

पित्तविषयक मार्गांच्या कर्करोगासाठी कॅपेसिटाबाईन आणि ऑक्सलिप्लाटिन (कॅपॉक्स)

तुमच्या डॉक्टरांनी तुमच्या कर्करोगावर उपचार करण्यासाठी कॅपेसिटाबाईन आणि ऑक्सलिप्लाटिन (कॅपॉक्स) च्या संयोजनाची शिफारस केली असल्यास, या औषधांबद्दल आणि त्यांच्याशी संबंधित काही पैलूंबद्दल काही महत्त्वाची माहिती येथे आहे.

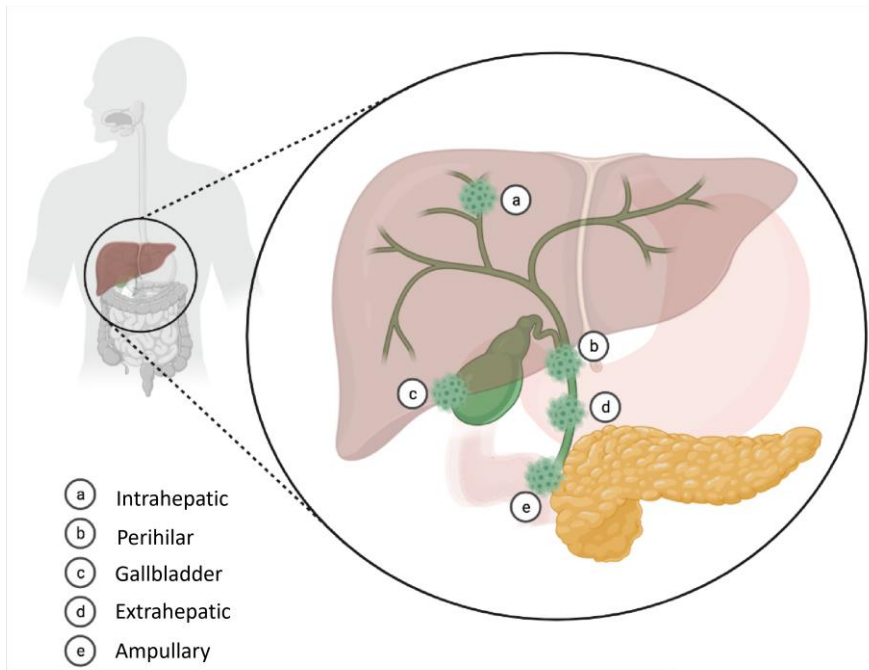
पित्तविषयक मार्ग कर्करोग

पित्तविषयक मार्गांचे कर्करोग पेशींपासून विकसित होतात (ज्याला कोलॅन्जिओसाइट्स म्हणतात) जे सामान्यतः पित्तविषयक प्रणालीचे अस्तर बनवतात (खालील चित्रात हिरव्या रंगात चित्रित केलेले). पित्तविषयक नलिका या लहान नळ्या आहेत ज्या पित्त वाहून नेतात, ज्याचा उपयोग यकृत आणि पित्ताशयापासून लहान आतड्यात अन्न पचवण्यासाठी केला जातो.

पित्तविषयक मार्गांचे कर्करोग म्हणजे पित्ताशयाचा कर्करोग, पित्ताशयाचा कर्करोग आणि एम्प्युलरी कर्करोग:

- **कोलान्जिओकार्सिनोमा** - ज्याला पित्त नलिकाचा कर्करोग असेही म्हणतात. हा कर्करोग पित्त नलिकांमध्ये कुठे विकसित होतो यावर अवलंबून, तीन प्रकारांमध्ये वर्गीकृत केला जातो:
 - इंट्राहेपॅटिक कोलॅन्जिओकार्सिनोमा - जेव्हा यकृताच्या आतील नलिकांमध्ये कर्करोग विकसित होतो
 - पेरिहिलर कोलान्जिओकार्सिनोमा - जेव्हा ते यकृताच्या बाहेरील नलिकांमध्ये विकसित होते
 - डिस्टल/एक्स्ट्राहेपॅटिक कोलान्जिओकार्सिनोमा - जेव्हा ते यकृतापासून दूर असलेल्या नलिकांमध्ये विकसित होते
- **पित्ताशयाचा कर्करोग** - पित्ताशयाच्या आवरणातून उद्भवतो
- **एम्प्युलरी कर्करोग** - पित्त नलिका आणि लहान आतड्यांमधील जोडणीतून उद्भवतो

तुम्हाला हे पत्रक देण्यात आले आहे कारण तुम्हाला पित्तविषयक मार्गांचा कर्करोग असल्याचे निदान झाले आहे. तुमचा ऑन्कोलॉजिस्ट तुमच्याशी कोणता पित्तविषयक मार्गांचा कर्करोग आहे आणि तो किती वाढला आहे याबद्दल चर्चा करू शकतो.



