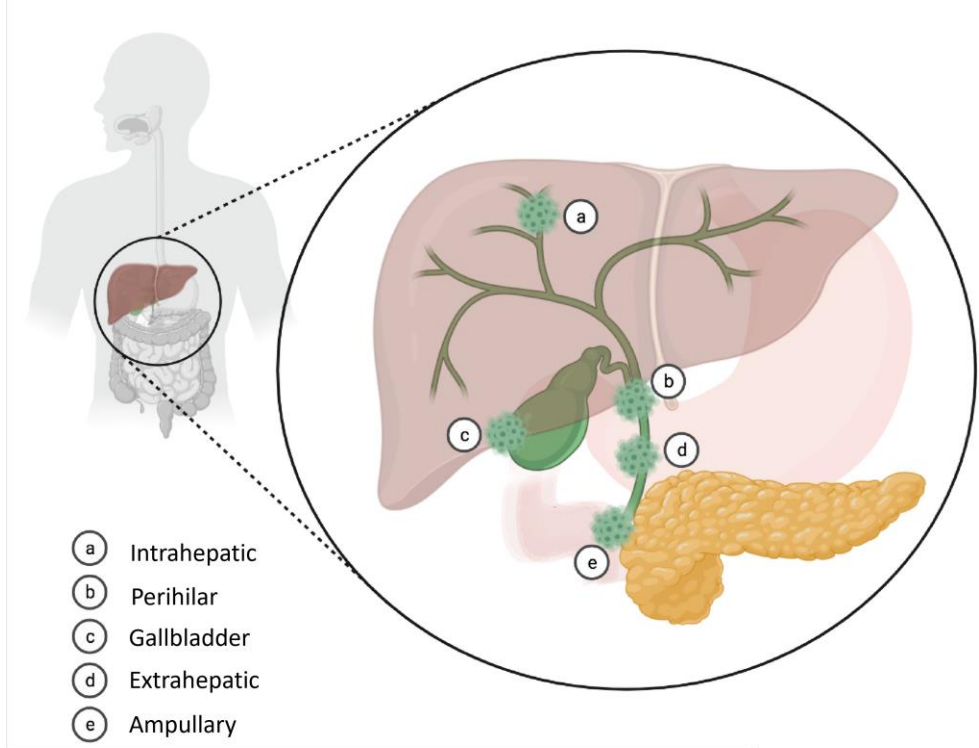
## పిత్త వాహిక క్యాన్సర్

పిత్త వాహిక యొక్క క్యాన్సర్ కణాల నుండి అభివృద్ధి చెందుతుంది (కోలంజియోసైట్స్ అని పిలుస్తారు) ఇవి సాధారణంగా పైత్య వ్యవస్థ యొక్క పొరను 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 కోలంజియోకార్సినోమా, పిత్తాశయ క్యాన్సర్ మరియు ఆంపుల్లర్ క్యాన్సర్:

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

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



### కాపెసిటాబైస్ అంటే ఏమిటి?

కాపెసిటాబైస్ అనేది కెమోథెరపీ మందు, ఇది కణ ప్రతిరూపణ ప్రక్రియలో జోక్యం చేసుకోవడం ద్వారా కణితి కణాలను చంపుతుంది. అయితే, ఇది సాధారణ కణాలను కూడా దెబ్బతీస్తుంది కాబట్టి, ఇది కొన్ని దుష్ప్రభావాలను కలిగిస్తుంది.

### కాపెసిటాబైస్ ఎలా తీసుకోబడుతుంది?

క్యాన్సెటివ్ మాత్రలుగా నోటి ద్వారా (నోటి ద్వారా) తీసుకోబడుతుంది. ప్రతి చక్కం ప్రారంభంలో మీరు హాస్పిటల్ ఫార్మసీ నుండి కాపెసిటాబైస్ మాత్రలను అందుకుంటారు. మీరు వరుసగా 2 వారాల పాటు ఇంట్లో కాపెసిటాబైస్ తీసుకుంటారు. ఇది సాధారణంగా రోజుకు రెండుసార్లు, ఉదయం మరియు సాయంత్రం తీసుకోవాలని సూచించబడింది.

