

بیلیری ٹریکٹ کینسر کے لیے Gemcitabine:

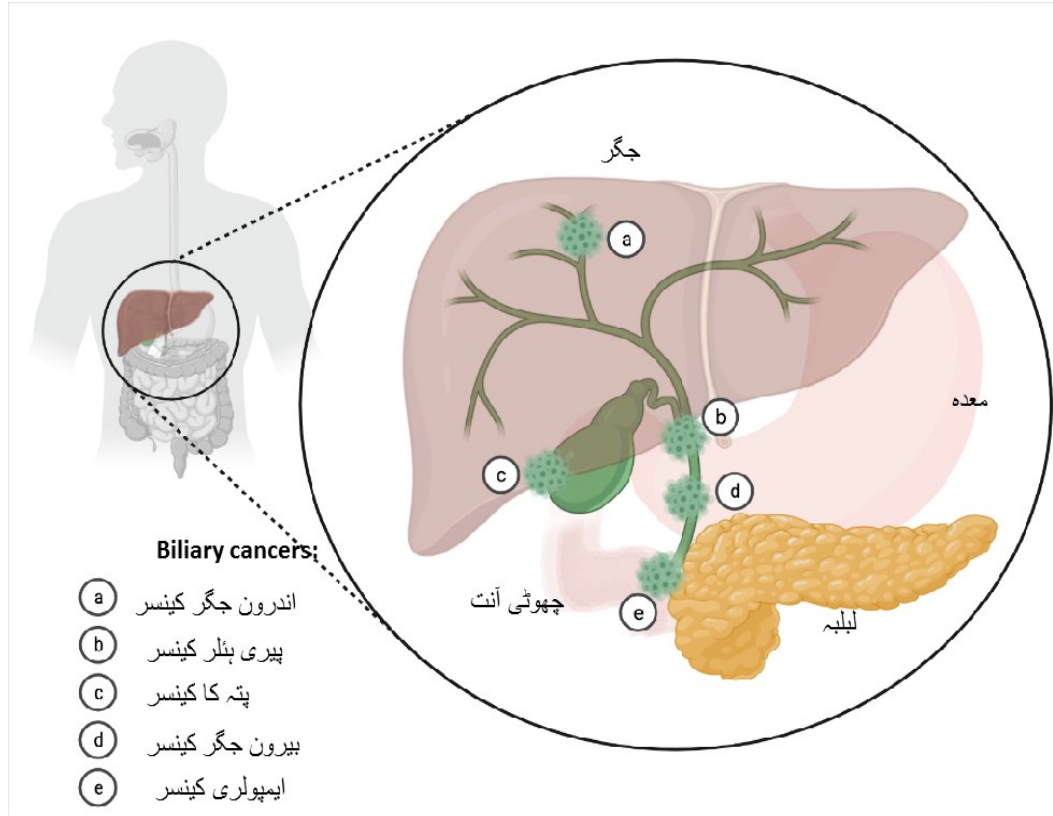
اگر آپ کے ڈاکٹر نے آپ کے کینسر کے علاج کے لیے جیمسیٹابائن تجویز کی ہے تو ، یہاں اس دوا کے بارے میں کچھ اہم معلومات ہیں۔

بیلیری ٹریکٹ کینسر

بیلیری ٹریکٹ کے کینسر ان خلیوں سے پیدا ہوتے ہیں (جنہیں کولینجیوسائٹس کہتے ہیں) جو عام طور پر بیلیری سسٹم کی پرت بناتے ہیں (جسے نیچے دی گئی تصویر میں سبز رنگ میں دکھایا گیا ہے)۔ بیلیری نلیاں چھوٹی ٹیوبیں ہیں جو پت کو جگر اور پتے سے چھوٹی آنت میں لے جاتی ہیں -

بیلیری ٹریکٹ کینسر کی عام اقسام کولینجیو کارسینوما ، پتے کا کینسر اور امپولری کینسر ہیں:

