

ਬਿਲੀਰੀ ਟ੍ਰੈਕਟ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਜੈਮਸੀਟਾਬਾਈਨ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਨੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਜੈਮਸੀਟਾਬਾਈਨ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਇੱਥੇ ਇਸ ਦਵਾਈ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਇਸ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਕੁਝ ਪਹਿਲੂ ਹਨ।

ਬਿਲੀਰੀ ਟ੍ਰੈਕਟ ਕੈਂਸਰ

ਬਿਲੀਰੀ ਟ੍ਰੈਕਟ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਸੈੱਲਾਂ ਤੋਂ ਵਿਕਸਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ (ਜਿਸਨੂੰ ਕੋਲੈਂਜੀਓਸਾਈਟਸ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਜੋ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬਿਲੀਰੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੀ ਪਰਤ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ (ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਤਸਵੀਰ ਵਿੱਚ ਹਰੇ ਰੰਗ ਵਿੱਚ ਦਰਸਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ)। ਬਿਲੀਰੀ ਨਲਕਾਵਾਂ ਛੋਟੀਆਂ ਟਿਊਬਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਪਿਤ ਨੂੰ ਲੈ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਜੋ ਕਿ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਹਜ਼ਮ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਗਰ ਅਤੇ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਤੋਂ ਛੋਟੀ ਅੰਤੜੀ ਵਿੱਚ।

ਬਿਲੀਰੀ ਟ੍ਰੈਕਟ ਕੈਂਸਰ ਕੋਲੈਂਜੀਓਕਾਰਸੀਨੋਮਾ, ਪਿੱਤੇ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਅਤੇ ਐਂਪੁਲਰੀ ਕੈਂਸਰ ਹਨ:

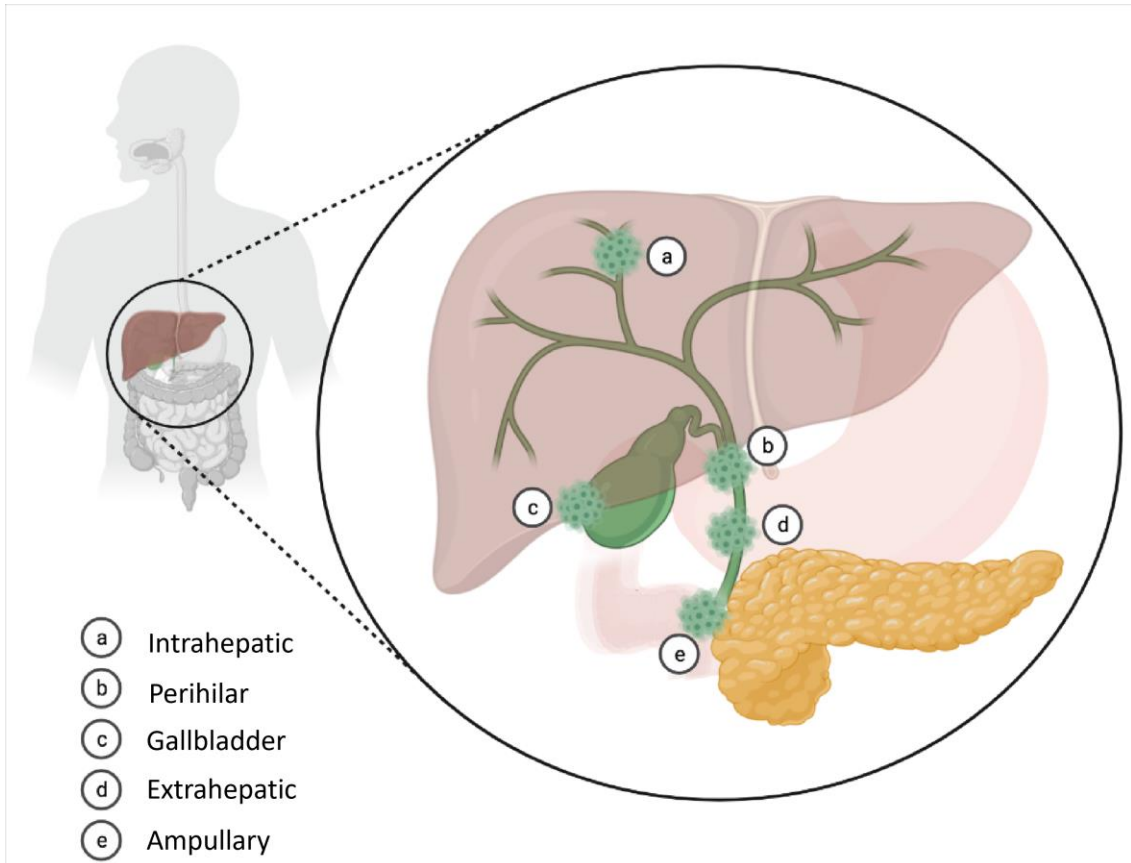
- ਕੋਲੈਂਜੀਓਕਾਰਸੀਨੋਮਾ - ਜਿਸ ਨੂੰ ਬਾਇਲ ਡੈਕਟ ਕੈਂਸਰ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਤਿੰਨ ਕਿਸਮਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼੍ਰੇਣੀਬੱਧ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਕਿੱਥੇ ਪਿਤ ਨਲਕਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵਿਕਸਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ:

