ಪಿತ್ತರಸದಟ್ರ್ಯಾಕ್ಟ್ನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ಗಳಿಗೆ ಜೆಮ್ಸಿಟಾಬೈನ್ ಮತ್ತು ಸಿಸ್ಪ್ಲಾಟಿನ್ (GEM/CIS)

ಒಂದು ವೇಳೆ ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರು ನಿಮ್ಮ ಪಿತ್ತರಸದ ಟ್ರ್ಯಾಕ್ಟ್ನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಗಳಿಗೆ ಕ್ಯಾಪೆಸಿಟಾಬೈನ್ ಮತ್ತು ಆಕ್ಸಾಲಿಪ್ಲಾಟಿನ್ ಕೀಮೋಥೆರಪಿ ಔಷಧಗಳನ್ನು ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡಿದ್ದರೆ, ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಕುರಿತು ಇಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಪ್ರಮುಖ ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ನೀಡಲಾಗಿದೆ.

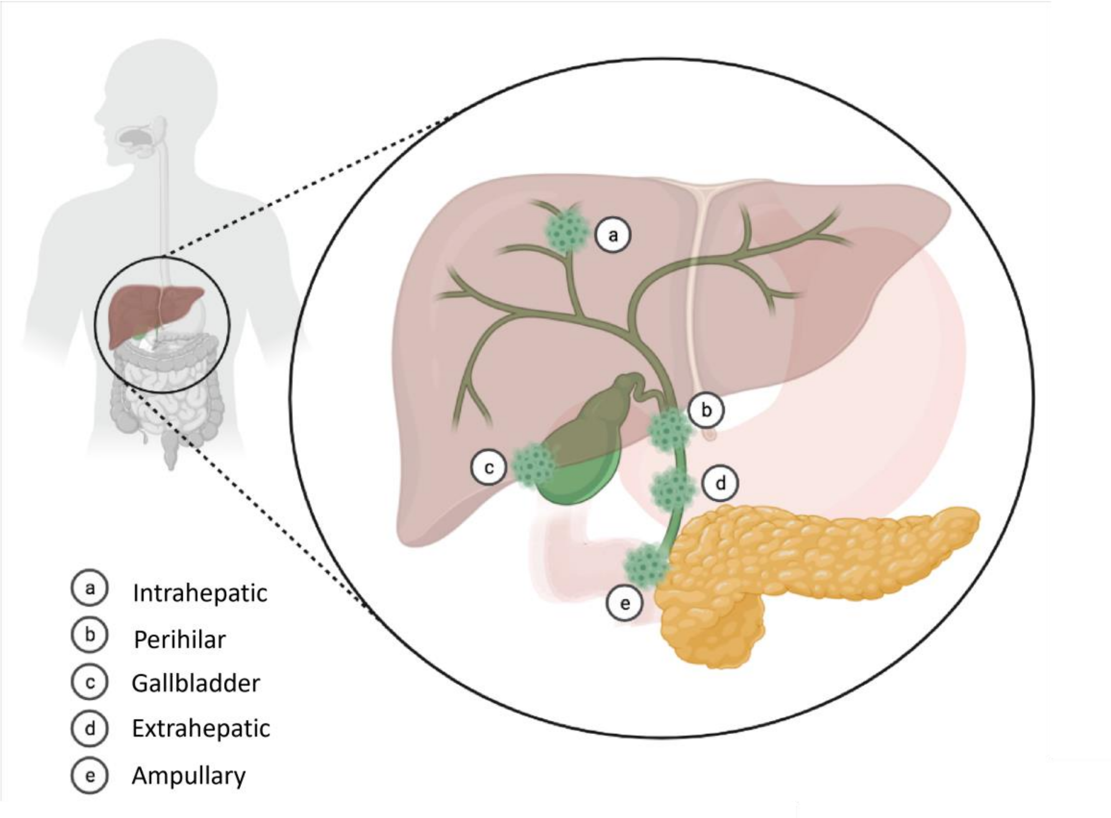
ಪಿತ್ತನಾಳದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್