- **Cholangiocarcinoma کولینجیو کارسینوما** - جسے بائل ڈکٹ کینسر بھی کہا جاتا ہے۔ اس کینسر کو تین اقسام میں درجہ بندی کیا گیا ہے ، اس پر انحصار کرتے ہوئے کہ پت کی نالیوں میں یہ کہاں پیدا ہوتا ہے۔
 1. **intrahepatic cholangiocarcinoma (اندرون جگر)**۔ جب کینسر جگر کے اندر کی نالیوں میں پیدا ہوتا ہے۔
 2. **perihilar cholangiocarcinoma (پیری ہیلر)** - جب یہ جگر کے بالکل باہر نالیوں میں پیدا ہوتا ہے۔
 3. **ڈسٹل/ایکسٹرا ہیپیٹک کولینجیو کارسینوما (بیرون جگر)**۔ جب یہ جگر سے مزید دور نالیوں میں پیدا ہوتا ہے۔
- **Gall bladder cancer پتے کا کینسر**۔ پتے کی پرت سے پیدا ہوتا ہے۔
- **Ampullary cancer امپولری کینسر** - پت کی نالیوں اور چھوٹی آنتوں کے درمیان والی جگہ سے پیدا ہوتا ہے۔



آپ کو یہ کتابچہ اس لیے دیا گیا ہے کہ آپ کو بلیری ٹریکٹ کینسر کی تشخیص ہوئی ہے۔ آپ کا آنکولوجسٹ آپ کو بتا سکتا ہے کہ آپ کو بلیری ٹریکٹ کا کونسا کینسر ہے اور یہ کتنا پھیلا ہوا ہے۔

Gemcitabine کیا ہے؟ Gemcitabine ایک کیموتھراپی دوائی ہے جو سیل کی نقل کے عمل میں مداخلت کر کے ٹیومر کے خلیوں کو مار دیتی ہے۔ تاہم، کیونکہ یہ عام خلیوں کو بھی نقصان پہنچا سکتی ہے، یہ کچھ ضمنی اثرات پیدا کر سکتی ہے۔

Gemcitabine کس طرح دی جاتی ہے؟

آپ کو کیموتھراپی یونٹ میں ہسپتال میں جیمسائٹابین ملے گی۔ Gemcitabine کو ایک چھوٹی پتلی ٹیوب کے ذریعے ایک رگ میں اندرونی طور پر داخل کیا جاتا ہے، جسے ایک نرس آپ کے بازو یا ہاتھ کی رگ میں ڈالے گی۔ آپ کو جیمسائٹابین ملنے کے بعد کینولا ہٹا دیا جائے گا۔

آپ کا ڈاکٹر آپ کے قد، وزن، عمر اور عمومی صحت سمیت کئی عوامل کی بنیاد پر جیمسائٹابین کی صحیح خوراک کا فیصلہ کرے گا۔

