

# పిత్త వాహిక క్యాన్సర్లకు ఫోలినిక్ యాసిడ్, ఫ్లోరోరాసిల్

## మరియు ఆక్సాలిఫ్లాటిన్ (FOLFOX)

మీ క్యాన్సర్ కు చికిత్స చేయడానికి మీ డాక్టర్ ఫోలినిక్ యాసిడ్, ఫ్లోరోరాసిల్ మరియు ఆక్సాలిఫ్లాటిన్ (FOLFOX) కలయికను సిఫార్సు చేసినట్లయితే, ఈ ఔషధాల గురించి మరియు వాటికి సంబంధించిన కొన్ని అంశాల గురించి ఇక్కడ కొన్ని ముఖ్యమైన సమాచారం ఉంది.

### పిత్త వాహిక క్యాన్సర్

పిత్త వాహిక యొక్క క్యాన్సర్లు కణాల నుండి అభివృద్ధి చెందుతాయి (చోలాంగియోసైట్స్ అని పిలుస్తారు) ఇవి సాధారణంగా పైత్య వ్యవస్థ యొక్క పొరను ఏర్పరుస్తాయి (దిగువ చిత్రంలో ఆకుపచ్చ రంగులో చిత్రీకరించబడింది). పిత్త వాహికలు పిత్తాన్ని తీసుకునే చిన్న గొట్టాలు, ఇవి ఆహారాన్ని జీర్ణం చేయడానికి ఉపయోగించబడతాయి, కాలేయం మరియు పిత్తాశయం నుండి చిన్న ప్రేగులోకి.

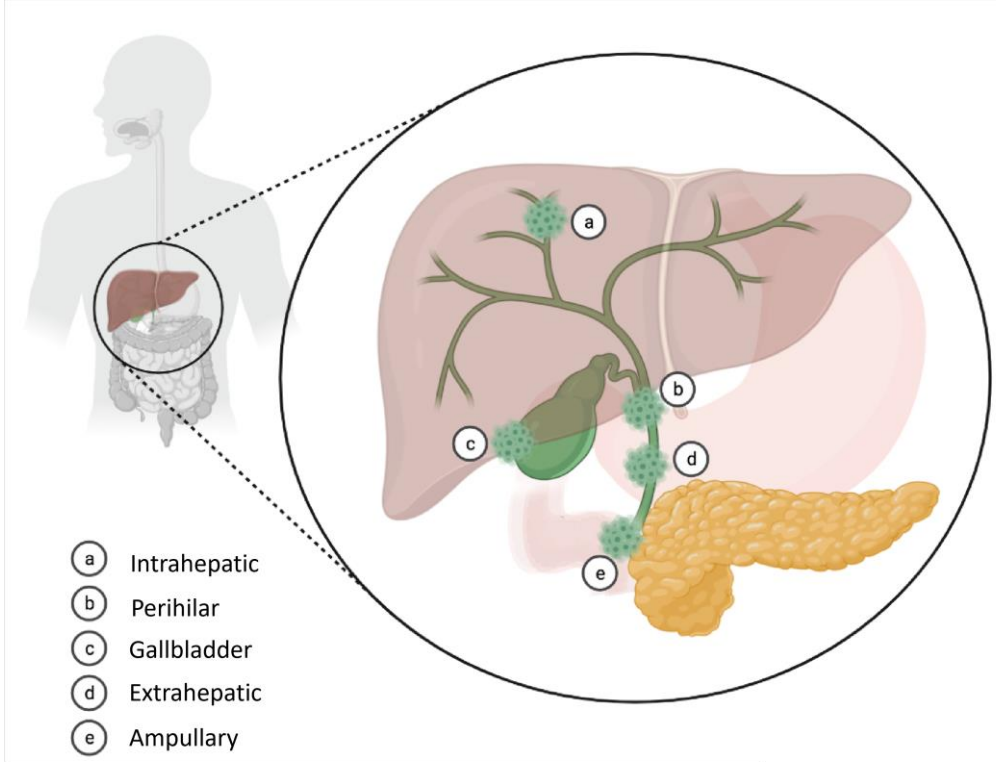
పిత్త వాహిక యొక్క క్యాన్సర్లు కణాల నుండి అభివృద్ధి చెందుతాయి (చోలాంగియోసైట్స్ అని పిలుస్తారు) ఇవి సాధారణంగా పైత్య వ్యవస్థ యొక్క పొరను ఏర్పరుస్తాయి (దిగువ చిత్రంలో ఆకుపచ్చ రంగులో చిత్రీకరించబడింది). పైత్య నాళాలు పిత్తాన్ని తీసుకునే చిన్న గొట్టాలు, ఇవి ఆహారాన్ని జీర్ణం చేయడానికి ఉపయోగించబడతాయి, కాలేయం మరియు పిత్తాశయం నుండి చిన్న ప్రేగులోకి.