- ਇੰਟਰਾ-ਹੈਪੇਟਿਕ ਕੋਲੈਂਜੀਓਕਾਰਸੀਨੋਮਾ - ਜਦੋਂ ਕੈਂਸਰ ਜਿਗਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦੀਆਂ ਨਲੀਆਂ ਵਿੱਚ ਵਿਕਸਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ
- ਪੈਰੀਹਿਲਰ ਕੋਲੈਂਜੀਓਕਾਰਸੀਨੋਮਾ - ਜਦੋਂ ਇਹ ਜਿਗਰ ਦੇ ਬਿਲਕੁਲ ਬਾਹਰ ਨਲੀਆਂ ਵਿੱਚ ਵਿਕਸਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ
- ਡਿਸਟਲ/ਐਕਸਟ੍ਰਾਹੈਪੇਟਿਕ ਕੋਲੈਂਜੀਓਕਾਰਸੀਨੋਮਾ - ਜਦੋਂ ਇਹ ਜਿਗਰ ਤੋਂ ਦੂਰ ਨਲਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵਿਕਸਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ

- ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ - ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਦੀ ਪਰਤ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ

- ਐਂਪੁਲਰੀ ਕੈਂਸਰ - ਬਾਇਲ ਨਲਕਿਆਂ ਅਤੇ ਛੋਟੀ ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਦੇ ਜੋੜ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਪਰਚਾ ਇਸ ਲਈ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਿਲੀਰੀ ਟ੍ਰੈਕਟ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਓਨਕੋਲੋਜਿਸਟ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਇਹ ਚਰਚਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਹੜਾ ਬਿਲੀਰੀ ਟ੍ਰੈਕਟ ਕੈਂਸਰ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਕਿੰਨਾ ਵਧਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ।



ਜੇਮਸੀਟਾਬਾਈਨ ਕੀ ਹੈ?

ਜੇਮਸੀਟਾਬਾਈਨ ਇੱਕ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦਵਾਈ ਹੈ ਜੋ ਸੈੱਲ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਤੀ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਦਖਲ ਦੇ ਕੇ ਟਿਊਮਰ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਮਾਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਆਮ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਕੁਝ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇਮਸੀਟਾਬਾਈਨ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?

ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ, ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਯੂਨਿਟ ਵਿੱਚ ਜੇਮਸੀਟਾਬਾਈਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਵੇਗਾ। ਜੇਮਸੀਟਾਬਾਈਨ ਨੂੰ ਇੱਕ ਕੈਨੂਲਾ, ਇੱਕ ਛੋਟੀ ਪਤਲੀ ਟਿਊਬ ਰਾਹੀਂ ਨਾੜੀ ਵਿੱਚ ਟੀਕਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਇੱਕ ਨਰਸ ਦੁਆਰਾ ਤੁਹਾਡੀ ਬਾਂਹ ਜਾਂ ਹੱਥ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਨਾੜੀ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਜੇਮਸੀਟਾਬਾਈਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੈਨੂਲਾ ਨੂੰ ਹਟਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਡੀ ਉਚਾਈ, ਭਾਰ, ਉਮਰ, ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਹਾਲਤਾਂ ਸਮੇਤ ਕਈ ਕਾਰਕਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜੇਮਸੀਟਾਬਾਈਨ ਦੀ ਸਹੀ ਖੁਰਾਕ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕਰੇਗਾ।