ಪಿತ್ತನಾಳದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಒಳಪದರವನ್ನು ರೂಪಿಸುವ, ಕೊಲಾಂಜಿಯೋಸೈಟ್ಸ್ ಎಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುವ ಜೀವಕೋಶಗಳಿಂದ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಾಗುತ್ತವೆ. (ಪಿತ್ತರಸ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಈ ಕೆಳಗಡೆ ಹಸಿರು ಬಣ್ಣದಲ್ಲಿ ಚಿತ್ರಿಸಲಾಗಿದೆ). ಸಣ್ಣ ಕೊಳವೆಯಂತಿರುವ ಪಿತ್ತರಸದ ನಾಳಗಳು ಆಹಾರವನ್ನು ಜೀರ್ಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಬೇಕಾಗುವ ಪಿತ್ತರಸವನ್ನು ಯಕೃತ್ತು ಮತ್ತು ಪಿತ್ತಕೋಶದಿಂದ ಸಣ್ಣಕರುಳಿಗೆ ಒಯ್ಯುತ್ತವೆ .
ಪಿತ್ತನಾಳದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಎಂದರೆ ಕೊಲಾಂಜಿಯೋಕಾರ್ಸಿನೋಮ, ಪಿತ್ತಕೋಶದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಮತ್ತು ಆಂಪುಲ್ಲರಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್:

- **ಕೊಲಾಂಜಿಯೋಕಾರ್ಸಿನೋಮ ಅಥವಾ** ಪಿತ್ತರಸ ನಾಳದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ಅನ್ನು ಮೂರು ವಿಧಗಳಲ್ಲಿ ವರ್ಗೀಕರಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ. ಈ ವರ್ಗೀಕರಣೆ ಪಿತ್ತರಸ ನಾಳಗಳೊಳಗೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಎಲ್ಲಿ ನೆಲೆಗೊಂಡಿದ್ದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತದೆ:
  - ಇಂಟ್ರಾಹೆಪಾಟಿಕ್ ಕೊಲಾಂಜಿಯೋಕಾರ್ಸಿನೋಮ - ಇದು ಯಕೃತ್ತಿನ ಒಳಗಿನ ನಾಳಗಳಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ
  - ಪೆರಿಹಿಲಾರ್ ಕೊಲಾಂಜಿಯೋಕಾರ್ಸಿನೋಮ - ಇದು ಯಕೃತ್ತಿನ ಹೊರಗಿನ ನಾಳಗಳಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ
  - ದೂರದ/ಎಕ್ಸ್ಟ್ರಾಹೆಪಾಟಿಕ್ ಕೊಲಾಂಜಿಯೋಕಾರ್ಸಿನೋಮ - ಇದು ಯಕೃತ್ತಿನ ಹೊರಗಿನ ನಾಳಗಳಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ
- **ಪಿತ್ತಕೋಶ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ -** ಪಿತ್ತಕೋಶದ ಒಳಭಾಗದ ಜೀವಕೋಶಗಳಿಂದ ಹುಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ
- **ಆಂಪುಲ್ಲರಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ -** ಪಿತ್ತರಸದ ನಾಳಗಳು ಮತ್ತು ಸಣ್ಣ ಕರುಳು ಸೇರಿಕೊಳ್ಳುವ ಸ್ಥಳದಿಂದ ಹುಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ

ನಿಮಗೆ ಪಿತ್ತರಸದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಇರುವುದು ಪತ್ತೆಯಾದ ಕಾರಣ ಈ ಕರಪತ್ರವನ್ನು ನೀಡಲಾಗಿದೆ. ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರು ನೀವು ಯಾವ ಪಿತ್ತರಸದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಅನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದೀರಿ ಮತ್ತು ಅದು ಎಷ್ಟು ವಿಸ್ತರಿಸಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಚರ್ಚಿಸಿರಬಹುದು.