جیمسیٹابائن کی کوئی شکل نہیں ہے جسے زبانی طور پر (منہ سے) لیا جاسکتا ہے۔

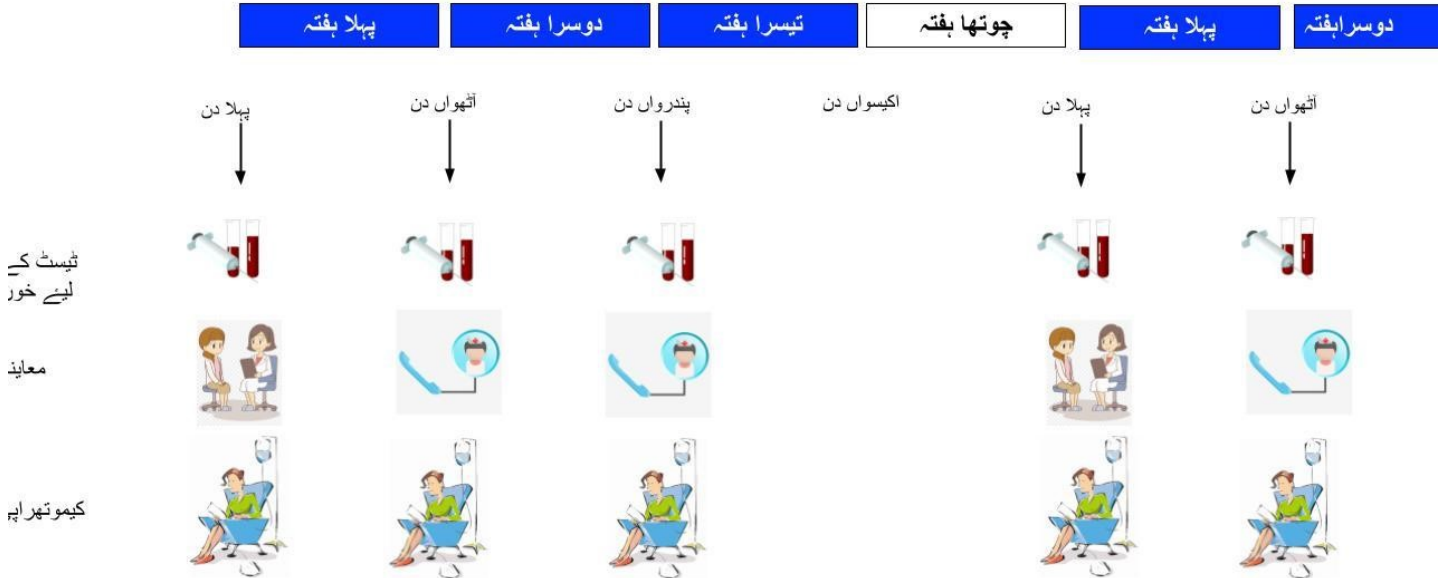
جیمسیٹابائن علاج کا شیڈول:-

جیمسیٹابائن علاج کا معیاری شیڈول چار ہفتوں کا ہوتا ہے ، جس میں ہفتے میں ایک دن کیموتھراپی شامل ہوتی ہے ، تین ہفتوں (پہلے آٹھویں اور پندرہویں دن) کے بعد ، ایک ہفتہ آرام کا۔

کیموتھراپی کے ہر سیشن سے پہلے ، آپ کا بلڈ ٹیسٹ ہوگا اور آپ کی آنکولوجیکل ٹیم چیک کرے گی کہ آپ کیموتھراپی سیشن کے لیے کافی فٹ ہیں یا نہیں۔ یہ ضروری ہے کہ آپ اپنے آخری سیشن کے بعد سے کسی بھی علامات اور مسائل کی اطلاع دیں تاکہ خوراک/شیڈول کو ایڈجسٹ کیا جاسکے۔

کیموتھراپی کے ہر چکر کے پہلے ہفتے کے پہلے دن آپ خون کی جانچ کے لیے ہسپتال آئیں گے۔ 8 ویں دن اور 15 ویں دن آپ کو خون کے ٹیسٹ کو دہرانے کی ضرورت ہوگی ، کیموتھراپی کے لیے آپ کو رات بھر ہسپتال میں رہنے کی ضرورت نہیں ہوگی۔

Gemcitabine کا چکر: 3 ہفتے، 1 ہفتہ چھٹی۔



Gemcitabine کے علاج کی مدت

ڈاکٹر آپ کے ساتھ آپ کے علاج کی مدت پر تبادلہ خیال کرے گا۔ عام طور پر ، ہر جیمسیٹابائن سائیکل ایک ماہ (4 ہفتوں) تک جاری رہے گی۔ اگر آپ علاج کو اچھی طرح برداشت کر رہے ہیں تو آپ کم از کم 3 ماہ تک کیموتھراپی حاصل کریں گے اس سے پہلے کہ آپ کا ڈاکٹر دوبارہ سکین کرنے کا مشورہ دے تاکہ یہ سمجھ سکے کہ کیموتھراپی کام کر رہی ہے یا نہیں۔ اگر پہلے 3 ماہ کے اسکین سے پتہ چلتا ہے کہ آپ کا کینسر مستحکم ہے یا سکڑ رہا ہے تو

آپکا ڈاکٹر مزید 3 ماہ تک کیموتھراپی جاری رکھنے کا مشورہ دے سکتا ہے۔ علاج کے پہلے 6 ماہ کے بعد آپ کا ڈاکٹر آپ سے بات کرے گا کہ آپ کو کیموتھراپی سے وقفہ لینا چاہیے یا جاری رکھنا چاہیے۔

Gemcitabine کے علاج کے مضر اثرات کیا ہیں؟

اس علاج کے چند ضمنی اثرات ہیں۔ ضمنی اثرات کی موجودگی یا شدت اور ادویات کی افادیت کے درمیان کوئی تعلق نہیں ہے۔