- 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 Chaturbhuj Agarwal, Dr Dulal Mondal, Dr Amrith BP, Dr Srujana Joga. Indian Coordinator: Dr Venkata Pradeep Babu K, Translation project coordinator: Dr. R Casolino.

कॅपॉक्समहणजे काय?

कॅपॉक्स हे कॅपेसिटाबाईन आणि ऑक्सलिप्लाटिनचे बनलेले केमोथेरपी संयोजन आहे. कॅपेसिटाबाईन आणि ऑक्सलिप्लाटिन ही दोन केमोथेरपी औषधे आहेत जी पेशींच्या प्रतिकृतीच्या प्रक्रियेत हस्तक्षेप करून ट्यूमर पेशी नष्ट करतात. तथापि, कारण ते सामान्य पेशींना देखील नुकसान करू शकते, त्यामुळे काही दुष्परिणाम होऊ शकतात.

कॅपॉक्सकसे प्रशासित केले जाते?

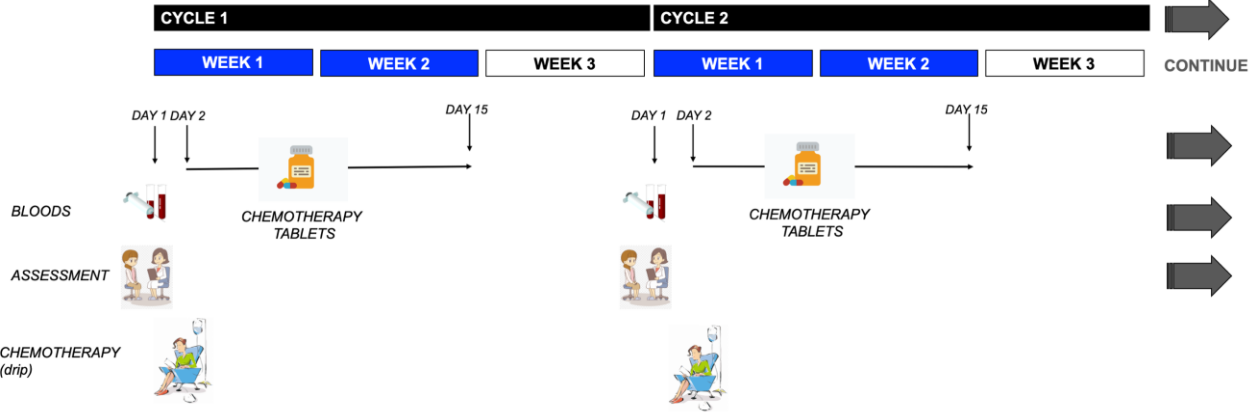
कॅपॉक्सदोन औषधांनी बनलेले आहे जे दोन वेगवेगळ्या प्रकारे प्रशासित केले जातात. तुम्हाला हॉस्पिटलमध्ये, केमोथेरपी युनिटमध्ये ऑक्सलिप्लाटिन मिळेल. ऑक्सलिप्लाटिन हे कॅन्युला, एक लहान पातळ नळीद्वारे इंटरव्हेनस (शिरेमध्ये) इंजेक्ट केले जाते, जी नर्सद्वारे तुमच्या हाताच्या किंवा हाताच्या शिरामध्ये टाकली जाईल. तुम्हाला ऑक्सलिप्लाटिन मिळाल्यानंतर कॅन्युला काढला जाईल. कॅपेसिटाबाईन तोंडी (तोंडाने) गोळ्या म्हणून घेतले जाते. तुम्हाला प्रत्येक सायकलच्या सुरुवातीला हॉस्पिटलच्या फार्मसीमधून गोळ्यांमध्ये कॅपेसिटाबाईन मिळेल. तुम्ही सलग दोन आठवडे घरी कॅपेसिटाबाईन घ्याल. हे सहसा दिवसातून दोनदा सकाळी आणि संध्याकाळी लिहून दिले जाते. आदर्श डोस मध्यांतर दर 12 तासांनी आहे, परंतु ते तुमच्यासाठी अधिक योग्य असल्यास, तुम्ही दर 10 किंवा 11 तासांनी गोळ्या घेऊ शकता (परंतु 8 तासांपेक्षा कमी अंतराने कधीही). गोळ्या जेवणानंतर 30 मिनिटांच्या आत भरपूर पाण्याने घेतल्या पाहिजेत (जर तुम्ही योग्य जेवण घेऊ शकत नसाल तर नाश्ता ठीक होईल). आदर्शपणे या गोळ्या चघळल्या किंवा ठेचल्याशिवाय गिळल्या पाहिजेत, परंतु जर तुम्हाला गिळण्यात समस्या येत असेल तर तुम्ही त्या पाण्यात विरघळू शकता. तुमचा एखादा डोस चुकला तर, चुकवलेला डोस वगळा आणि तुमचे सामान्य वेळापत्रक चालू ठेवा. एकाच वेळी दोन डोस किंवा अतिरिक्त डोस घेऊ नका. तुमची उंची, वजन, वय, सामान्य आरोग्य आणि अंतर्निहित परिस्थिती यासह अनेक घटकांच्या आधारे तुमचे डॉक्टर तुम्हाला कॅपॉक्सचा अचूक डोस ठरवतील.