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

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 కాపెసిటాబైన్ యొక్క ఖచ్చితమైన మోతాదును మీ డాక్టర్ నిర్ణయిస్తారు. ఫార్మసీ స్పెషలిస్ట్ మీరు ప్రతిసారీ తీసుకోవాల్సిన ఖచ్చితమైన టాబ్లెట్ల సంఖ్యను మీకు తెలియజేస్తారు.

### కాపెసిటాబైన్ చికిత్స షెడ్యూల్:

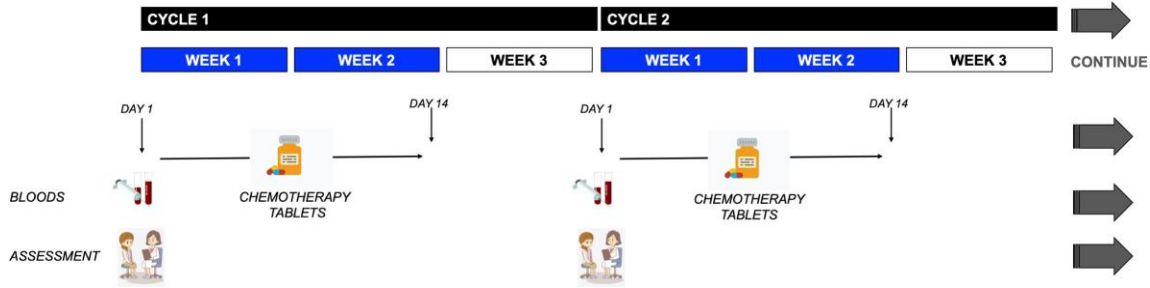
మీరు చికిత్స చక్రాలలో కాపెసిటాబైన్ పొందుతారు. కాపెసిటాబైన్ చికిత్స యొక్క ప్రామాణిక షెడ్యూల్ మూడు వారాల చక్రాన్ని అనుసరిస్తుంది, ఇందులో 14 రోజుల కీమోథెరపీ (DAY 1 నుండి DAY 14 వరకు) ఉంటుంది, తరువాత ఒక వారం విశ్రాంతి ఉంటుంది. కీమోథెరపీ యొక్క ప్రతి చక్రం ప్రారంభంలో, మీరు ఆంకాలజీ బృందం ద్వారా అంచనా వేయబడుతుంది. 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.

DAY 1 అంటే కీమోథెరపీ యొక్క ప్రతి చక్రం మొదటి వారంలో మొదటి రోజు, మీరు చెక్ అప్ కోసం మీ టాబ్లెట్లను సేకరించడానికి డాక్టర్/నర్సును చూడటానికి ఆసుపత్రికి వస్తారు. అయితే, కొన్నిసార్లు మీ

కీమోథెరపీ అపాయింట్‌మెంట్ ముందు రోజు మీ GP ప్రాక్టీస్‌లో రక్తం తీసుకోవాల్సిందిగా డాక్టర్ మిమ్మల్ని అడగవచ్చు మరియు మీరు ఆసుపత్రికి రాకుండానే ఫోన్ మిమ్మల్ని ఫోన్ ద్వారా అంచనా వేయవచ్చు.

కీమోథెరపీ పరిపాలన కోసం మీరు ఆసుపత్రిలో ఉండవలసిన అవసరం లేదు.

**కెపెసిటాబైన్ చక్రం:** మాత్రలు తీసుకోవడానికి 2 వారాలు, తరువాత 1 వారం సెలవు



**కాపెసిటాబైన్ చికిత్స వ్యవధి:**

మీ చికిత్స వ్యవధి గురించి డాక్టర్ మీతో చర్చిస్తారు. సాధారణంగా, ప్రతి కాపెసిటాబైన్ చక్రం మూడు వారాల పాటు ఉంటుంది. మీరు చికిత్సను బాగా సహిస్తున్నట్లయితే, మీరు కనీసం 8 చక్రాల కాపెసిటాబైన్ (సుమారు ఆరు నెలలు) అందుకుంటారు.