بہت سی دیگر کیموتھراپی ادویات کی طرح، جیمسیٹابائن کینسر کے خلیوں کو مار دیتی ہے کیونکہ سیل ڈویژن اور پھیلاؤ کو روکنے کی صلاحیت کی وجہ سے۔ بدقسمتی سے، کیموتھراپی کی دوائیں کینسر کے خلیوں اور عام خلیوں کے درمیان فرق کو پہچاننے کے قابل نہیں ہیں۔ لہذا، کیموتھراپی ان عام خلیوں کو بھی مار ڈالے گی جو تیزی سے تقسیم ہو رہے ہیں، جیسے خون کے خلیات، منہ کے خلیات، پیٹ، آنتوں اور دیگر جگہوں پر، جو کہ کچھ مختلف ضمنی اثرات کا سبب بنتا ہے۔ ایک بار علاج ختم ہونے کے بعد، وہ عام خلیات واپس بڑھیں گے اور صحت مند ہوں گے۔

بہت سی ادویات دستیاب ہیں جو کیموتھراپی کے دوران لی جاسکتی ہیں تاکہ کسی بھی قسم کے مضر اثرات کو کنٹرول اور کم کیا جاسکے۔

Gemcitabine سے متعلق کچھ عام ضمنی اثرات۔

• Hematotoxicity: آپ کے خون کے خلیوں پر ضمنی اثرات بشمول

سفید خون کے خلیوں کی کم تعداد اور انفیکشن کا خطرہ۔

کیموتھراپی اکثر سفید خون کے خلیوں کی تعداد کو کم کرتی ہے، جو آپ کو انفیکشن سے لڑنے میں مدد دیتے ہیں۔ اگر آپ کے سفید خون کے خلیوں کی تعداد بہت کم ہے (اسے نیوٹروپینیا کہا جاتا ہے) تو آپ کو انفیکشن کا خطرہ ہو سکتا ہے۔ اس وقت، ان حالات سے بچنے کے لیے محتاط رہنا ضروری ہے جو انفیکشن کے اس خطرے کو بڑھا سکتے ہیں، جیسے کہ ہجوم والی جگہوں پر، نزلہ زکام والے لوگوں کے ساتھ میل جول۔

چونکہ آپ کے سفید خلیوں کی تعداد آپ کے کیموتھراپی کے ہر چکر کے ساتویں اور دسویں دن کے درمیان سب سے کم ہونے کا امکان ہے، ان دنوں میں انفیکشن کے خطرے سے بچنا خاص طور پر ضروری ہے۔

سفید خلیوں میں کمی خون کے ایک اہم معائنوں میں سے ایک ہے جو آپ کا ڈاکٹر کیموتھراپی کی اگلی خوراک وصول کرنے سے پہلے کرے گا تاکہ یہ یقینی بنایا جاسکے کہ سفید خون کے خلیوں کی تعداد آپ کو انفیکشن سے بچانے کے لیے کافی ہے جب آپ کیموتھراپی حاصل کرتے ہیں۔

سفید خلیوں کی تعداد عام طور پر آپ کے اگلے علاج سے پہلے معمول پر آجائے گی۔ بعض اوقات یہ ہو سکتا ہے کہ ان کی تعداد بہت کم ہو جس سے آپ طے شدہ علاج نہ لے سکیں اور آپ کا ڈاکٹر آپ کے علاج میں تھوڑی دیر کے لیے تاخیر کرے گا جب تک کہ سیل کاؤنٹ معمول پر نہ آجائے۔

یہ ضروری ہے کہ آپ انفیکشن کی علامات اور علامات سے آگاہ ہوں ، اور اگر آپ کو مندرجہ ذیل مینسے کوئی ظاہر ہو تو آپ کو اپنے ہسپتال میں ہیلپ لائن سے رابطہ کرنا چاہیے۔
پیراسیٹامول استعمال کرنے کے باوجود آپ کے جسم کا درجہ حرارت 38°C (100.4 ° F) سے بڑھ جاتا ہے۔
- آپ اچانک کانپتے ہیں یا بیمار محسوس کرتے ہیں۔
- آپ کو گلے کی سوزش ، کھانسی ، اسہال ، پیشاب میں جلن ہے۔

- سرخ خون کے خلیات کی کم تعداد۔

کیموتھراپی سرخ خون کے خلیوں کی تعداد کو کم کر سکتی ہے۔ سرخ خون کے خلیوں کا سب سے اہم کردار آپ کے جسم کے ہر حصے میں آکسیجن لے جانا ہے۔ اگر سرخ خون کے خلیوں کی تعداد بہت کم ہے (اسے انیمیا کہا جاتا ہے) تو آپ تھکاوٹ اور سانس کی دشواری محسوس کر سکتے ہیں۔ اگر آپ کی خون کی کمی شدید ہے تو آپ کو خون کی ضرورت ہوگی۔