कॅपॉक्सउपचार वेळापत्रक

तुम्हाला उपचारांच्या चक्रात कॅपॉक्समिळेल. कॅपॉक्सउपचारांचे मानक वेळापत्रक तीन आठवड्यांच्या चक्राचे अनुसरण करते, ज्यामध्ये एक दिवस इंटरव्हेनस केमोथेरपी आणि चौदा दिवस तोंडी कॅपेसिटाबाईनचा समावेश असतो, त्यानंतर एक आठवडा विश्रांती घेतली जाते. केमोथेरपीच्या प्रत्येक चक्राच्या सुरुवातीला, ऑन्कोलॉजी टीमद्वारे तुमचे मूल्यांकन केले जाईल. केमोथेरपीच्या प्रत्येक सत्रापूर्वी, तुमची रक्त तपासणी केली जाईल आणि तुमची ऑन्कोलॉजिकल टीम तपासेल की तुम्ही तुमच्या केमोथेरपी सायकलसाठी पुरेसे फिट आहात की नाही. तुमच्या शेवटच्या सल्ल्यापासून तुम्ही कोणत्याही लक्षण(लक्षणे) आणि समस्या(ल्या) ची तक्रार करणे महत्वाचे आहे जेणेकरून डोस/शेड्यूल तुमच्यासाठी समायोजित आणि वैयक्तिकृत केले जाऊ शकते. केमोथेरपीच्या प्रत्येक चक्राच्या पहिल्या आठवड्याच्या पहिल्या दिवशी, तुम्ही ऑन्कोलॉजी टीमला तपासण्यासाठी आणि रक्त तपासणी करण्यासाठी रुग्णालयात याल. केमोथेरपी घेण्यासाठी तुम्ही 1 किंवा 2 दिवसांनी परत याल. या प्रसंगी आपण काही समस्या विकसित केल्याशिवाय आपण डॉक्टरांना भेटणार नाही. केमोथेरपी सत्र 2 ते 3 तास चालेल. सत्राच्या शेवटी परिचारिका तुम्हाला कॅपेसिटाबाईन गोळ्या घरी घेऊन जाण्यासाठी देईल. तुम्हाला रात्रभर हॉस्पिटलमध्ये राहण्याची गरज नाही. तुमच्या केमोथेरपीच्या भेटीच्या आदल्या दिवशी डॉक्टर तुम्हाला तुमच्या GP प्रॅक्टिसमध्ये रक्त घेण्यास सांगू शकतात

कॅपॉक्ससायकल: 2 आठवडे चालू, 1 आठवडा बंद

- 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 Chaturbhuj Agarwal, Dr Dulal Mondal, Dr Amrith BP, Dr Srujana Joga. Indian Coordinator: Dr Venkata Pradeep Babu K, Translation project coordinator: Dr. R Casolino.



कॅंपॉक्सउपचार कालावधी

डॉक्टर तुमच्या उपचारांच्या कालावधीबद्दल तुमच्याशी चर्चा करतील. साधारणपणे, प्रत्येक कॅंपॉक्ससायकल तीन आठवडे चालते. जर उपचार चांगले सहन केले गेले तर ते 8 चक्रांसाठी पुनरावृत्ती केले जाऊ शकते. केमोथेरपी कार्य करत आहे की नाही हे समजून घेण्यासाठी तुमचे डॉक्टर पुन्हा स्कॅन करण्याचा सल्ला देण्यापूर्वी तुम्हाला किमान 4 केमोथेरपी सायकल मिळतील. पहिल्या 3 महिन्यांच्या स्कॅनमध्ये तुमचा कर्करोग स्थिर किंवा कमी होत असल्याचे दिसून आले, तर तुमचे डॉक्टर आणखी 3 महिने केमोथेरपी सुरू ठेवण्याचा सल्ला देऊ शकतात. पहिल्या 6 महिन्यांच्या उपचारानंतर तुमचे डॉक्टर तुमच्याशी चर्चा करतील की तुम्ही केमोथेरपीमधून ब्रेक घ्यावा की तुम्ही पुढे चालू ठेवावे.