ਜੇਮਸੀਟਾਬਾਈਨ ਦਾ ਕੋਈ ਰੂਪ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਜੁਬਾਨੀ (ਮੂੰਹ ਦੁਆਰਾ) ਲਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

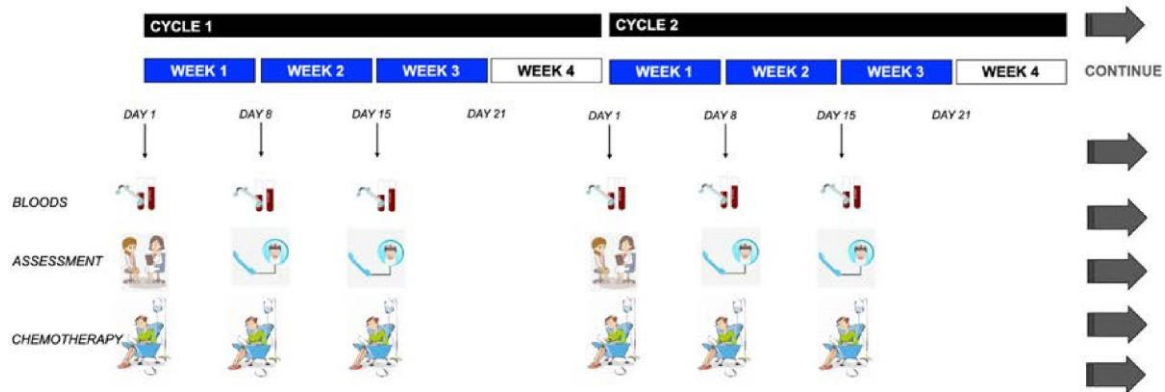
ਜੇਮਸੀਟਾਬਾਈਨ ਇਲਾਜ ਦੀ ਸਮਾਂ-ਸੂਚੀ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਲਾਜ ਦੇ ਚੱਕਰਾਂ ਵਿੱਚ ਜੈਮਸੀਟਾਬਾਈਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਵੇਗਾ। ਜੈਮਸੀਟਾਬਾਈਨ ਇਲਾਜ ਦੀ ਮਿਆਰੀ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ ਚਾਰ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਦੇ ਚੱਕਰ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਹਫ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਦਿਨ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤਿੰਨ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਲਈ (ਦਿਨ 1, ਦਿਨ 8 ਅਤੇ ਦਿਨ 15), ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇੱਕ ਹਫ਼ਤੇ ਦਾ ਆਰਾਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦੇ ਹਰੇਕ ਸੈਸ਼ਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਤੁਹਾਡਾ ਖੂਨ ਦਾ ਟੈਸਟ ਹੋਵੇਗਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਓਨਕੋਲੋਜੀਕਲ ਟੀਮ ਇਹ ਜਾਂਚ ਕਰੇਗੀ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਸੈਸ਼ਨ ਲਈ ਸਿਹਤਮੰਦ ਹੋ ਜਾਂ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪਿਛਲੇ ਸੈਸ਼ਨ ਤੋਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਲੱਛਣ ਅਤੇ ਸਮੱਸਿਆ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਖੁਰਾਕ ਨੂੰ ਵਿਵਸਥਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ ਅਤੇ ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ।

ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦੇ ਹਰੇਕ ਚੱਕਰ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ ਦਿਨ 1 ਨੂੰ, ਤੁਸੀਂ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਲਈ ਅੱਗੇ ਵਧਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਖੂਨ ਦੀ ਜਾਂਚ ਸਮੇਤ, ਮੁਲਾਂਕਣ ਲਈ ਟੀਮ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਲਈ ਹਸਪਤਾਲ ਆਵੇਗੇ। ਦੂਜੇ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ ਦਿਨ 8 ਅਤੇ ਤੀਜੇ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ ਦਿਨ 15 ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖੂਨ ਦੁਹਰਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ, ਪਰ ਤੁਹਾਡੀ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਲਈ ਹਸਪਤਾਲ ਆਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਟੀਮ ਫੋਨ ਦੁਆਰਾ ਤੁਹਾਡਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਤੋਂ ਇੱਕ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਪੀ ਅਭਿਆਸ ਵਿੱਚ ਖੂਨ ਲੈਣ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਾਤ ਭਰ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਪਵੇਗੀ।

ਜੈਮਸੀਟਾਬਾਈਨ ਚੱਕਰ: 3 ਹਫ਼ਤੇ ਚਾਲੂ, 1 ਹਫ਼ਤੇ ਦੀ ਛੁੱਟੀ



ਜੈਮਸੀਟਾਬਾਈਨ ਇਲਾਜ ਦੀ ਮਿਆਦ

ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਦੀ ਮਿਆਦ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰੇਗਾ। ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਹਰੇਕ ਜੈਮਸੀਟਾਬਾਈਨ ਚੱਕਰ ਇੱਕ ਮਹੀਨੇ (4 ਹਫ਼ਤੇ) ਤੱਕ ਰਹੇਗਾ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਲਾਜ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬਰਦਾਸ਼ਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ, ਇਹ ਸਮਝਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਦੁਹਰਾਓ ਸਕੈਨ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦੇਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 3 ਮਹੀਨਿਆਂ ਲਈ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦੇਵੇਗਾ। ਜੇਕਰ ਪਹਿਲੇ 3 ਮਹੀਨਿਆਂ ਦਾ ਸਕੈਨ ਦਿਖਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਕੈਂਸਰ ਸਥਿਰ ਹੈ ਜਾਂ ਸੁੰਗੜ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਹੋਰ 3 ਮਹੀਨਿਆਂ ਲਈ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਲਾਜ ਦੇ ਪਹਿਲੇ 6 ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਚਰਚਾ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਤੋਂ ਛੁੱਟੀ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਜੈਮਸੀਟਾਬਾਈਨ ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕੀ ਹਨ?

ਇਸ ਇਲਾਜ ਦੇ ਜਾਣੇ-ਪਛਾਣੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹਨ, ਪਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਨਾ ਕਰੋ। ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਇਲਾਜ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ; ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਜਾਂ ਗੰਭੀਰਤਾ ਅਤੇ ਦਵਾਈ ਦੀ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ੀਲਤਾ ਵਿਚਕਾਰ ਕੋਈ ਸਬੰਧ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹ ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਕਿ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਅਕਸਰ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ, ਮਿਆਦ ਅਤੇ ਤੀਬਰਤਾ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਅਨੁਮਾਨਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ; ਉਹ ਲਗਭਗ ਹਮੇਸ਼ਾ ਉਲਟਾਉਣਯੋਗ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਚਲੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦਵਾਈਆਂ ਵਾਂਗ, ਜੈਮਸੀਟਾਬਾਈਨ ਸੈੱਲ ਵਿਭਾਜਨ ਅਤੇ ਪ੍ਰਸਾਰ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਦੇ ਕਾਰਨ ਕੈਂਸਰ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਮਾਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਬਦਕਿਸਮਤੀ ਨਾਲ, ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦਵਾਈਆਂ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਸੈੱਲਾਂ ਅਤੇ ਆਮ ਸੈੱਲਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਅੰਤਰ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨ ਦੇ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ, ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਆਮ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਮਾਰ ਦੇਵੇਗੀ ਜੇ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵੰਡ ਰਹੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਖੂਨ ਦੇ ਸੈੱਲ, ਮੂੰਹ ਦੇ ਸੈੱਲ, ਪੇਟ, ਅੰਤੜੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਥਾਂ, ਜੋ ਕਿ ਕੁਝ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਵਾਰ ਇਲਾਜ ਖਤਮ ਹੋਣ 'ਤੇ, ਉਹ ਆਮ ਸੈੱਲ ਵਾਪਸ ਵਧਣਗੇ ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਹੋਣਗੇ।

ਇੱਥੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ ਜੋ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਘੱਟ ਕਰਨ ਲਈ ਲਈਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ

ਹੇਮਾਟੋਟੋਕਸਿਟੀ: ਤੁਹਾਡੇ ਖੂਨ ਦੇ ਸੈੱਲਾਂ 'ਤੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ

• ਚਿੱਟੇ ਰਕਤਾਣੂਆਂ ਦੀ ਘੱਟ ਗਿਣਤੀ ਅਤੇ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦਾ ਖਤਰਾ

ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਅਕਸਰ ਚਿੱਟੇ ਰਕਤਾਣੂਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਨਾਲ ਲੜਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਚਿੱਟੇ ਲਹੂ ਦੇ ਸੈੱਲਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੈ (ਇਸ ਨੂੰ ਨਿਊਟ੍ਰੋਪੇਨੀਆ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦਾ ਖਤਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਸਮੇਂ, ਅਜਿਹੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਸਾਵਧਾਨ ਰਹਿਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਜੋ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦੇ ਇਸ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਵਧਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਭੀੜ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਜਾਂ ਜ਼ੁਕਾਮ ਵਾਲੇ ਲੋਕ।

ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦੇ ਹਰੇਕ ਚੱਕਰ ਦੇ 7 ਅਤੇ ਦਿਨ 10 ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਤੁਹਾਡੇ ਚਿੱਟੇ ਸੈੱਲਾਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਸਭ ਤੋਂ ਘੱਟ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ, ਇਹਨਾਂ ਦਿਨਾਂ ਦੌਰਾਨ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦੇ ਜੋਖਮ ਤੋਂ ਬਚਣਾ ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।

ਚਿੱਟੇ ਸੈੱਲਾਂ ਵਿੱਚ ਕਮੀ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਖੂਨ ਜਾਂਚਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦੀ ਅਗਲੀ ਖੁਰਾਕ ਲੈਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਕਰੇਗਾ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਚਿੱਟੇ ਰਕਤਾਣੂਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਕਾਫ਼ੀ ਹੈ।

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 Priyanshu Choudhary**, Dr Saloni pahwa, Dr Tamizholi s, Dr Garima Durga. Indian Coordinator: Dr Venkata Pradeep babu K, Translation project coordinator: Dr. R Casolino.

ਤੁਹਾਡੇ ਅਗਲੇ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਚਿੱਟੇ ਸੈੱਲਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਾਪਸ ਆ ਜਾਵੇਗੀ। ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ ਅਜਿਹਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਨੁਸੂਚਿਤ ਇਲਾਜ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦੇਣ ਲਈ ਚਿੱਟੇ ਸੈੱਲਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਨੂੰ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਦੇਰੀ ਕਰੇਗਾ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਸੈੱਲ ਗਿਣਤੀ ਆਮ ਵਾਂਗ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ।

ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਹਸਪਤਾਲ ਦੀ ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਕਸਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ:

- ਪੈਰਾਸੀਟਾਮੋਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ, ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ 38°C (100.4°F) ਤੋਂ ਵੱਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਚਾਨਕ ਕੰਬਣੀ ਜਾਂ ਬੀਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਖਰਾਸ਼, ਖੰਘ, ਦਸਤ, ਵਾਰ-ਵਾਰ ਪਿਸ਼ਾਬ ਆਉਣਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ

• ਲਾਲ ਰਕਤਾਣੂਆਂ ਦੀ ਘੱਟ ਸੰਖਿਆ

ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਲਾਲ ਰਕਤਾਣੂਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਨੂੰ ਘਟਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਲਾਲ ਰਕਤਾਣੂਆਂ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਹਰ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਆਕਸੀਜਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਲਾਲ ਰਕਤਾਣੂਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੈ (ਇਸ ਨੂੰ ਅਨੀਮੀਆ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਥਕਾਵਟ ਅਤੇ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਅਨੀਮੀਆ ਗੰਭੀਰ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖੂਨ ਚੜ੍ਹਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ।

