पित्त पथ के कैंसर के लिए जेमिसिटाबाइन और सिस्प्लैटिन (जीईएम/सीआईएस)

यदि आपके डॉक्टर ने आपके कैंसर के इलाज के लिए जेमिसिटाबाइन और स्प्लैटिन दवाओं को मिला कर लेने की सिफारिश की है, तो इन दवाओं और उनसे संबंधित कुछ पहलुओं के बारे में कुछ महत्वपूर्ण जानकारी यहां दी गई है।

पित्त पथ का कैंसर

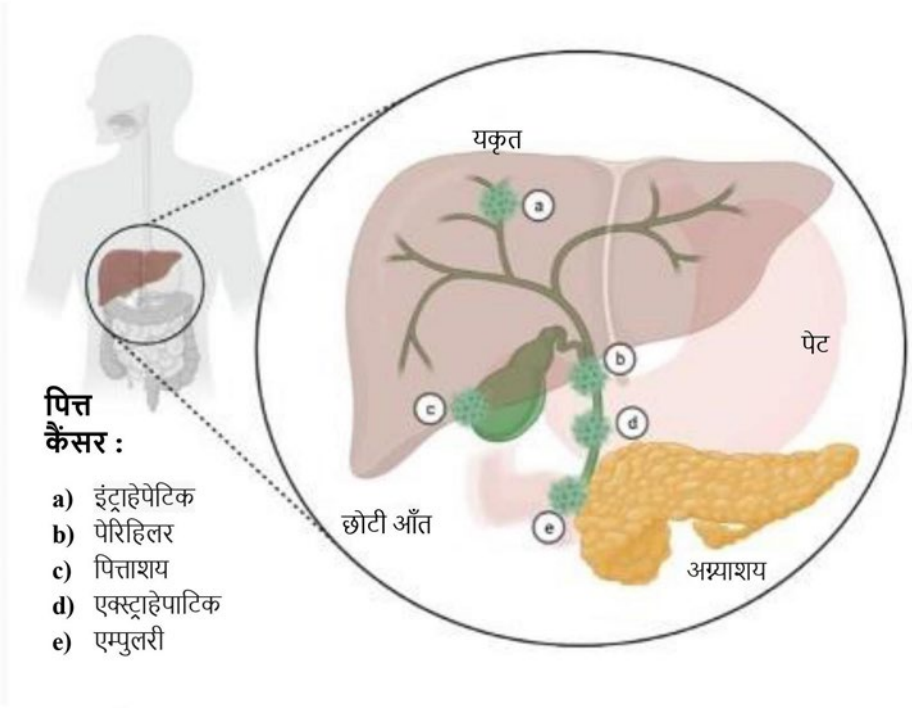
पित्त पथ का कैंसर कोशिकाओं से विकसित होते हैं (जिन्हें कोलेजनोसाइट्स कहा जाता है) जो सामान्य रूप से पित्त प्रणाली में परत बनाते हैं (नीचे चित्र में हरे रंग में दिखाया गया है)। पित्त वाहिकाएं छोटी नलिकाएं होती हैं जो पित्त को ले जाती हैं, जिसका उपयोग लीवर और गॉलबैल्डर (पित्ताशय कोष) से छोटी आंत में भोजन को पचाने के लिए होता है।

पित्त पथ के कैंसर हैं, कोलेंजियोकार्सिनोमा, पित्ताशय की थैली (गॉलबैल्डर) का कैंसर और एम्पुलरी कैंसर :-

- **कोलेंजियोकार्सिनोमा :** जिसे पित्त नली के कैंसर के रूप में भी जाना जाता है। यह कैंसर पित्त नलिकाओं के भीतर कहाँ विकसित होता है, उसके आधार पर तीन प्रकारों में वर्गीकृत किया जाता है :
  - इंट्राहेपेटिक कोलेंजियोकार्सिनोमा - जब लीवर के अंदर नलिकाओं में कैंसर विकसित होता है।
  - पेरिहिलर कोलेजनियोकार्सिनोमा - जब यह लीवर के ठीक बाहर नलिकाओं में विकसित होता है।
  - डिस्टल/एक्स्ट्राहेपेटिक कोलेंजियोकार्सिनोमा - जब यह लीवर से दूर नलिकाओं में विकसित होता है।
- **पित्ताशय की थैली का कैंसर** - पित्ताशय की थैली की परत से उत्पन्न होता है।
- **एम्पुलरी कैंसर -** पित्त नलिकाओं और छोटी आंत के बीच जुड़ने से उत्पन्न होता है।