कॅंपॉक्सउपचारांचे दुष्परिणाम काय आहेत?

या उपचाराचे ज्ञात दुष्परिणाम आहेत, परंतु तुम्हाला त्यापैकी कोणतेही अनुभव येत नाहीत. याचा अर्थ असा नाही की उपचार काम करत नाहीत; साइड इफेक्ट्सची उपस्थिती किंवा तीव्रता आणि औषधाची प्रभावीता यांच्यात कोणताही संबंध नाही.

तुम्हाला काही साइड इफेक्ट्स मिळू शकतात, परंतु तुम्हाला ते सर्व मिळण्याची शक्यता नाही. लक्षात ठेवा की साइड इफेक्ट्स बहुतेकदा त्यांची सुरुवात, कालावधी आणि तीव्रतेच्या दृष्टीने अंदाज लावता येतात; ते जवळजवळ नेहमीच उलट करता येण्यासारखे असतात आणि ऑक्सॅलिप्लाटिनशी संबंधित वगळता, उपचारानंतर पूर्णपणे निघून जावे. तथापि, त्यांची वारंवारता आणि तीव्रता प्रत्येक व्यक्तीनुसार बदलते. इतर अनेक केमोथेरपी औषधांप्रमाणेच, फ्लोरोरासिल आणि ऑक्सॅलिप्लाटिन कर्करोगाच्या पेशींना मारतात कारण पेशी विभाजन आणि प्रसार थांबवण्याच्या त्यांच्या क्षमतेमुळे. दुर्दैवाने, केमोथेरपी औषधे कर्करोगाच्या पेशी आणि सामान्य पेशी यांच्यातील फरक ओळखण्यास सक्षम नाहीत. त्यामुळे, केमोथेरपीमुळे रक्तपेशी, तोंडातील पेशी, पोट, आतडी आणि इतरत्र सारख्या वेगाने विभाजित होणाऱ्या सामान्य पेशी देखील नष्ट होतात, ज्यामुळे काही भिन्न दुष्परिणाम होतात. उपचार संपल्यानंतर, त्या सामान्य पेशी पुन्हा वाढतील आणि निरोगी होतील.

अशी अनेक औषधे उपलब्ध आहेत जी केमोथेरपी दरम्यान घेतली जाऊ शकतात ज्यामुळे तुम्हाला होणाऱ्या कोणत्याही साइड इफेक्ट्सचा प्रभाव नियंत्रित आणि कमी करता येतो.

कॅंपॉक्सशी संबंधित काही सर्वात सामान्य दुष्परिणाम

हेमॅटोटोक्सिसिटी: तुमच्या रक्तपेशींवरील दुष्परिणाम

• पांढऱ्या रक्त पेशींची कमी संख्या आणि संसर्गाचा धोका

- 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 Chaturbhuj Agarwal, Dr Dulal Mondal, Dr Amrith BP, Dr Srujana Joga. Indian Coordinator: Dr Venkata Pradeep Babu K, Translation project coordinator: Dr. R Casolino.

केमोथेरपी अनेकदा पांढऱ्या रक्त पेशींची संख्या कमी करते, ज्यामुळे तुम्हाला संक्रमणाशी लढण्यात मदत होते. तुमच्या पांढऱ्या रक्तपेशींची संख्या खूप कमी असल्यास (याला न्यूट्रोपेनिया म्हणतात) तुम्हाला संसर्ग होण्याचा धोका असू शकतो. यावेळी, गर्दीच्या ठिकाणी किंवा सर्दी झालेल्या लोकांसह संक्रमणाचा धोका वाढवणारी परिस्थिती टाळण्याची काळजी घेणे आवश्यक आहे.