• ਪਲੇਟਲੈਟਸ ਦੀ ਘੱਟ ਸੰਖਿਆ ਅਤੇ ਜਖਮ ਜਾਂ ਖੂਨ ਵਗਣ ਦਾ ਜੋਖਮ

ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਪਲੇਟਲੈਟਸ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਨੂੰ ਘਟਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪਲੇਟਲੈਟਸ ਖੂਨ ਦੇ ਥੱਕੇ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਫਾਇਦੇਮੰਦ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਲੇਟਲੈਟਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੈ (ਇਸ ਨੂੰ ਥ੍ਰੋਮਬੋਸਾਈਟੋਪੇਨੀਆ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਪਲੇਟਲੈਟਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਹੋਣ ਤੱਕ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਨੂੰ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਦੇਰੀ ਕਰੇਗਾ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਸੱਟ ਜਾਂ ਖੂਨ ਵਗ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਨੱਕ ਵਗਣਾ, ਮਸੂੜਿਆਂ ਤੋਂ ਖੂਨ ਵਹਿਣਾ, ਚਮੜੀ 'ਤੇ ਛੋਟੇ ਲਾਲ ਜਾਂ ਜਾਮਨੀ ਧੱਬੇ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰੋ।

ਫਲੂ ਵਰਗੇ ਲੱਛਣ: ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਇਲਾਜ ਦੌਰਾਨ ਜਾਂ ਥੋੜ੍ਹੀ ਦੇਰ ਬਾਅਦ ਅਨੁਭਵ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਗਰਮ, ਠੰਡਾ ਜਾਂ ਕੰਬਣੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ
- ਬੁਖਾਰ
- ਸਿਰ ਦਰਦ
- ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ
- ਥਕਾਵਟ

ਜੀ ਕੱਚਾ ਹੋਣਾ: ਕਈ ਵਾਰ ਉਲਟੀਆਂ ਦੇ ਨਾਲ, ਪਰ ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦਵਾਈਆਂ ਦੁਆਰਾ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੁਝ ਘੰਟਿਆਂ ਤੋਂ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਤੱਕ ਇਸਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਥਕਾਵਟ: ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਹੀ ਆਮ ਮਾੜਾ ਪ੍ਰਭਾਵ, ਜੋ ਇਲਾਜ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਵਧ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਭੁੱਖ ਨਾ ਲਗਨਾ: ਚਿੰਤਾ ਨਾ ਕਰੋ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਜਾਂ ਦੋ ਦਿਨ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨਹੀਂ ਖਾਂਦੇ।

ਤਰਲ ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ: ਤੁਹਾਡਾ ਭਾਰ ਵਧ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਚਿਹਰਾ ਜਾਂ ਗਿੱਟੇ ਜਾਂ ਲੱਤਾਂ ਸੁੱਜ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੱਤਾਂ ਨੂੰ ਗੱਦੀ 'ਤੇ ਰੱਖਣਾ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਇਲਾਜ ਖਤਮ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸੋਜ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ।

ਕੁਝ ਘੱਟ ਆਮ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ

ਕਬਜ਼: ਉੱਚ ਫਾਈਬਰ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ (ਸਬਜ਼ੀਆਂ, ਫਲ, ਹੋਲਮੇਲ ਬਰੈੱਡ) ਖਾਣਾ ਅਤੇ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 2 ਲੀਟਰ ਪਾਣੀ ਪੀਣਾ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਵਾਈ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੇਕਰ ਇਹ ਦੋ/ਤਿੰਨ ਦਿਨਾਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਲਈ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