**కాపెసిటాబైన్ చికిత్స యొక్క దుష్ప్రభావాలు ఏమిటి?**

ఈ చికిత్సతో తెలిసిన సైడ్ ఎఫెక్ట్లు ఉన్నాయి, కానీ వాటిలో ఏవీ మీరు అనుభవించకపోవచ్చు. చికిత్స పని చేయడం లేదని దీని అర్థం కాదు. మీరు కొన్ని దుష్ప్రభావాలను పొందవచ్చు, కానీ మీరు అవన్నీ పొందే అవకాశం లేదు. దుష్ప్రభావాలు వాటి ప్రారంభం, వ్యవధి మరియు తీవ్రత పరంగా తరచుగా ఊహించదగినవి అని గుర్తుంచుకోండి; అవి దాదాపు ఎల్లప్పుడూ రివర్సిబుల్ మరియు చికిత్స తర్వాత పూర్తిగా వెళ్లిపోతాయి.

అనేక ఇతర కెమోథెరపీ షుధాల మాదిరిగానే, కణ విభజన మరియు విస్తరణను ఆపగల సామర్థ్యం ఉన్నందున కాపెసిటాబైన్ క్యాన్సర్ కణాలను చంపుతుంది. 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 దుష్ప్రభావాలకు కారణమవుతుంది. చికిత్స ముగిసిన తర్వాత, ఆ సాధారణ కణాలు తిరిగి పెరుగుతాయి మరియు ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి.

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

## రక్త సంబంధిత దుష్ప్రభావాలు: మీ రక్త కణాలపై కొన్ని దుష్ప్రభావాలు

### తక్కువ సంఖ్యలో తెల్ల రక్త కణాలు మరియు సంక్రమణ ప్రమాదం:

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

మీ కెమోథెరపీ యొక్క ప్రతి చక్రాలలో 10 వ రోజు మరియు 14 వ రోజు మధ్య మీ తెల్ల కణాల సంఖ్య చాలా తక్కువగా ఉండే అవకాశం ఉన్నందున, ఈ రోజుల్లో సంక్రమణ ప్రమాదాన్ని నివారించడం చాలా ముఖ్యం ప్రతి కీమోథెరపీ చక్రానికి ముందు మీ డాక్టర్ మీ తెల్ల రక్త కణాలను తనిఖీ చేస్తారు. 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 కింది వాటిలో దేనినైనా అభివృద్ధి చేస్తే మీ ఆసుపత్రిలో (ఫోన్ నంబర్) హెల్ప్‌లైన్‌ని సంప్రదించాలి:

- పారాసెటమాల్ ఉపయోగించినప్పటికీ, మీ శరీర ఉష్ణోగ్రత 38 ° C (100.4 ° F) కంటే ఎక్కువగా ఉంటుంది
- 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:

మీకు 24 గంటల్లో 4 లేదా అంతకంటే ఎక్కువ వదులుగా ఉండే పూలు (మలం) ఉంటే మీరు మీ బృందంతో 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 పైబర్ తక్కువగా ఉండే ఆహారాన్ని తినాలి



మరియు పచ్చి పండ్లు, పండ్ల రసం, తృణదాన్యాలు మరియు కూరగాయలను నివారించాలి. ఇది ఆల్కహాల్, కెఫిన్, పాల ఉత్పత్తులు మరియు అధిక కొవ్వు కలిగిన ఆహారాలను నివారించడానికి కూడా సహాయపడుతుంది.

### చేతులు - కాళ్ళు (Hand- Foot Syndrome)వ్యాధి:

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-ఫుట్ సిండ్రోమ్కు మందుల మోతాదులో తగ్గింపులు అవసరం కావచ్చు మరియు కొన్నిసార్లు, చర్మంలో మార్పులు మరింత తీవ్రంగా ఉన్నప్పుడు, చికిత్సను నిలిపివేయాల్సి ఉంటుంది. హ్యాండ్-ఫుట్ సిండ్రోమ్ అభివృద్ధిని తగ్గించే ప్రయత్నంలో నివారణ చాలా ముఖ్యం. దిగువ "చికిత్స సమయంలో చిట్కాలు" విభాగంలో సలహాను అనుసరించడం ద్వారా మీ చేతులు మరియు కాళ్ళను జాగ్రత్తగా చూసుకోండి.