तुमच्या केमोथेरपीच्या प्रत्येक चक्राच्या 10 व्या आणि 14 व्या दिवसाच्या दरम्यान तुमच्या पांढऱ्या पेशींची संख्या सर्वात कमी असण्याची शक्यता असल्यामुळे, या दिवसांमध्ये संसर्गाचा धोका टाळणे विशेषतः महत्वाचे आहे. प्रत्येक केमोथेरपी चक्रापूर्वी तुमचे डॉक्टर प्रत्येक वेळी तुमच्या पांढऱ्या रक्त पेशी तपासतील. तुमच्या पुढील उपचारापूर्वी पांढऱ्या पेशींची संख्या सामान्यतः सामान्य होईल. काहीवेळा असे होऊ शकते की ते तुम्हाला नियोजित उपचार घेण्यास अनुमती देण्यास खूप कमी आहेत आणि तुमचे डॉक्टर पेशींची संख्या सामान्य होईपर्यंत तुमच्या उपचारांना थोड्या काळासाठी विलंब करतील.

तुम्हाला संसर्गाची चिन्हे आणि लक्षणे माहित असणे महत्वाचे आहे आणि तुम्हाला खालीलपैकी काही विकसित होत असल्यास तुम्ही तुमच्या हॉस्पिटलमधील हेलपलाइनवर (फोन नंबर) संपर्क साधला पाहिजे:

- पॅरासिटामॉल वापरूनही तुमच्या शरीराचे तापमान 38°C (100.4°F) च्या वर जाते
- तुम्हाला अचानक थरकाप किंवा अस्वस्थ वाटते
- तुम्हाला घसा खवखवणे, खोकला, अतिसार, लघवीची वारंवारिता वाढणे

• लाल रक्तपेशींची संख्या कमी

केमोथेरपीमुळे लाल रक्तपेशींची संख्या कमी होऊ शकते. लाल रक्तपेशींची सर्वात महत्वाची भूमिका ही आपल्या शरीराच्या प्रत्येक भागात ऑक्सिजन वाहून नेणे आहे. जर लाल रक्तपेशींची संख्या खूप कमी असेल (याला अॅनिमिया म्हणतात) तर तुम्हाला थकवा आणि श्वास घेण्यास त्रास होऊ शकतो. तुमचा अशक्तपणा गंभीर असल्यास, तुम्हाला रक्त संक्रमणाची आवश्यकता असेल.

• प्लेटलेट्सची कमी संख्या आणि जखम किंवा रक्तस्त्राव होण्याचा धोका

केमोथेरपीमुळे प्लेटलेट्सची संख्या कमी होऊ शकते. रक्त गोठण्यास मदत करण्यासाठी प्लेटलेट्स उपयुक्त आहेत. जर तुमच्या प्लेटलेट्सची संख्या खूप कमी असेल (याला थ्रोम्बोसाइटोपेनिया म्हणतात) तुम्हाला केमोथेरपी मिळू शकत नाही आणि तुमचे डॉक्टर प्लेटलेट्सची संख्या सुधारेपर्यंत तुमच्या उपचारांना थोड्या काळासाठी विलंब करतील. तुम्हाला नाकातून रक्त येणे, हिरड्यांमधून रक्तस्त्राव होणे, त्वचेवर लहान लाल किंवा जांभळे ठिपके यांसारखे काही जखम किंवा रक्तस्त्राव होत असल्यास, कृपया तुमच्या डॉक्टरांना कळवा.

अतिसार: 24 तासांत तुमच्याकडे 4 किंवा अधिक सैल मल (मल) असल्यास तुम्हाला तुमच्या टीमशी संपर्क साधण्याची गरज आहे. तुमचे डॉक्टर तुम्हाला अतिसार विरोधी गोळ्या (लोपेरामाइड) देतील. प्रत्येक वेळी जेव्हा तुम्हाला सैल हालचाल होत असेल तेव्हा तुम्हाला एक लोपेरामाइड टॅब्लेट घेणे आवश्यक आहे. गमावलेले द्रव बदलण्यासाठी भरपूर पाणी पिण्याचे लक्षात ठेवा. जर तुम्हाला अतिसार होत असेल तर तुम्ही कमी फायबर असलेले अन्न खावे आणि कच्ची फळे, फळांचा रस, तृणधान्ये आणि भाज्या टाळा. हे अल्कोहोल, कॅफिन, दुग्धजन्य पदार्थ आणि उच्च चरबीयुक्त पदार्थ टाळण्यास देखील मदत करू शकते.