పిత్త వాహిక క్యాన్సర్లు చోలాంగియోకార్సినోమా, పిత్తాశయ క్యాన్సర్ మరియు ఆంపులరీ క్యాన్సర్:

- **చోలాంగియోకార్సినోమా** - దీనిని పిత్త వాహిక క్యాన్సర్ అని కూడా అంటారు. ఈ క్యాన్సర్ పిత్త వాహికల లోపల ఎక్కడ అభివృద్ధి చెందుతుందో బట్టి మూడు రకాలుగా వర్గీకరించబడింది:
  - ఇంట్రాహెపాటిక్ చోలాంగియోకార్సినోమా - కాలేయం లోపల నాళాలలో క్యాన్సర్ అభివృద్ధి చెందినప్పుడు
  - పెరిహైలర్ చోలాంగియోకార్సినోమా - కాలేయం వెలుపల ఉన్న నాళాలలో ఇది అభివృద్ధి చెందినప్పుడు
  - డిస్టల్/ఎక్స్ట్రాహెపాటిక్ చోలాంగియోకార్సినోమా - 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 క్యాన్సర్ తో బాధపడుతున్నందున మీకు ఈ కరపత్రం ఇవ్వబడింది. మీ ఆంకాలజిస్ట్ మీకు ఏ పిత్త ట్రాక్ట్ క్యాన్సర్ ఉందని మరియు అది ఎంత వరకు పొడిగించబడిందని మీతో చర్చించవచ్చు.



## ఫోల్ఫాక్స్ అంటే ఏమిటి?

ఫోల్ఫాక్స్ అనేది ఫోలిక్ యాసిడ్, ఫ్లోరోరాసిల్ మరియు ఆక్సాలిప్లాటిన్లతో కూడిన కెమోథెరపీ కలయిక. ఫ్లోరోరాసిల్ మరియు ఆక్సాలిప్లాటిన్ రెండు కెమోథెరపీ మందులు, ఇవి కణాల ప్రతిరూపణ ప్రక్రియలో జోక్యం చేసుకోవడం ద్వారా కణితి కణాలను చంపుతాయి. అయితే, కీమోథెరపీ సాధారణ కణాలను కూడా దెబ్బతీస్తుంది కాబట్టి, ఇది కొన్ని దుష్ప్రభావాలకు కారణమవుతుంది. ఫోలినిక్ యాసిడ్, ల్యూకోవోరిన్ లేదా కాల్షియం ఫోలినేట్ అని కూడా పిలుస్తారు, ఇది కెమోథెరపీటిక్ notషధం కాదు, కానీ ఇది ఫ్లోరోరాసిల్ కార్యకలాపాలను పెంచుతుంది కాబట్టి ఇవ్వబడుతుంది.

## ఫోల్ఫోక్స్ ఎలా ఇవ్వబడుతుంది?

FOLFOX PICC (పరిధీయంగా చొప్పించిన సెంట్రల్ కాథెటర్) లైన్ ద్వారా సిరలోకి (సిరలోకి) ఇంజెక్షన్ చేయబడుతుంది.

PICC లైన్ అనేది మీ చేతి చర్మం కింద సిరలోకి వెళ్లి మీ చాతలోని సిరను చేరుకునే చక్కటి ట్యూబ్, మరియు మీ ఫోల్పాక్స్ చికిత్స సమయంలో అది అక్కడే ఉంటుంది. మీ చికిత్స ముగింపులో PICC తీసివేయబడుతుంది.

ఇది బాగా పనిచేస్తుందని నిర్ధారించుకోవడానికి, మీ PICC లైన్ వారానికి ఒకసారి ఫ్లష్ చేయాలి. ఇది సాధారణంగా మీ నర్సు ద్వారా చేయబడుతుంది. మీ PICC లైన్ని క్రమం తప్పకుండా చూసుకుంటే అది అడ్డుపడకుండా లేదా బ్లాక్ చేయకుండా ఉంటుంది. మీరు మీ PICC ని శుభ్రంగా ఉంచుకోవడం మరియు మీరు ఇంట్లో ఉన్నప్పుడు ఇన్ఫెక్షన్ (వాపు, ఎరుపు లేదా చీము) ఏవైనా సంకేతాలను తనిఖీ చేయడం ముఖ్యం..