आपको यह पत्रक इसलिए दिया गया है क्योंकि आपका पित्त पथ के कैंसर के साथ निदान किया गया है। आपका ऑन्कोलॉजिस्ट (कैंसर रोगियों का इलाज करने वाले डॉक्टर) आपके साथ चर्चा कर सकता है कि आपको कौन सा पित्त पथ का कैंसर है और यह कितना बढ़ गया है।

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 Niseno Terhuja and Dr Anindita Das.Translation project coordinator: Dr. R Casolino



डॉ एमजी प्रीते और डॉ सी ब्रोकोनी (ऑन्कोलॉजिस्ट) द्वारा निर्मित। सुश्री जे मिल्ने (नर्स), सुश्री एच मोरेमेंट (रोगी प्रतिनिधि) द्वारा संशोधित

जीईएम/सीआईएस क्या है ?

जेमिसिटाबाइन और सिस्प्लैटिन दो कीमोथेरेपी दवाएं हैं जो कोशिका की दोबारा उत्पादन होने की प्रक्रिया में अवरोध कर ट्यूमर की कोशिकाओं को मारती हैं। हालांकि, क्योंकि वे सामान्य कोशिकाओं को भी नुकसान पहुंचा सकती हैं, जो कुछ दुष्प्रभाव पैदा कर सकते हैं। हम जेमिसिटाबाइन और सिस्प्लैटिन के संयोजन को छोटे नाम जीईएम/सीआईएस के साथ बुलाएंगे।

जीईएम/सीआईएस को कैसे दिया जाता है ?

आपको अस्पताल के कीमोथेरेपी यूनिट में, जीईएम/सीआईएस दवा दी जाएगी। दोनों दवाओं को एक प्रवेशनी (कैन्युला), एक छोटी पतली ट्यूब के माध्यम से अंतःशिरा (नस में) इंजेक्ट किया जाता है, जिसे एक नर्स द्वारा आपके बांह या हाथ की नस में डाला जाएगा। आपके जीईएम/सीआईएस प्राप्त करने के बाद प्रवेशनी को हटा दिया जाएगा। क्योंकि सिस्प्लैटिन कुछ दर्द पैदा कर सकता है या नस के साथ हानिकारक हो सकता है, इसे रोकने के लिए आपको सिस्प्लैटिन इन्फ्यूजन (जलसेक) देने से पहले और बाद में आपकी नसों के जरिये प्रचुर मात्रा में तरल पदार्थ दिये जायेंगे।

आपका डॉक्टर आपकी ऊंचाई, वजन, उम्र, सामान्य स्वास्थ्य और मुख्य अवस्थाओं सहित कई कारकों के आधार पर आपको प्राप्त होने वाली जीईएम/सीआईएस की सटीक खुराक तय करेगा।

जीईएम/सीआईएस उपचार सूची

उपचार के लिए आपको जीईएम/सीआईएस प्राप्त होगा। जीईएम/सीआईएस उपचार की मानक सूची में तीन सप्ताह के चक्र का पालन करना है, जिसमें एक सप्ताह के आराम के बाद, दो सप्ताह के लिए, सप्ताह में एक दिन कीमोथेरेपी की जाती है।

कीमोथेरेपी के प्रत्येक सत्र से पहले, आपका रक्त परीक्षण होगा और आपकी ऑन्कोलॉजिकल टीम यह जांच करेगी कि आप कीमोथेरेपी सत्र के लिए पर्याप्त रूप से फिट हैं या नहीं। यह महत्वपूर्ण है कि आप अपने पिछले सत्र