- پلیٹلیٹس کی کم تعداد اور چوٹ یا خون بہنے کا خطرہ۔

کیموتھراپی پلیٹلیٹس کی تعداد کو کم کر سکتی ہے۔ خون کے جمنے میں مدد کے لیے پلیٹلیٹس مفید ہیں۔ اگر آپ کے پلیٹ لیٹس کی تعداد بہت کم ہے (جسے تھرومبوسائٹوپینیا کہا جاتا ہے) آپ کیموتھراپی نہیں حاصل کر سکتے اور آپ کا ڈاکٹر آپ کے علاج میں تھوڑی دیر کے لیے تاخیر کرے گا جب تک کہ پلیٹلیٹس کی گنتی بہتر نہ ہو جائے۔

اگر آپ کو کوئی زخم ہے یا خون بہہ رہا ہے ، جیسے ناک سے خون ، مسوڑھوں سے خون ، جلد پر چھوٹے سرخ یا جامنی رنگ کے دھبے ، براہ کرم اپنے ڈاکٹر کو مطلع کریں۔

فلو جیسی علامات: آپ ان کا تجربہ کیموتھراپی علاج کے دوران یا کچھ دیر بعد کر سکتے ہیں:

- اچانک گرم ، سرد یا کپکپی محسوس کرنا۔

- بخار

- سر درد۔

- پٹھوں میں درد

- تھکاوٹ۔

متلی: بعض اوقات قے کو انجیکشن اور گولیوں کے ذریعے اچھی طرح کنٹرول کیا جاتا ہے۔ آپ علاج کے بعد چند گھنٹوں سے چند دنوں تک اس کا تجربہ کر سکتے ہیں۔ متلی سے بچنے والی ادویات لینا ضروری ہے کیونکہ قے شروع ہونے کے بعد اس کا علاج کرنے کی بجائے اسے پیشگی روکنا آسان ہے۔ اگر آپ دن میں ایک سے زیادہ مرتبہ قے یا متلی محسوس کر رہے ہیں تو اپنے ڈاکٹر یا نرس سے فوری رابطہ کریں۔

تھکاوٹ: ایک بہت عام ضمنی اثر ، جو علاج کے دوران بڑھ سکتا ہے۔

خون جمنا: اگر آپ کی ٹانگیں سوجی ہوئی ہیں یا سرخ ہیں یا اگر آپ کو سانس کی تکلیف ہو رہی ہے، تو ہیلپ لائن سے رابطہ کریں۔

GEMCITABINE سے متعلق کچھ کم عام ضمنی اثرات۔

الرجک رد عمل: بعض اوقات دوران کیموتھراپی الرجی ہو سکتی ہے۔ اپنے ڈاکٹر یا نرس کو فوری طور پر بتائیں اگر آپ کو ان میں سے کوئی اچانک علامات ہیں:

- خارش
- سانس میں کمی
- چہرے کی لالی یا سوجن۔
- گرمی محسوس کرنا
- چکر آنا
- بار بار پیشاب گزرنے کی ضرورت

کم بھوک: اگر آپ ایک یا دو دن زیادہ نہیں کھاتے تو پریشان نہ ہوں۔ آپ کا ذائقہ بھی بدل سکتا ہے۔

اسہال: اگر آپ کو 24 گھنٹوں میں 4 یا اس سے زیادہ مرتبہ ڈھیلا پاخانہ آئے تو آپ کو اپنی ٹیم سے رابطہ کرنے کی ضرورت ہے۔ کا ڈاکٹر آپ کو اسہال روکنے کی گولیاں دے گا۔ کھوئے ہوئے سیالوں کی بحالی کے لیے کافی مقدار میں پانی پینا یاد رکھیں۔ اگر آپ کو اسہال ہے تو آپ کو کم فائبر والی خوراک کھانی چاہیے اور کچے پھل، پھلوں کا رس، اناج اور سبزیوں سے پرہیز کرنا چاہیے۔ کافی، دودھ کی مصنوعات اور زیادہ چکنائی والی کھانوں سے بچنا بھی مدد کر سکتا ہے۔