మీరు హాస్పిటల్లో, కీమోథెరపీ యూనిట్లో FOLFOX అందుకుంటారు, మరియు మీరు దానిని ఇంట్లో చిన్న పంపు ద్వారా స్వీకరించడం కూడా కొనసాగిస్తారు. ఈ చిన్న పంపు PICC లైన్కు అనుసంధానించబడి ఉంది మరియు మీరు ఇంట్లో ఉన్నప్పుడు దాదాపు ఒక రోజు (22 గంటలు) ఫ్లోరోరాసిల్ ఇన్ఫ్యూషన్ రక్తంలోకి వెళ్లడానికి అనుమతిస్తుంది. 22 గంటల తర్వాత మీరు పంపుని తీసివేయడానికి ఆసుపత్రికి తిరిగి రావచ్చు. మీ నర్స్ సురక్షితంగా పంపుని ఎలా తొలగించాలో వివరించినట్లయితే మరియు దీని గురించి మీకు నమ్మకం ఉంటే, మీరు మీ స్వంతంగా చేయవచ్చు. ప్రత్యామ్నాయంగా, ఒక జిల్లా నర్సు దానిని తీసివేయడానికి మీ ఇంటికి రావచ్చు.

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

## FOLFOX చికిత్స షెడ్యూల్

మీరు చికిత్స చక్రాలలో FOLFOX అందుకుంటారు. FOLFOX చికిత్స యొక్క ప్రామాణిక షెడ్యూల్ రెండు వారాల చక్రాన్ని అనుసరిస్తుంది, ప్రతి వారం ఒక రోజు కీమోథెరపీ ఉంటుంది.

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

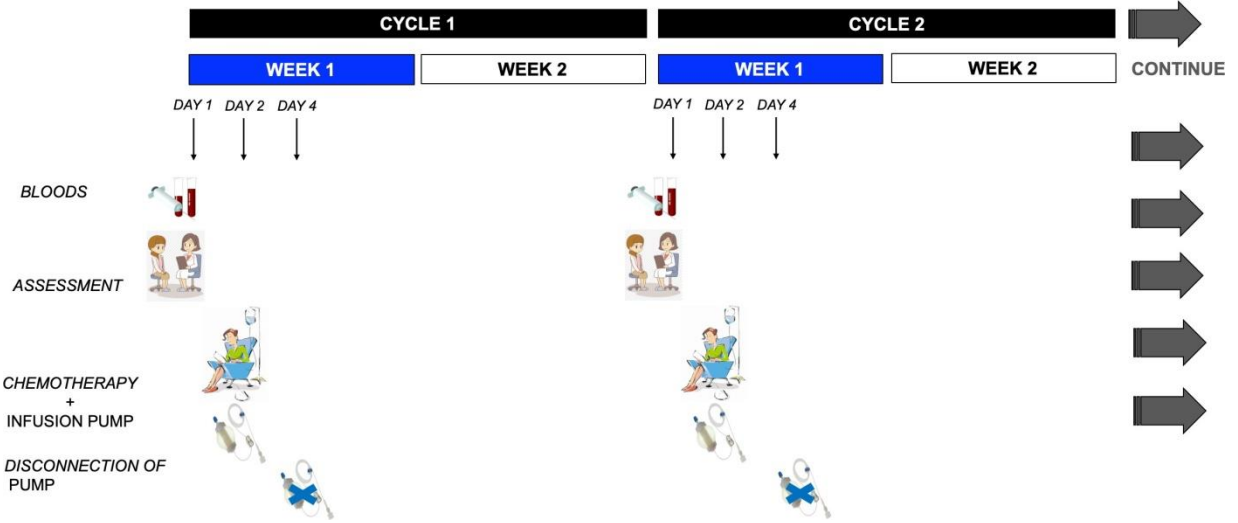
మీ కీమోథెరపీ అపాయింట్మెంట్ ముందు రోజు మీ GP ప్రాక్టీస్లో రక్తం తీసుకోమని డాక్టర్ మిమ్మల్ని అడగవచ్చు.

కీమోథెరపీ యొక్క ప్రతి చక్రం యొక్క మొదటి వారంలో DAY 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 మీ PICC లైన్ కు చిన్న పంపును జత చేస్తుంది, ఇది 22 గంటల పాటు నిరంతరం ఔషధాన్ని విడుదల చేస్తుంది. మీరు ఈ పంపుతో ఇంటికి వెళ్తారు. చికిత్స పూర్తయిన తర్వాత, DAY 2 న మీరు పంపు తీసివేయడానికి ఆసుపత్రికి తిరిగి రమ్మని అడగవచ్చు. మీ నర్స్ సురక్షితంగా పంపుని ఎలా తొలగించాలో వివరించినట్లయితే మరియు దీని గురించి మీకు నమ్మకం ఉంటే, మీరు మీ స్వంతంగా చేయవచ్చు.