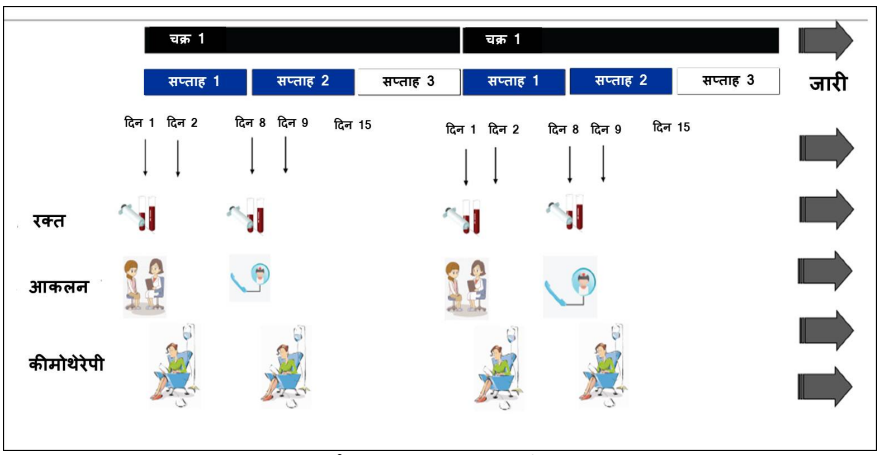
Generated by Dr MG Prete and Dr C Braconi (oncologists) based on information developed by Macmillan Cancer Support and used with permission. Revised by Ms J Milne (nurse), Ms H Morement (patient representative). Translated by Dr Niseno Terhuja and Dr Anindita Das.Translation project coordinator: Dr. R Casolino

के बाद से किसी भी लक्षण और समस्या की रिपोर्ट करें ताकि खुराक/सारणी को विशेष रूप से आपके अनुकूल और व्यक्तिगत जरूरतों के अनुसार बनाया जा सके।

कीमोथेरेपी के प्रत्येक चक्र के पहले सप्ताह के पहले दिन, आप आकलन के लिए ऑन्कोलॉजी टीम से मिलने और रक्त परीक्षण के लिए अस्पताल आएंगे। आप 1 या 2 दिन बाद कीमोथेरेपी प्राप्त करने के लिए वापस आएंगे। इस अवसर पर आप डॉक्टर से तब तक नहीं मिलेंगे जब तक आपको कोई समस्या न हो। कीमोथेरेपी सत्र 3 से 4 घंटे तक चलेगा।

दूसरे सप्ताह के 8 वें दिन आपको रक्त की जाँच दोबारा करवाने की आवश्यकता होगी, लेकिन आपके कीमोथेरेपी के लिए अस्पताल आने से पहले टीम फोन द्वारा आपका आकलन कर सकती है। डॉक्टर आपको आपके कीमोथेरेपी अपॉइंटमेंट से एक दिन पहले आपके जीपी अभ्यास में रक्त लेने के लिए कह सकते हैं। इसके लिए आपको रात भर अस्पताल में रहने की आवश्यकता नहीं होगी।

जीईएम/सीआईएस चक्र : 2 सप्ताह जारी, 1 सप्ताह बंद



डॉ एमजी प्रीते और डॉ सी ब्रोकोनी (ऑन्कोलॉजिस्ट) द्वारा निर्मित। सुश्री जे मिल्ने (नर्स), सुश्री एच मोरेमेंट (रोगी प्रतिनिधि) द्वारा संशोधित

जीईएम/सीआईएस उपचार की अवधि

डॉक्टर आपके साथ आपके उपचार की अवधि के बारे में चर्चा करेंगे। प्रत्येक जीईएम/सीआईएस चक्र 3 सप्ताह तक चलेगा। यदि आप उपचार को अच्छी तरह से सहन कर पा रहे हैं, तो आपको कम से कम 3 महीने के लिए कीमोथेरेपी दी जाएगी, इसके लिए आपका डॉक्टर पहले कीमोथेरेपी सही काम कर रही है या नहीं, यह समझने के लिए दोबारा स्कैन करने की सलाह की देगा। यदि पहले 3 महीनों के स्कैन से पता चलता है कि आपका कैंसर स्थिर है या सिकुड़ रहा है, तो आपका डॉक्टर अगले 3 महीनों के लिए कीमोथेरेपी जारी रखने की सलाह दे सकता है। उपचार के पहले 6 महीनों के बाद आपका डॉक्टर आपके साथ चर्चा करेगा कि क्या आपकी कीमोथेरेपी रोक देनी चाहिए या आपको जारी रखना चाहिए।

जीईएम/सीआईएस उपचार के क्या दुष्प्रभाव हैं ?