### నోటి పుండ్లు మరియు పూతల:

సూక్ష్మక్రిములు పెరగకుండా ఉండటానికి మీరు తిన్న తర్వాత ఎల్లప్పుడూ పళ్ళు తోముకోవాలి. నోటి పుండ్లను నివారించడానికి లేదా సహాయపడటానికి మృదువైన టూత్ బ్రష్ని వాడండి మరియు 1/2 నుండి 1 టీస్పూన్ బేకింగ్ సోడాను నీటిలో కలిపి (లేదా సాధారణ మౌత్ వాష్) 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.

### పెరిగిన కాలేయ ఎంజైమ్లు:

మీరు ట్రాన్స్మమిసెన్ల (కాలేయం ద్వారా తయారైన ప్రోటీన్లు) యొక్క అధిక విలువలను కలిగి ఉంటే, మీరు సాధారణంగా మీ కార్యాచరణ లేదా శక్తి స్థాయిలలో ఎలాంటి తేడాను గమనించలేరు. మీ డాక్టర్ వాటిని

రక్త పరీక్షలలో తనిఖీ చేస్తారు మరియు కీమోథెరపీ మోతాదును సర్దుబాటు చేయాలా వద్దా అని అతను/ఆమె నిర్ణయిస్తారు.

**అలసట:** చాలా సాధారణ దుష్ప్రభావం, ఇది చికిత్స సమయంలో పెరుగుతుంది.

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

**రక్తము గడ్డ కట్టుట:** మీ కాళ్లు వాపు, ఎరుపు మరియు బాధాకరంగా ఉంటే లేదా మీకు శ్వాస రాకుండా ఉంటే హెల్ప్‌లైన్‌ను సంప్రదించండి.

## కొన్ని తక్కువ సాధారణ దుష్ప్రభావాలు

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

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

**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.



**పోత్తి కడుపు నొప్పి:** మీరు నిస్తేజంగా 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 కుప్పనీ 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, డ్రైవ్ చేయవద్దు లేదా యంత్రాలను ఆపరేట్ చేయవద్దు.

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

**మీ దుష్ప్రభావాలను నియంత్రించడంలో సహాయపడే మందులు:**

ఏవైనా దుష్ప్రభావాల 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 ఫార్మా ప్రీస్క్రిప్షన్లను మీ ఆంకాలజీ బృందానికి నివేదించండి, తద్వారా వారు సలహా ఇస్తారు.

## నేను ప్లాటీకా తీసుకోవచ్చా?

అవును, మీ కీమోథెరపీని ప్రారంభించడానికి ముందు మీరు ప్లాటీకా వేయించుకోవాలని సూచించారు. మీరు ఇప్పటికే మీ కీమోథెరపీని ప్రారంభించినట్లయితే, దయచేసి ప్లాటీకా 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 షుధాలను తీసుకోవచ్చు.
- పేవింగ్ చేసేటప్పుడు ఎలక్ట్రిక్ రేజర్ మరియు రక్తస్రావాన్ని తగ్గించడానికి మృదువైన టూత్ బ్రష్ ఉపయోగించండి.
- సూర్యరశ్మి నివారించండి: SPF 15 (లేదా అంతకంటే ఎక్కువ) సన్‌బ్లాక్ మరియు రక్షణ దుస్తులు ధరించండి.
- మీరు మగత లేదా మైకము అనుభవించవచ్చు; కాపెసిటాబైన్‌కు 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 అరికాళ్లపై 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 డాక్టర్తో అత్యుత్తమ మందుల గురించి చర్చించండి.

- లక్షణాలను నియంత్రించడంలో మీకు సహాయపడే మందులను ఇంట్లో ఉంచండి.
- కీమోథెరపీని ప్రారంభించే ముందు, మీరు తీసుకుంటున్న ఏవైనా మందుల గురించి మీ వైద్యుడికి చెప్పండి. కొన్నిసార్లు దుష్ప్రభావాలు 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 చోలాంగియోకార్సినోమా ఛారిటీ వెబ్‌సైట్.

మీరు దిగువ సంబంధిత లింక్‌ను కనుగొనవచ్చు:

[www.esmo.org/for-patients/patient-guides/biliary-tract-cancer](http://www.esmo.org/for-patients/patient-guides/biliary-tract-cancer)

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