बोटे आणि बोटे मध्ये बधीरपणा किंवा मुंग्या येणे (पेरिफेरल न्यूरॉपॅथी): ऑक्सॅलीप्लॉटिन-आधारित केमोथेरपीमुळे हात किंवा पाय सुन्न होणे, मुंग्या येणे किंवा वेदना होऊन मज्जातंतूवर परिणाम होऊ शकतो. बोटे आणि पायाची बोटे सुन्न होणे किंवा मुंग्या येणे यामुळे चपला बांधणे किंवा बटणे वर करणे यासारख्या गोष्टी करणे कठीण होऊ शकते. हे काही दिवस किंवा आठवड्यात सुरू होऊ शकते आणि काही महिने टिकू शकते. क्वचितच, सुन्नपणा कायमचा असू शकतो. ही लक्षणे उद्भवली तरी ती कमी करण्यासाठी तुम्हाला खालील विशिष्ट टिप्स मिळू शकतात.

हँड-फूट सिंड्रोम: तुमचे हात किंवा पाय सूर्यप्रकाशासारखे लाल, फोड, कोरडे किंवा सुजलेले होऊ शकतात. तळवे आणि तळवे यांच्यावरील त्वचा सोलणे सुरू होऊ शकते, साधारणपणे सौम्य पद्धतीने आणि क्वचितच उपचार सुरू झाल्यापासून दोन आठवड्यांपूर्वी. यासोबत हात किंवा पाय सुन्न होणे किंवा मुंग्या येणे देखील असू शकते. तुमचे डॉक्टर तुमच्याशी अशा लक्षणांवर चर्चा करतील आणि ते तुमच्या दैनंदिन जीवनातील क्रियाकलापांमध्ये कसे हस्तक्षेप करतात. हँड-फूट सिंड्रोममध्ये औषधाच्या डोसमध्ये कपात करण्याची आवश्यकता असू शकते आणि काहीवेळा, जेव्हा त्वचेमध्ये बदल अधिक गंभीर असतात, तेव्हा उपचार थांबवावे लागू शकतात. हँड-फूट सिंड्रोमचा विकास कमी करण्याच्या प्रयत्नात प्रतिबंध करणे फार महत्वाचे आहे. खालील "उपचार करताना टिपा" विभागातील सल्ल्याचे पालन करून तुमच्या हात आणि पायांची काळजी घ्या.

तोंडाचे फोड आणि व्रण: जंतू वाढू नयेत म्हणून तुम्ही खाल्ल्यानंतर नेहमी दात घासावेत. तोंडाच्या फोडांना प्रतिबंध करण्यासाठी किंवा त्यावर उपचार करण्यासाठी मऊ टूथब्रश वापरा आणि 1/2 ते 1 चमचे बेकिंग सोडा पाण्यात मिसळून (किंवा सामान्य माउथवॉश) दिवसातून तीन वेळा स्वच्छ धुवा. संतरी, लिंबू आणि द्राक्षे यांसारखे आम्लयुक्त पदार्थ टाळणे चांगले. तुम्हाला अल्सर असल्यास तुमच्या डॉक्टरांना किंवा नर्सला सांगा, कारण ते तोंडातील फोड टाळण्यास किंवा त्यावर उपचार करण्यास मदत करू शकतात.

भारदस्त यकृत एंझाइम: जर तुमच्याकडे ट्रान्समिनेसेस (यकृताद्वारे बनवलेली प्रथिने) उच्च मूल्ये असतील तर तुम्हाला तुमच्या क्रियाकलाप किंवा उर्जेच्या पातळीत कोणताही फरक जाणवणार नाही. तुमचे डॉक्टर रक्त चाचण्यांमध्ये त्यांची तपासणी करतील आणि केमोथेरपीचा डोस समायोजित करायचा की नाही हे तो/ती ठरवेल.

थकवा: एक अतिशय सामान्य दुष्परिणाम, जो उपचारादरम्यान वाढू शकतो.

कमी भूक: जर तुम्ही एक किंवा दोन दिवस जास्त खात नसाल तर काळजी करू नका.

रक्त गोठणे: तुमचे पाय सुजलेले, लाल आणि दुखत असल्यास किंवा तुम्हाला श्वास घेण्यास त्रास होत असल्यास हेल्पलाइनशी संपर्क साधा.

काही कमी सामान्य दुष्परिणाम

एलर्जिक प्रतिक्रिया: काहीवेळा हे ऑक्सॅलिप्लाटिनच्या प्रशासनादरम्यान किंवा काही वेळानंतर होते. अधिक वेळा ते सौम्य असते परंतु गंभीर असू शकते. तुम्हाला यापैकी कोणतीही अचानक लक्षणे आढळल्यास ताबडतोब तुमच्या डॉक्टरांना किंवा नर्सला सांगा:

- पुरळ
- धाप लागणे
- चेहऱ्यावर लालसरपणा किंवा सूज येणे
- गरम वाटणे
- चक्कर येणे
- लघवी करणे आवश्यक आहे