इस उपचार के दुष्प्रभाव ज्ञात हैं, लेकिन आप उनमें से किसी का भी अनुभव नहीं कर सकते हैं। इसका मतलब यह नहीं है कि यह उपचार काम नहीं कर रहा है; दुष्प्रभावों की उपस्थिति या गंभीरता और दवा की प्रभावकारिता के बीच कोई संबंध नहीं है।

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 Niseno Terhuja and Dr Anindita Das.Translation project coordinator: Dr. R Casolino

आपको कुछ दुष्प्रभाव हो सकते हैं, लेकिन आपको उन सभी के होने की संभावना नहीं है। याद रखें कि शुरुआत, अवधि और गंभीरता के संदर्भ में दुष्प्रभाव अक्सर अनुमानित होते हैं; वे लगभग हमेशा पलटने वाले होते हैं और सिस्प्लैटिन से संबंधित दुष्प्रभावों को छोड़कर, उपचार के बाद पूरी तरह से चले जाना चाहिए। हालांकि, दुष्प्रभाव का होना और गंभीरता एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति में भिन्न होती है।

कई अन्य कीमोथेरेपी दवाओं की तरह, जीईएम/सीआईएस कैंसर कोशिकाओं को मारते हैं, क्योंकि वे कोशिका विभाजन और फैलाव को रोकने की क्षमता रखते हैं। दुर्भाग्य से, कीमोथेरेपी दवाएं कैंसर कोशिकाओं और सामान्य कोशिकाओं के बीच अंतर को पहचानने में सक्षम नहीं हैं। इसलिए, कीमोथेरेपी सामान्य कोशिकाओं को भी मार देगी, जो तेजी से विभाजित हो रहे हैं, जैसे रक्त कोशिकाएं, मुंह, पेट, आंत्र और अन्य जगहों की कोशिकाएं, जो कुछ अलग-अलग दुष्प्रभावों का कारण बनती हैं। एक बार उपचार समाप्त हो जाने पर, वे सामान्य कोशिकाएं फिर से विकसित और स्वस्थ होंगी।

ऐसी कई दवाएं उपलब्ध हैं जो किमोथेरेपी के दौरान ली जा सकती हैं ताकि आपके किसी भी दुष्प्रभाव के प्रभाव को नियंत्रित और कम किया जा सके।

जीईएम/सीआईएस से संबंधित कुछ सबसे आम दुष्प्रभाव

हेमटोटॉक्सिसिटी: आपके रक्त कोशिकाओं पर दुष्प्रभाव सहित

- **श्वेत रक्त कोशिकाओं की कम संख्या और संक्रमण का खतरा**

कीमोथेरेपी अक्सर सफेद रक्त कोशिकाओं की संख्या को कम कर देती है, जो आपको संक्रमण से लड़ने में मदद करती हैं। यदि आपकी श्वेत रक्त कोशिका की संख्या बहुत कम है (इसे न्यूट्रोपेनिया कहा जाता है) तो आपको संक्रमण का खतरा हो सकता है। इस समय, ऐसी स्थितियों से बचने के लिए सावधान रहना महत्वपूर्ण है जो संक्रमण के इस जोखिम को बढ़ा सकती हैं, जैसे कि भीड़-भाड़ वाली जगहों पर रहना या सर्दी-जुकाम वाले लोगों के संपर्क में रहना।

चूंकि आपकी कीमोथेरेपी के प्रत्येक चक्र के 10 वें दिन और 14 वें दिन के बीच आपकी श्वेत कोशिकाओं की संख्या सबसे कम होने की संभावना है, इन दिनों के दौरान संक्रमण के जोखिम से बचना विशेष रूप से महत्वपूर्ण है।

श्वेत रक्त कोशिकाओं में कमी उन महत्वपूर्ण रक्त जांचों में से एक है, जो आपके डॉक्टर आपके कीमोथेरेपी की अगली खुराक देने से पहले करेंगे ताकि यह सुनिश्चित हो सके कि कीमोथेरेपी प्राप्त करते समय आपको संक्रमण से बचाने के लिए श्वेत रक्त कोशिकाओं की संख्या पर्याप्त है।