ਦਸਤ: ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਵਿੱਚ 4 ਜਾਂ ਵੱਧ ਢਿੱਲੇ ਮਲ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਟੀਮ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਸਤ ਵਿਰੋਧੀ ਗੋਲੀਆਂ ਦੇਵੇਗਾ। ਗੁੰਮ ਹੋਏ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸਾਰਾ ਪਾਣੀ ਪੀਣਾ ਯਾਦ ਰੱਖੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਸਤ ਲੱਗਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਘੱਟ ਫਾਈਬਰ ਵਾਲਾ ਭੋਜਨ ਖਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕੱਚੇ ਫਲ, ਫਲਾਂ ਦਾ ਰਸ, ਅਨਾਜ ਅਤੇ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸ਼ਰਾਬ, ਕੈਫੀਨ, ਦੁੱਧ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥ ਅਤੇ ਉੱਚ ਚਰਬੀ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਮੂੰਹ ਦੇ ਫੇੜੇ ਅਤੇ ਫੋੜੇ: ਕੀਟਾਨੂਆਂ ਦੇ ਵਧਣ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਖਾਣਾ ਖਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਪਣੇ ਦੰਦਾਂ ਨੂੰ ਬੁਰਸ਼ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਮੂੰਹ ਦੇ ਫੋੜਿਆਂ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਜਾਂ ਇਲਾਜ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਨਰਮ ਟੁੱਥਬ੍ਰਸ਼ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ 1/2 ਤੋਂ 1 ਚਮਚਾ ਬੇਕਿੰਗ ਸੋਡਾ (ਜਾਂ ਨਿਯਮਤ ਮਾਊਥਵਾਸ਼) ਵਿੱਚ ਮਿਲਾਏ ਗਏ ਨਾਲ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਤਿੰਨ ਵਾਰ ਕੁਰਲੀ ਕਰੋ। ਸੰਤਰੇ, ਨਿੰਬੂ ਅਤੇ ਅੰਗੂਰ ਵਰਗੇ ਤੇਜ਼ਾਬ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨਾਂ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰਨਾ ਬਿਹਤਰ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫੋੜੇ ਹਨ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨੂੰ ਦੱਸੋ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਮੂੰਹ ਦੇ ਫੋੜੇ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਜਾਂ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਚਮੜੀ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਅ: ਤੁਹਾਡੀ ਚਮੜੀ ਖੁਸ਼ਕ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਧੱਫੜ ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਸੂਸਤੀ: ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਹੁਤ ਨੀਂਦ ਅਤੇ ਥਕਾਵਟ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨੀਂਦ ਆਉਂਦੀ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਗੱਡੀ ਨਾ ਚਲਾਓ ਅਤੇ ਮਸ਼ੀਨਰੀ ਨੂੰ ਸੰਚਾਲਿਤ ਨਾ ਕਰੋ।

ਸਿਰ ਦਰਦ: ਜੇਕਰ ਅਜਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਪੈਰਾਸੀਟਾਮੋਲ ਵਰਗੀਆਂ ਦਰਦ ਨਿਵਾਰਕ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਸੌਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ: ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਨੀਂਦ ਦੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਖੂਨ ਦਾ ਗਤਲਾ ਹੋਣਾ: ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੱਤਾਂ ਸੁੱਜੀਆਂ, ਲਾਲ ਅਤੇ ਦੁਖਦੀਆਂ ਹਨ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਾਹ ਚੜ੍ਹਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਵਾਲਾਂ ਦਾ ਝੜਨਾ: ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਲ ਪਤਲੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਇਹ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਵਾਲ ਗੁਆਓਗੇ।

ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਦਵਾਈ

ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ; ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਲਈ ਲਾਭਦਾਇਕ ਦਵਾਈਆਂ ਹਨ।

ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਆਮ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਣਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਹਾਂ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਆਮ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਂਦੇ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਔਨਕੋਲੋਜੀ ਟੀਮ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰੋ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਸਲਾਹ ਦੇ ਸਕਣ।

ਕੀ ਮੈਂ ਫਲੂ ਦਾ ਟੀਕਾਕਰਨ ਕਰਵਾ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

ਹਾਂ, ਇਹ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਫਲੂ ਦਾ ਟੀਕਾਕਰਨ ਕਰਵਾ ਲਓ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਆਪਣੀ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਜੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਸਮੇਂ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਲਾਜ ਦੌਰਾਨ ਸੁਝਾਅ