फ्लू सारखी लक्षणे: केमोथेरपी उपचारादरम्यान किंवा थोड्या वेळाने तुम्हाला हे अनुभव येऊ शकतात:

- गरम, थंड किंवा थरथर वाटणे
- ताप
- डोकेदुखी
- स्नायू दुखणे
- थकवा

केमोथेरपीचे एक्सट्राव्हॅसेशन (गळती) : ती दिली जात असताना, केमोथेरपी शिराच्या बाहेर गळू शकते आणि आजूबाजूच्या ऊतींचे नुकसान करू शकते. तुम्हाला रक्तवाहिनीभोवती कोणताही त्रास, वेदना, लालसरपणा किंवा सूज असल्यास ताबडतोब तुमच्या नर्सला सांगा.

मळमळ: काहीवेळा उलट्या होतात, परंतु हे सहसा आजार-विरोधी औषधांद्वारे चांगले नियंत्रित केले जाते. तुम्हाला आजारी वाटत नसले तरीही आजारविरोधी औषधे घेणे महत्वाचे आहे कारण आजार सुरू झाल्यानंतर

त्यावर उपचार करण्यापेक्षा प्रतिबंध करणे सोपे आहे. जर तुम्हाला दिवसातून एकापेक्षा जास्त वेळा आजारी वाटत असेल तर लगेच तुमच्या डॉक्टरांशी किंवा नर्सशी संपर्क साधा.

ओटीपोटात दुखणे: तुम्हाला फुशारकीसह कंटाळवाणा वेदना किंवा पेटके येऊ शकतात. हे सामान्यतः केमोथेरपीशी संबंधित आहे. जर तुम्हाला सतत तीक्ष्ण वेदना होत असतील तर तुमच्या डॉक्टरांशी संपर्क साधा.

बद्धकोष्ठता: जास्त फायबर असलेले पदार्थ खाणे (भाज्या, फळे, होलमील ब्रेड) आणि किमान 2 लिटर पाणी पिणे तुम्हाला मदत करू शकते. दोन/तीन दिवसांपेक्षा जास्त काळ टिकल्यास तुम्हाला रेचकांची गरज भासू शकते.

डोकेदुखी: असे झाल्यास, तुम्ही पॅरासिटामॉल सारखी वेदनाशामक औषधे घेऊ शकता.

द्रव तयार होणे: तुमचे वजन वाढू शकते आणि तुमचा चेहरा किंवा तुमचे घोटे किंवा पाय फुगू शकतात. हे तुमचे पाय उशीवर ठेवण्यास मदत करू शकते. तुमचा उपचार संपल्यानंतर सूज बरी होईल.

झोपेमध्ये अडचण: झोपेच्या गोळ्या आवश्यक असल्यास तुम्ही घेऊ शकता.

तंद्री: केमोथेरपीमुळे तुम्हाला खूप झोप येते (तंद्री) आणि थकवा जाणवू शकतो. तुम्हाला खूप झोप येत असेल, तर वाहन चालवू नका किंवा मशिनरी चालवू नका.

केस गळणे: तुमचे केस पातळ होऊ शकतात, परंतु तुमचे केस गळण्याची शक्यता नाही.

साइड इफेक्ट्स नियंत्रित करण्यात मदत करण्यासाठी औषधे

तुमच्या डॉक्टरांना कोणतेही दुष्परिणाम कळवण्याची खात्री करा; लक्षणे नियंत्रित करण्यासाठी उपयुक्त औषधे आहेत.

मी माझी सर्व सामान्य औषधे घेणे सुरू ठेवावे का?

होय, तुम्हाला तुमची नेहमीची सर्व औषधे घेत राहावे लागतील. कृपया तुम्ही घेत असलेली सर्व औषधे तुमच्या ऑन्कोलॉजी टीमला कळवा, जेणेकरून ते सल्ला देऊ शकतील.

मी फलू लसीकरण करू शकतो का?

होय, तुमची केमोथेरपी सुरू करण्यापूर्वी तुम्हाला फलूचे लसीकरण करण्याचा सल्ला दिला जातो. तुम्ही तुमची केमोथेरपी आधीच सुरू केली असल्यास, कृपया तुमच्या डॉक्टरांना विचारा जे लसीकरणासाठी सर्वोत्तम वेळेचा सल्ला देऊ शकतात.