यह महत्वपूर्ण है कि आप संक्रमण के संकेतों और लक्षणों से अवगत हों, और यदि आपको निम्नलिखित में से कुछ भी उत्पन्न होता हैं तो आपको अपने अस्पताल में हेल्पलाइन से संपर्क करना चाहिए:

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 Niseno Terhuja and Dr Anindita Das.Translation project coordinator: Dr. R Casolino

- यदि पैरासिटामोल का उपयोग करने के बावजूद आपके शरीर का तापमान 38 डिग्री सेल्सियस (100.4 डिग्री फारेनहाइट) से ऊपर बढ़ जाता है - आप अचानक कंपकंपी या अस्वस्थ महसूस करते हैं।
- आपको गले में खराश, खांसी बार बार आती है और दस्त, पेशाब के लिए कई बार जाना पड़ता है।

- **लाल रक्त कोशिकाओं की कम संख्या**

कीमोथेरेपी लाल रक्त कोशिकाओं की संख्या को कम कर सकती है। लाल रक्त कोशिकाओं की सबसे महत्वपूर्ण भूमिका आपके शरीर के हर हिस्से में ऑक्सीजन ले जाना है। यदि लाल रक्त कोशिकाओं की संख्या बहुत कम है (इसे एनीमिया कहा जाता है) तो आप थका हुआ और हांफता हुआ महसूस कर सकते हैं। यदि आपका एनीमिया गंभीर है, तो आपको रक्त आधान (रक्त चढ़ने) की आवश्यकता होगी।

- **प्लेटलेट्स की कम संख्या और चोट लगने या रक्तबहाव का जोखिम**

कीमोथेरेपी प्लेटलेट्स की संख्या को कम कर सकती है। प्लेटलेट्स रक्त के थक्के जमने में मदद करने के लिए उपयोगी होते हैं। यदि आपके प्लेटलेट्स की संख्या बहुत कम है (इसे थ्रोम्बोसाइटोपेनिया कहा जाता है) तो आप कीमोथेरेपी प्राप्त नहीं कर सकते हैं और आपका डॉक्टर आपके उपचार में थोड़े समय के लिए तब तक रोक देगा, जब तक कि प्लेटलेट की संख्या में सुधार न हो जाए। यदि आपको कोई चोट या खून बहने, जैसे नाक से खून बहना, मसूड़ों से खून आना, त्वचा पर छोटे लाल या बैंगनी धब्बे, तो कृपया अपने डॉक्टर को सूचित करें।

फ्लू जैसे लक्षण: आप कीमोथेरेपी उपचार के दौरान या इसके तुरंत बाद इनका अनुभव कर सकते हैं :-

- गर्म, ठंडा या कंपकंपी महसूस करना
- बुखार
- सिरदर्द
- मांसपेशियों में दर्द
- थकान

मितली : कभी-कभी उल्टी के साथ, लेकिन आमतौर पर बीमारी रोकने वाली दवाओं (इंजेक्शन और टैबलेट) द्वारा अच्छी तरह से नियंत्रित किया जाता है। आप उपचार के बाद कुछ घंटों से लेकर कुछ दिनों तक इसका अनुभव कर सकते हैं। यदि आप बीमार महसूस नहीं करते हैं तो भी रोग-रोधी दवाएं लेना महत्वपूर्ण है, क्योंकि बीमारी शुरू होने के बाद उसका इलाज करने के बजाय उसे रोकना आसान है। यदि आप दिन में एक से अधिक बार बीमार महसूस कर रहे हैं तो सीधे अपने डॉक्टर या नर्स से संपर्क करें।

थकान : एक बहुत ही सामान्य दुष्प्रभाव, जो उपचार के दौरान बढ़ सकता है।

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 Niseno Terhuja and Dr Anindita Das.Translation project coordinator: Dr. R Casolino