کیموتھراپی کا اخراج (رساو): دوران کیموسیشن، کیموتھراپی رگ سے باہر لیک ہو کر آس پاس کے ٹشو کو نقصان پہنچا سکتی ہے۔ اپنی نرس کو فوری طور پر بتائیں اگر آپ کو رگ کے گرد کوئی درد، لالی یا سوجن ہے۔

قبض: زیادہ فائبر والی خوراکیں (سبزیاں، پھل، اسپغول کا چھلکا) اور کم از کم 2 لیٹر پانی پینا آپ کی مدد کر سکتا ہے۔ اگر آپ کو دو/تین دن سے زیادہ عرصہ تک قبض رہتی ہے تو آپ کو جلاب کی ضرورت پڑ سکتی ہے۔

منہ کے زخم اور السر: آپ کو ہمیشہ کھانے کے بعد اپنے دانت برش کرنے چاہئیں تاکہ جراثیم بڑھنے سے بچ سکیں۔ منہ کے زخموں کو روکنے کے لیے نرم برش استعمال کریں اور دن میں تین بار 1/2 سے 1 چائے کا چمچ بیکنگ سوڈا پانی میں ملا کر کلیاں کریں۔ تیزابیت والے کھانے جیسے سنترہ، لیموں اور انگور سے پرہیز

کرنا بہتر ہے۔ اگر آپ کو منہ میں زخم ہیں تو اپنے ڈاکٹر یا نرس کو بتائیں ، کیونکہ وہ منہ کے زخموں کا علاج کرنے میں مدد کر سکتے ہیں۔

غنودگی: کیمو تھراپی بہت نیند (غنودگی) اور تھکاوٹ کا باعث بن سکتی ہے۔ اگر آپ کو بہت نیند آتی ہے تو گاڑی نہ چلائیں یا مشینری نہ چلائیں۔

سر درد: اگر ایسا ہوتا ہے تو ، آپ پیراسیٹامول جیسے درد کش ادویات لے سکتے ہیں۔

سونے میں دشواری: اگر آپ کو ضرورت ہو تو آپ نیند کی گولیاں لے سکتے ہیں۔
بالوں کا گرنا: آپ کے بال پتلے ہو سکتے ہیں ، لیکن اس بات کا امکان نہیں ہے کہ آپ اپنے بال ہمیشہ کے لیے کھو دیں گے۔

جلد کی تبدیلیاں: آپ کی جلد خشک ہو سکتی ہے یا خارش ہو سکتی ہے۔
سوجن: آپکا وزن بڑھ سکتا ہے اور آپ کے چہرے یا ٹخنوں یا ٹانگوں میں سوجن آ سکتی ہے۔ آپ کے پیروں کو کٹن پر رکھنے میں مدد مل سکتی ہے۔ آپ کا علاج ختم ہونے کے بعد سوجن بہتر ہو جائے گی۔

اپنے ڈاکٹر کو کسی بھی ضمنی اثرات سے آگاہ کرنا یقینی بنائیں علامات پر قابو پانے کے لیے مفید دوائیں ہیں، جو ضمنی اثرات کو کنٹرول کرنے میں مدد کرتی ہیں۔

کیا میں اپنی تمام معمول کی دوائیں لیتا رہوں؟

جی ہاں ، آپ کو اپنی تمام معمول کی ادویات لیتے رہنا ہوگا۔ براہ کرم اپنی آنکولوجی ٹیم کو ان تمام ادویات کی اطلاع دیں جو آپ لے رہے ہیں ، تاکہ وہ مشورہ دے سکیں۔

کیا میں فلو کی ویکسینیشن کروا سکتا ہوں؟

جی ہاں ، یہ مشورہ دیا جاتا ہے کہ آپ اپنی کیموتھراپی شروع کرنے سے پہلے فلو کی ویکسینیشن کروائیں۔ اگر آپ نے پہلے ہی اپنی کیموتھراپی شروع کر رکھی ہے تو ، براہ کرم اپنے ڈاکٹر سے پوچھیں جو ویکسینیشن کے بہترین وقت کے بارے میں مشورہ دے سکتا ہے۔