उपचार दरम्यान टिपा

- भरपूर द्रव प्या (दररोज किमान 2 लिटर) तुमच्या मूत्रपिंडाचे रक्षण करा.
- चांगले पोषण ठेवा. थोडेसे वारंवार जेवण केल्याने मळमळ कमी होण्यास मदत होऊ शकते. आपण चरबीयुक्त किंवा तळलेले पदार्थ टाळावे. तुम्हाला गरज पडल्यास तुम्ही अँटी-सिकनेस औषधे घेऊ शकता.
- मुंडण करताना इलेक्ट्रिक रेझर आणि रक्तस्त्राव कमी करण्यासाठी मऊ टूथब्रश वापरा.
- सूर्यप्रकाश टाळा. SPF 15 (किंवा उच्च) सनब्लॉक आणि संरक्षणात्मक कपडे घाला.
- तुम्हाला तंद्री किंवा चक्कर येऊ शकते; कॅपेसिटाबाईनला तुमचा प्रतिसाद कळेपर्यंत ड्रायव्हिंग टाळा किंवा सतर्कता आवश्यक असलेल्या कामांमध्ये गुंतणे टाळा.
- भरपूर अराम करा.
- हँड-फूट सिंड्रोम टाळण्यासाठी:
 - हात आणि पायांचे घर्षण, दाब आणि उष्णता कमी करा.
 - गरम पाण्याचा दीर्घकाळ संपर्क टाळा जसे की भांडी धुणे, लांब शॉवर किंवा टब बाथ.
 - डिशवॉशिंग ग्लोव्हज वापरू नका कारण रबर तुमच्या तळहातांची त्वचा उबदार ठेवू शकते.
 - तुमच्या तळव्यांवरील त्वचेची साल कमी करण्यासाठी लांब चालणे किंवा उडी मारणे टाळा.

- कठोर पृष्ठभागावर हात पिळून घेणारी बाग/घरगुती साधने वापरू नका.
- हात आणि पायांवर लोशन घासणे टाळा परंतु त्वचा ओलसर ठेवा.
- लक्षणे कमी करण्यात मदत करण्यासाठी तुम्ही वेदना कमी करण्यासाठी इमोलिंट क्रीम आणि पेनकिलर वापरू शकता. तुमच्या डॉक्टरांशी सर्वोत्तम औषधांची चर्चा करा.
- लक्षणे नियंत्रित करण्यासाठी तुम्हाला आवश्यक असलेली औषधे घरी ठेवा.
- केमोथेरपी सुरू करण्यापूर्वी, तुम्ही घेत असलेल्या कोणत्याही औषधाबद्दल तुमच्या डॉक्टरांना सांगा.
- कधीकधी साइड इफेक्ट्स तुमच्या औषधांशी संबंधित असू शकतात आणि केमोथेरपीशी नाही.
- तुमची लक्षणे गंभीर असल्यास किंवा 24 तासांनंतर सुधारत नसल्यास, हॉस्पिटलशी संपर्क साधण्यास अजिबात संकोच करू नका.
- रक्ताच्या गुठळ्या होण्याच्या लक्षणांकडे लक्ष द्या: वेदना, लालसरपणा, हात किंवा पाय सुजणे, श्वास लागणे किंवा छातीत दुखणे. तुम्हाला यापैकी कोणतीही लक्षणे आढळल्यास तुमच्या डॉक्टरांशी संपर्क साधा.
- केमोथेरपी घेत असताना तुमच्या डॉक्टरांच्या परवानगीशिवाय कोणत्याही प्रकारचे लसीकरण घेऊ नका.
- तुम्ही बाळंतपणाच्या वयाची स्त्री असल्यास:
 - तुमच्या डॉक्टरांना कळवा
 - जर तुम्ही गर्भवती असाल किंवा हे उपचार सुरू करण्यापूर्वी तुम्ही गर्भवती असाल
 - केमोथेरपी दरम्यान गर्भधारणा टाळा
 - केमोथेरपी दरम्यान स्तनपान करू नका

हॉस्पिटलशी कधी संपर्क साधावा?

तुमची लक्षणे गंभीर असल्यास किंवा 24 तासांनंतर सुधारत नसल्यास, हॉस्पिटलशी संपर्क साधण्यास अजिबात संकोच करू नका.

रुग्णालयातील आपत्कालीन संपर्क:

मला अधिक माहिती कुठे मिळेल?

तुम्हाला या क्षेत्रात अधिक माहिती मिळवायची असल्यास, तुम्ही पित्तविषयक मार्गाच्या कर्करोगासाठी ESMO वेबसाइटला भेट देऊ शकता: रुग्णांसाठी मार्गदर्शक आणि AMMF The Cholangiocarcinoma Charity वेबसाइट.

आपण खालील लिंक शोधू शकता:

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

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