गुर्दे की क्षति (नेफ्रोटॉक्सिसिटी) : यह उपचार गुर्दे के लिए हानिकारक हो सकता है, खासकर यदि आपके गुर्दे में पहले से ही खराबी है। जीईएम/सीआईएस उपचार देने से पहले, आपके गुर्दे कितनी अच्छी तरह काम कर रहे हैं, इसकी जांच के लिए आपके रक्त परीक्षण होंगे। आपका डॉक्टर आपके साथ चर्चा करेगा और वह आपके लिए कीमोथेरेपी की सबसे अच्छी खुराक तय करेगा ताकि आगे किडनी खराब होने से बचा जा सके। नुकसान को रोकने में मदद करने के लिए, पानी भरपूर मात्रा में पीना महत्वपूर्ण है। आपकी नर्स आपको यह रिकॉर्ड रखने के लिए कह सकती है कि आप कितनी पानी पीते हैं और कितनी मात्रा पेशाब करते हैं। अपने चिकित्सक को बताएं कि आपको अपने मूत्र में कोई परिवर्तन दिखाई देता है, जैसे मूत्र में रक्त का आना।

सुनने में परिवर्तन (ओटोटॉक्सिसिटी) : आप अपने कानों में बजने वाली आवाज पर ध्यान दे सकते हैं, जिसे टिनिटस कहा जाता है। उपचार समाप्त होने के बाद यह अक्सर अपने आप ठीक हो जाता है। शायद ही कभी, उपचार समाप्त होने के बाद यह लंबे समय तक बना रह सकता है। अगर आपको अपने सुनने की क्षमता में कोई बदलाव नज़र आता है तो अपने डॉक्टर या नर्स को बताएं।

खून का थक्का जमना : अगर आपके पैर सूज गए हैं, लाल हो गए हैं और दर्द हो रहा है या सांस फूल रही है तो हेल्पलाइन से संपर्क करें।

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 Niseno Terhuja and Dr Anindita Das.Translation project coordinator: Dr. R Casolino

जीईएम/सीआईएस से संबंधित कुछ कम सामान्य दुष्प्रभाव

एलर्जी की प्रतिक्रिया : कभी-कभी ऐसा तब होता है जब कीमोथेरेपी दी जाती है। अपने चिकित्सक या नर्स को तुरंत बताएं यदि आपको इनमें से कोई भी अचानक लक्षण दिखाई दें:

- लाल चकत्ते
- साँस की कमी
- चेहरे पर लालिमा या सूजन
- गर्मी लगना
- सिर चकराना
- पेशाब करने की जरूरत

हाथ और पैर की उंगलियों में अकड़न या झनझनाहट (परिधीय न्यूरोपैथी) : सिस्प्लैटिन-आधारित कीमोथेरेपी हाथों या पैरों में अकड़न, झनझनाहट या दर्द पैदा करके नसों को प्रभावित कर सकती है। हाथ और पैर की उंगलियों में अकड़न या झनझनाहट के कारण आपको जूते का फीते बांधना या बटन बंद करने जैसे छोटे-छोटे कामों में मुश्किल हो सकती है। यह कुछ दिनों या हफ्तों में शुरू हो कर, कुछ महीनों तक चल सकता है। शायद ही कभी, अकड़न या सुन्न पड़ना स्थायी हो सकता है। यदि वे होते हैं, तो आप इन लक्षणों को कम करने में मदद करने के लिए नीचे विशिष्ट सुझाव पा सकते हैं।

भूख कम लगना : अगर आप एक या दो दिन तक ज्यादा नहीं खाते हैं तो चिंता न करें। इसके साथ ही आपका स्वाद भी बदल सकता है।

दस्त : यदि 24 घंटे में आपको 4 या उससे अधिक ढीले मल (मल) हुए है, तो आपको अपनी टीम से संपर्क करने की आवश्यकता है। आपका डॉक्टर आपको डायरिया रोकने की दवाएं देगा। तरल पदार्थों की कमी को पूरा करने के लिए खूब पानी पीना याद रखें। अगर आपको दस्त है तो आपको कम फाइबर वाला खाना खाना चाहिए और कच्चे फल, फलों के रस, अनाज और सब्जियों को खाने से परहेज करना चाहिए। इससे शराब, कैफीन, डेयरी उत्पादों और उच्च वसा वाले खाद्य पदार्थों से बचने में भी मदद कर सकता है।

कीमोथेरेपी से तरल पदार्थ का स्त्राव (रिसाव) : इसे देते समय, कीमोथेरेपी के कारण कभी-कभी नस के बाहर रिसाव हो सकता है और यह आसपास के ऊतकों को नुकसान पहुंचा सकती है। अगर आपको नस के आसपास कोई चुभन, दर्द, लालिमा या सूजन है तो तुरंत अपनी नर्स को बताएं।