علاج کے دوران تجاویز۔

کافی مقدار میں سیال پئیں (کم از کم 2 لیٹر فی دن) اور اپنے گردوں کی حفاظت کریں۔

اچھی غذائیت کو برقرار رکھیں۔ بار بار تھوڑا تھوڑا کھانا کھانے سے متلی کم کرنے میں مدد مل سکتی ہے۔ آپ کو چکنائی یا تلے ہوئے کھانوں سے پرہیز کرنا چاہیے۔ اگر آپ کو ضرورت ہو تو آپ متلی کم کرنے کی دوائیں لے سکتے ہیں۔

دھوپ میں جانے سے گریز کریں۔ ایس پی ایف 15 (یا اس سے زیادہ) سن بلاک اور حفاظتی لباس پہنیں۔ نیند پوری کریں۔

بے حسی اور سنسنا ہٹ کو روکنے یا کم کرنے کے لیے:

- درجہ حرارت میں اچانک تبدیلیوں سے اپنے ہاتھوں یا پیروں کو بچائیں۔ جب آپ سردیوں میں سیر کے لیے جاتے ہیں تو دستانے استعمال کریں۔ منجمد کھانے پینے کو ہاتھ نہ لگائیں۔ کھانا پکاتے وقت تندور کے دستانے اور باغبانی کرتے وقت حفاظتی دستانے استعمال کریں۔
- اپنے ہاتھوں اور پیروں کو گرم رکھیں، اچھے اور نرم، حفاظتی جوتے پہنیں۔
- گرم پانی استعمال کرتے وقت احتیاط کریں کیونکہ آپ محسوس نہیں کر سکتے کہ یہ کتنا گرم ہے اور خود کو جلا سکتے ہیں۔
- اپنے ناخن کاٹتے وقت احتیاط کریں۔
- دن میں کم از کم دو بار اپنی جلد کو موئسچرائز کریں۔

وہ ادویات گھر پر رکھیں جن کی آپ کو علامات پر قابو پانے میں مدد کی ضرورت ہو۔ آپ کو غنودگی یا چکر آ سکتا ہے ڈرائیونگ یا ان کاموں سے گریز کریں جن میں چوکسی کی ضرورت ہوتی ہے۔

بال موندنے کے لئے الیکٹرک استرا اور نرم دانتوں کا برش استعمال کریں۔ کیموتھراپی شروع کرنے سے پہلے، اپنے ڈاکٹر کو کسی بھی ادویات کے بارے میں بتائیں جو آپ لے رہے ہیں۔ بعض اوقات ضمنی اثرات آپ کی ادویات سے متعلق ہو سکتے ہیں نہ کہ کیموتھراپی سے۔

• اگر آپ کے علامات شدید ہیں یا 24 گھنٹوں کے بعد بہتر نہیں ہوتے ہیں تو ہسپتال سے رابطہ کرنے میں ہچکچاہٹ نہ کریں۔

خون کے جمنے کی علامات پر دھیان دیں: درد، لالی، بازو یا ٹانگ کی سوجن، سانس لینے یا سینے میں درد۔ اگر آپ کو ان علامات میں سے کوئی علامت ہے تو اپنے ڈاکٹر سے رابطہ کریں۔ کیموتھراپی کرتے وقت اپنے ڈاکٹر کی منظوری کے بغیر کسی بھی قسم کی ویکسینیشن نہ لیں۔

- اگر آپ کو حمل کا شبہ ہے یا اس علاج کو شروع کرنے سے پہلے آپ حاملہ ہیں تو اپنے ڈاکٹر کو مطلع کریں۔
- کیموتھراپی کے دوران حاملہ ہونے سے گریز کریں۔
- کیموتھراپی کے دوران بچے کو دودھ نہ پلائیں۔

- ہسپتال سے کب رابطہ کیا جائے؟

اگر آپ کے علامات شدید ہیں یا 24 گھنٹوں کے بعد بہتر نہیں ہوتے ہیں تو ہسپتال سے رابطہ کرنے میں ہچکچاہٹ نہ کریں۔

ہسپتال کا ہنگامی رابطہ نمبر اپنے ڈاکٹر سے لیں۔

میں مزید معلومات کہاں سے حاصل کر سکتا ہوں؟

اگر آپ اس شعبے میں مزید معلومات حاصل کرنا چاہتے ہیں تو آپ بلیری ٹریکٹ کینسر کے لیے ESMO ویب سائٹ ملاحظہ کر سکتے ہیں۔ آپ ذیل میں متعلقہ لنک تلاش کر سکتے ہیں:

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

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