మీరు రాత్రిపూట ఆసుపత్రిలో ఉండాల్సిన అవసరం లేదు.

### FOLFOX cycle: 1 week on, 1 week off



### FOLFOX చికిత్స వ్యవధి

మీ చికిత్స వ్యవధి గురించి డాక్టర్ మీతో చర్చిస్తారు. ప్రతి FOLFOX చక్రం 2 వారాల పాటు ఉంటుంది. చికిత్స బాగా తట్టుకోగలిగితే, అది 12 చక్రాలకు పునరావృతమవుతుంది. కీమోథెరపీ పనిచేస్తుందో లేదో అర్థం చేసుకోవడానికి మీ డాక్టర్ రిపీట్ స్కాన్ చేయడానికి ముందు మీరు కనీసం 3 నెలల కీమోథెరపీని 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 మీతో చర్చిస్తారు, మీరు కీమోథెరపీ నుండి విరామం తీసుకోవాలా లేదా కొనసాగించాలా అని.

### FOLFOX 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 దుష్ప్రభావాలను పొందవచ్చు, కానీ మీరు అవన్నీ పొందే అవకాశం లేదు. దుష్ప్రభావాలు వాటి ప్రారంభం, వ్యవధి మరియు తీవ్రత పరంగా తరచుగా ఊహించదగినవి అని గుర్తుంచుకోండి; అవి దాదాపు ఎల్లప్పుడూ రివర్సిబుల్ మరియు ఆక్సాలిప్లాటిన్ కు సంబంధించినవి మినహా, చికిత్స తర్వాత పూర్తిగా

వెళ్ళిపోతాయి. అయితే, వారి ప్రీక్వెన్స్ మరియు తీవ్రత వ్యక్తికి వ్యక్తికి మారుతూ ఉంటాయి.

అనేక ఇతర కీమోథెరపీ 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 కణములు, నోటిలోని కణాలు, కడుపు, ప్రేగు మరియు ఇతర చోట్ల వేగంగా విభజించబడుతున్న 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 తీసుకోగల అనేక మందులు అందుబాటులో ఉన్నాయి..

## FOLFOX కి సంబంధించిన కొన్ని సాధారణ దుష్ప్రభావాలు

హెమటోటాక్సిసిటీ: మీ రక్త కణాలపై దుష్ప్రభావాలతో సహా

- **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, రద్దీ ప్రదేశాలలో ఉండటం లేదా జలుబు ఉన్న వ్యక్తులతో సన్నిహితంగా ఉండటం వంటి అంటువ్యాధుల ప్రమాదాన్ని పెంచే పరిస్థితులను నివారించడానికి జాగ్రత్త వహించడం చాలా ముఖ్యం.

మీ కెమోథెరపీ యొక్క ప్రతి చక్రాలలో 9 వ రోజు మరియు 14 వ రోజు 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.

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

- పారాసెటమాల్ 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 గాయాలయ్యే లేదా రక్తస్రావం అయ్యే ప్రమాదం ఉంది**

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

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

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

**విరేచనాలు:** మీకు 24 గంటల్లో 4 లేదా అంతకంటే ఎక్కువ వదులుగా ఉండే పూలు (మలం) ఉంటే మీరు మీ బృందంతో సంప్రదించాలి. మీ డాక్టర్ మీకు డయేరియా నిరోధక మందును ఇస్తారు. కోల్పోయిన ద్రవాలను భర్తీ చేయడానికి పుష్కలంగా నీరు త్రాగాలని గుర్తుంచుకోండి. మీరు పైబర్ తక్కువగా ఉండే ఆహారాన్ని తినాలి మరియు పచ్చి పండ్లు, పండ్ల రసం, తృణధాన్యాలు మరియు కూరగాయలను నివారించాలి. ఇది ఆల్కహాల్, కెఫీన్, పాల ఉత్పత్తులు మరియు అధిక కొవ్వు కలిగిన ఆహారాలను నివారించడానికి కూడా సహాయపడుతుంది.