कब्ज : उच्च फाइबर वाले खाद्य पदार्थ (सब्जियां, फल, गेंहू से बनी ब्रेड या रोटी) खाने और कम से कम 2 लीटर पानी पीने से आपको मदद मिल सकती है। यदि यह दो या तीन दिनों से अधिक समय तक रहता है तो आपको लैक्सेटिव (जुलाब) की आवश्यकता हो सकती है।

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 Niseno Terhuja and Dr Anindita Das.Translation project coordinator: Dr. R Casolino

मुंह के छाले और अल्सर : आपको खाने के बाद कीटाणुओं को बढ़ने से रोकने के लिए हर बार अपने दांतों को ब्रश करना चाहिए। एक नरम टूथब्रश का प्रयोग करें और दिन में तीन बार 1/2 से 1 चम्मच बेकिंग सोडा को पानी में मिलाकर कुल्ला करें। संतरे, नींबू और अंगूर जैसे अम्लीय खाद्य पदार्थों से बचना बेहतर है; यदि आपको अल्सर है, तो अपने डॉक्टर या नर्स को बताएं, क्योंकि वे मुंह के छालों को रोकने या उनका इलाज करने में आपकी मदद कर सकते हैं।

झपकी : कीमोथेरेपी के होने के कारण आपको बहुत नींद (सुस्ती) और थका हुआ महसूस हो सकता है। यदि आपको बहुत नींद आती है, तो वाहन न चलाएं और न ही मशीनरी का काम करें।

सिरदर्द : यदि ऐसा होता है, तो आप पैरासिटामोल जैसी दर्द निवारक दवाएं ले सकते हैं।

नींद आने में परेशानी : यदि ऐसा होता है, तो आप नींद की गोलियां भी ले सकते हैं।

बालों का झड़ना : आपके बाल पतले हो सकते हैं, लेकिन यह संभावना नहीं है कि आपके बाल झड़ेंगे।

त्वचा में बदलाव : आपकी त्वचा रूखी हो सकती है या लाल चकत्ते विकसित हो सकते हैं।

तरल पदार्थ का निर्माण : आपका वजन बढ़ सकता है और आपका चेहरा या आपकी एड़ी या पैरों में सूजन आ सकती है। अपने पैरों को तकिये पर रखने से आपको मदद मिल सकती है। आपका इलाज खत्म होने के बाद सूजन ठीक हो जाएगी।

दुष्प्रभावों के नियंत्रण में मदद करने वाली दवा

अपने चिकित्सक को किसी भी दुष्प्रभाव के बारे में जरूर बताए ; यहाँ लक्षणों को नियंत्रित करने के लिए उपयोगी दवाएं हैं।

क्या मुझे अपनी सभी सामान्य दवाएं लेते रहना चाहिए ?

हां, आपको अपनी सभी सामान्य दवाएं लेते रहना होगा। कृपया अपनी ऑन्कोलॉजी टीम को उन सभी दवाओं की रिपोर्ट करें जो आप ले रहे हैं, ताकि वे सलाह दे सकें।

क्या मुझे फ्लू का टीका लग सकता है?

हां, यह सलाह दी जाती है कि आपको कीमोथेरेपी शुरू करने से पहले फ्लू का टीका लगवाना चाहिए। यदि आपने पहले ही अपनी कीमोथेरेपी शुरू कर दी है, तो कृपया अपने डॉक्टर से पूछें कि टीकाकरण के सर्वोत्तम समय पर कौन सलाह दे सकता है।

उपचार के दौरान सुझाव

- भरपूर मात्रा में तरल पदार्थ पिएं (प्रति दिन कम से कम 2 लीटर) और अपने गुर्दे को सुरक्षित रखें।

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 Niseno Terhuja and Dr Anindita Das.Translation project coordinator: Dr. R Casolino