- ਬਹੁਤ ਸਾਰਾ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਪੀਓ (ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 2 ਲੀਟਰ ਪ੍ਰਤੀ ਦਿਨ) ਆਪਣੇ ਗੁਰਦਿਆਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰੋ।
- ਚੰਗੀ ਪੋਸ਼ਣ ਬਣਾਈ ਰੱਖੋ। ਥੋੜ੍ਹਾ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਖਾਣਾ ਖਾਣ ਨਾਲ ਮਤਲੀ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਚਰਬੀ ਵਾਲੇ ਜਾਂ ਤਲੇ ਹੋਏ ਭੋਜਨਾਂ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਰੋਗ ਵਿਰੋਧੀ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਸ਼ੇਵ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਇਲੈਕਟ੍ਰਿਕ ਰੇਜ਼ਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਅਤੇ ਖੂਨ ਵਗਣ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਨਰਮ ਟੁੱਥਬ੍ਰਸ਼ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।
- ਸੂਰਜ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਤੋਂ ਬਚੋ। SPF 15 (ਜਾਂ ਵੱਧ) ਸਨਬਲਾਕ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵਾਲੇ ਕੱਪੜੇ ਪਾਓ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੁਸਤੀ ਜਾਂ ਚੱਕਰ ਆਉਣੇ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ; ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਪ੍ਰਤੀ ਤੁਹਾਡੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਦਾ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ, ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਡਰਾਈਵਿੰਗ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਕੰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚੋ ਜਿਹਨਾਂ ਲਈ ਚੌਕਸ ਰਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- ਬਹੁਤ ਸਾਰਾ ਆਰਾਮ ਕਰੋ।
- ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ।
- ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਦਵਾਈ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ। ਕਈ ਵਾਰ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਨਾ ਕਿ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਨਾਲ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣ ਗੰਭੀਰ ਹਨ ਜਾਂ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਬਾਅਦ ਸੁਧਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਤਾਂ ਹਸਪਤਾਲ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਤੋਂ ਝਿਜਕੋ ਨਾ।

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 Priyanshu Choudhary**, Dr Saloni pahwa, Dr Tamizholi s, Dr Garima Durga. Indian Coordinator: Dr Venkata Pradeep babu K, Translation project coordinator: Dr. R Casolino.

- ਖੂਨ ਦੇ ਥੱਕੇ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦਿਓ: ਦਰਦ, ਲਾਲੀ, ਬਾਂਹ ਜਾਂ ਲੱਤ ਦੀ ਸੋਜ, ਸਾਹ ਚੜ੍ਹਨਾ ਜਾਂ ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਦਰਦ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਲੱਛਣ ਹਨ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।
- ਜੈਮਸੀਟਾਬਾਈਨ ਲੈਂਦੇ ਸਮੇਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਕਿਸਮ ਦਾ ਟੀਕਾਕਰਨ ਨਾ ਕਰੋ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਬੱਚੇ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਦੀ ਉਮਰ ਦੀ ਔਰਤ ਹੋ:
 - ਇਹ ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ ਜਾਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰੋ
 - ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦੌਰਾਨ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚੋ
 - ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦੌਰਾਨ ਛਾਤੀ ਦਾ ਦੁੱਧ ਨਾ ਦਿਓ

ਹਸਪਤਾਲ ਨਾਲ ਕਦੋਂ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਹੈ?

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣ ਗੰਭੀਰ ਹਨ ਜਾਂ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਬਾਅਦ ਸੁਧਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਤਾਂ ਹਸਪਤਾਲ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਤੋਂ ਝਿਜਕੋ ਨਾ।

ਹਸਪਤਾਲ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸੰਪਰਕ:

ਮੈਨੂੰ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿੱਥੋਂ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਬਿਲੀਰੀ ਟ੍ਰੈਕਟ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ESMO ਵੈੱਬਸਾਈਟ: ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਗਾਈਡ ਅਤੇ ਏ ਐੱਮ ਐੱਫ ਦ ਕੋਲੈਂਜੀਓਕਾਰਸੀਨੋਮਾ ਚੈਰਿਟੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਤੁਸੀਂ ਹੇਠਾਂ ਸੰਬੰਧਿਤ ਲਿੰਕ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹੋ:

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