**వికారం:** కొన్నిసార్లు వాంతులు కలిసి ఉంటాయి కానీ సాధారణంగా వ్యాధి నిరోధక మందుల ద్వారా బాగా నియంత్రించబడతాయి. మీరు చికిత్స తర్వాత కొన్ని గంటల నుండి కొన్ని రోజుల వరకు అనుభవించవచ్చు. మీకు అనారోగ్యం అనిపించకపోయినా యాంటీ-సిక్నేస్ ఔషధాలను 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 మరియు పూతలు:** సూక్ష్మక్రిములు పెరగకుండా ఉండటానికి మీరు తిన్న తర్వాత ఎల్లప్పుడూ పళ్ళు తోముకోవాలి. నోటి పుండ్లను నివారించడానికి లేదా సహాయం చేయడానికి మృదువైన టూత్ బ్రష్‌ని వాడండి



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.

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

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

## FOLFOX కి సంబంధించిన కొన్ని తక్కువ సాధారణ దుష్ప్రభావాలు

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

అనుభవించవచ్చు:

- నేడి, చలి లేదా వణుకు అనుభూతి
- ☐ • జ్వరం
- ☐ • తలనొప్పి
- ☐ • కండరాల నొప్పి
- అలసట

**అల్జర్ ప్రతిచర్య:** కొన్నిసార్లు ఇది ఆక్సాలిప్లాటిన 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
- ☐ • నేడిగా అనిపిస్తుంది
- ☐ • మైకము
- మూత్ర విసర్జన చేయాలి

**కీమోథెరపీ యొక్క వెలికితీత (లీకేజీ):** 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.

**మలబద్ధకం:** అధిక ఫైబర్ కలిగిన ఆహారాలు (కూరగాయలు, పండ్లు, రొట్టె) తినడం మరియు కనీసం 2 లీటర్ల నీరు త్రాగడం మీకు సహాయపడుతుంది. ఇది రెండు/మూడు రోజుల కన్నా ఎక్కువ కాలం ఉంటే మీకు లాక్సిటివ్లు అవసరం కావచ్చు.

**మగత:** కీమోథెరపీ మీకు బాగా నిద్రపోవడం (మగత) మరియు అలసటగా అనిపించవచ్చు. మీకు బాగా నిద్రగా అనిపిస్తే, డ్రైవ్ చేయవద్దు లేదా యంత్రాలను ఆపరేట్ చేయవద్దు.

**తలనొప్పి:** ఇది జరిగితే, మీరు పారాసెటమాల్ వంటి పెయిన్ కిల్లర్స్ తీసుకోవచ్చు.

**నిద్రపోవడం కష్టం:** మీకు అవసరమైతే స్లీపింగ్ టాబ్లెట్లు తీసుకోవచ్చు.

**చర్మం మార్పులు:** మీ చర్మం పొడిగా ఉండవచ్చు లేదా దద్దుర్లు ఏర్పడవచ్చు.

**ద్రవం 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.

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

## దుష్ప్రభావాలను నియంత్రించడంలో సహాయపడటానికి 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 ఔషధాలను 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 ఔషధాలను తీసుకోవచ్చు.
- పేవింగ్ చేసేటప్పుడు ఎలక్ట్రిక్ రేజర్ మరియు రక్తస్రావాన్ని తగ్గించడానికి మృదువైన టూత్ బ్రష్ ఉపయోగించండి.
- సూర్యరశ్మిని నివారించండి. SPF 15 (లేదా అంతకంటే ఎక్కువ) సన్‌బ్లాక్ మరియు రక్షణ దుస్తులు ధరించండి.
- మీరు మగత లేదా మైకము అనుభవించవచ్చు; జెమ్‌సిటాబైన్‌కు మీ ప్రతిస్పందన తెలిసే వరకు అప్రమత్తత అవసరమయ్యే డ్రైవింగ్ లేదా పనుల్లో పాల్గొనడం మానుకోండి.
- పుష్కలంగా విశ్రాంతి తీసుకోండి.
- లక్షణాలను నియంత్రించడంలో మీకు సహాయపడే మందులను ఇంట్లో ఉంచండి.
- కీమోథెరపీని ప్రారంభించే ముందు, మీరు తీసుకుంటున్న ఏవైనా మందుల గురించి మీ వైద్యుడికి చెప్పండి. కొన్ని సార్లు దుష్ప్రభావాలు మీ ఔషధాలకు 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.
- జెమ్‌సిటాబైన్ తీసుకునేటప్పుడు మీ డాక్టర్ అనుమతి లేకుండా ఎలాంటి టీకా తీసుకోకండి.
- If మీరు ప్రసవించే వయస్సు గల మహిళ:
  - 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, ఆసుపత్రిని సంప్రదించడానికి వెనుకాడరు.

ఆసుపత్రి అత్యవసర పరిచయం: .....

## 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/>