- अच्छा पोषण बनाए रखें। बार-बार थोड़ा- थोड़ा भोजन करने से मितली को कम करने में मदद मिल सकती है। आपको वसायुक्त या तले हुए खाद्य पदार्थों से बचना चाहिए। यदि जरूरत पड़े, तो आप मितली रोकने की दवाएं ले सकते हैं।
- धूप में निकलने से बचें। एसपीएफ़ 15 (या उच्चतर) सनस्क्रीन और सुरक्षा के लिए कपड़े पहनें।
- भरपूर आराम करें।
- अकड़न या झनझनाहट को रोकने या कम करने के लिए :
  - तापमान में अचानक बदलाव के कारण अपने हाथों या पैरों को संपर्क में आने से बचाएं। जब आप सर्दियों में टहलने जाते हैं या जमे हुए भोजन / पेय को ना छूकर दस्ताने का उपयोग करने से मदद हो सकती है। खाना बनाते समय ओवन के दस्ताने और बागवानी करते समय सुरक्षा के लिए दस्ताने का प्रयोग करें।
  - अपने हाथों और पैरों को गर्म रखें, अच्छी फिटिंग वाले, सुरक्षा के लिए जूते पहनें।
  - गर्म पानी का उपयोग करते समय सावधानी बरतें क्योंकि हो सकता है कि आप महसूस न कर पाएं कि यह कितना गर्म है और आप खुद को जला सकते हैं।
  - नाखून काटते समय सावधानी बरतें।
  - दिन में कम से कम दो बार अपनी त्वचा को मॉइस्चराइज़ करें।
- लक्षणों को नियंत्रित करने के लिए आपको जिन दवाओं की आवश्यकता हो सकती है, उन्हें घर पर रखें।
- आपको झपकी या चक्कर आ सकता है; जब तक किमोथेरेपी के प्रति आपकी प्रतिक्रिया ज्ञात न हो, तब तक वाहन चलाने या ऐसे कार्यों में शामिल होने से बचें जिनमें सतर्कता की आवश्यकता होती है।
- रक्तस्राव को कम करने के लिए शेविंग करते समय इलेक्ट्रिक रेजर का इस्तेमाल करें और मुलायम टूथब्रश का प्रयोग करें।
- कीमोथेरेपी शुरू करने से पहले, अगर आप कोई दवा ले रहे हैं, तो उसके बारे में अपने डॉक्टर को बताएं। कभी-कभी दुष्प्रभाव आपकी दवाओं से संबंधित हो सकते हैं, कीमोथेरेपी से नहीं।
- यदि आपके लक्षण गंभीर हैं या 24 घंटों के बाद भी सुधार नहीं होता है, तो अस्पताल से संपर्क करने में संकोच न करें।
- रक्त के थक्के के लक्षणों पर ध्यान दें: दर्द, लालिमा, हाथ या पैर में सूजन, सांस फूलना या सीने में दर्द। अगर आपको इनमें से कोई भी लक्षण है तो अपने डॉक्टर से संपर्क करें।
- कीमोथेरेपी लेते समय अपने डॉक्टर की अनुमति के बिना किसी भी प्रकार का टीकाकरण न लें।
- यदि आप बच्चा पैदा करने की अवस्था में हैं :-

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 Niseno Terhuja and Dr Anindita Das.Translation project coordinator: Dr. R Casolino

- अगर आप गर्भवती हैं या इस उपचार को शुरू करने से पहले गर्भवती हो सकती हैं, तो अपने डॉक्टर को सूचित करें।
- कीमोथेरेपी के दौरान गर्भवती होने से बचें।
- कीमोथैरेपी के दौरान ब्रेस्ट फीडिंग न करें।

अस्पताल से कब संपर्क करें ?

यदि आपके लक्षण गंभीर हैं या 24 घंटों के बाद भी सुधार नहीं होता है, तो अस्पताल से संपर्क करने में संकोच न करें।

अस्पताल आपातकालीन संपर्क : -

मुझे ज्यादा जानकारी कहाँ मिल सकती है ?

यदि आप इस क्षेत्र में अधिक जानकारी प्राप्त करना चाहते हैं तो आप पित्त पथ के कैंसर के लिए ईएसएमओ वेबसाइट पर जा सकते हैं : मरीजों के लिए मार्गदर्शन एएमएमएफ द चोलंगियोकार्सिनोमा चैरिटी वेबसाइट पर है।

आप नीचे संबंधित लिंक पा सकते हैं:

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

https://ammf.org.uk/cholangiocarcinoma/

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 Niseno Terhuja and Dr Anindita Das.Translation project coordinator: Dr. R Casolino