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 Prasad Vasanth Acharya, Dr D C Doval, Dr Maneesh Sharma, Dr Venkata Pradeep Babu K. Indian Coordinator: Dr Venkata , Pradeep Babu KTranslation project coordinator: Dr. R Casolino



GEM/CIS ಎಂದರೇನು?

ಜೆಮ್ಸಿಟಾಬೈನ್ ಮತ್ತು ಸಿಸ್ಪ್ಲೇಟಿನ್ ಎರಡು ಕಿಮೊಥೆರಪಿ ಔಷಧಿಗಳಾಗಿವೆ, ಇದು ಜೀವಕೋಶದ ಪುನರಾವರ್ತನೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಮಧ್ಯಪ್ರವೇಶಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಗೆಡ್ಡೆಯ ಕೋಶಗಳನ್ನು ನಾಶಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ಇದರೊಂದಿಗೆ ಸಾಮಾನ್ಯ ಜೀವಕೋಶಗಳು ಕೂಡ ಹಾನಿಗೊಳಗಾಗುವುದರಿಂದ, ಇದು ಕೆಲವು ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು. ನಾವು ಜೆಮ್ಸಿಟಾಬೈನ್ ಮತ್ತು ಸಿಸ್ಪ್ಲಾಟಿನ್ ಸಂಯೋಜನೆಯನ್ನು GEM/CIS ಎಂಬ ಚಿಕ್ಕ ಹೆಸರಿನೊಂದಿಗೆ ಕರೆಯುತ್ತೇವೆ.

GEM/CIS ಅನ್ನು ಹೇಗೆ ನಿರ್ವಹಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ?

ನೀವು ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ, ಕೀಮೋಥೆರಪಿ ಘಟಕದಲ್ಲಿ GEM/CIS ಔಷಧಿಗಳ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದನ್ನು ತೆಳುವಾದ ಕೊಳವೆಯ ಮೂಲಕ ರಕ್ತನಾಳದ ಮುಖಾಂತರ ಸ್ವೀಕರಿಸುತ್ತೀರಿ. ನರ್ಸ್ ನಿಮ್ಮ ತೋಳು ಅಥವಾ ಕೈಯ ರಕ್ತನಾಗಳನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಬಹುದು. ನೀವು ಔಷಧಿಯನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಿದ ನಂತರ ಕೊಳವೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಸಿಸ್ಪ್ಲಾಟಿನ್ನಿಂದಾಗಿ ರಕ್ತನಾಳದಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ನೋವು ಉಂಟಾಗಬಹುದು ಅಥವಾ ರಕ್ತನಾಳದ ಉದ್ದಕ್ಕೂ ಹಾನಿಕಾರಕವಾಗಬಹುದು, ಇದನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಸಿಸ್ಪ್ಲಾಟಿನ್ ದ್ರಾವಣದ ಮೊದಲು ಮತ್ತು ನಂತರ ನಿಮ್ಮ ರಕ್ತನಾಳಕ್ಕೆ ಸಾಕಷ್ಟು ದ್ರವಗಳನ್ನು ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

ನಿಮ್ಮ ಎತ್ತರ, ತೂಕ, ವಯಸ್ಸು, ಸಾಮಾನ್ಯ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಆಧಾರವಾಗಿರುವ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು ಸೇರಿದಂತೆ ಹಲವು ಅಂಶಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ನೀವು ಸ್ವೀಕರಿಸುವ GEM/CIS ನ ನಿಖರವಾದ

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 Prasad Vasanth Acharya, Dr D C Doval, Dr Maneesh Sharma, Dr Venkata Pradeep Babu K. Indian Coordinator: Dr Venkata , Pradeep Babu KTranslation project coordinator: Dr. R Casolino

European Cholangiocarcinoma Network
COST ACTION CA18122

AMMF THE CHOLANGIOCARCINOMA CHARITY

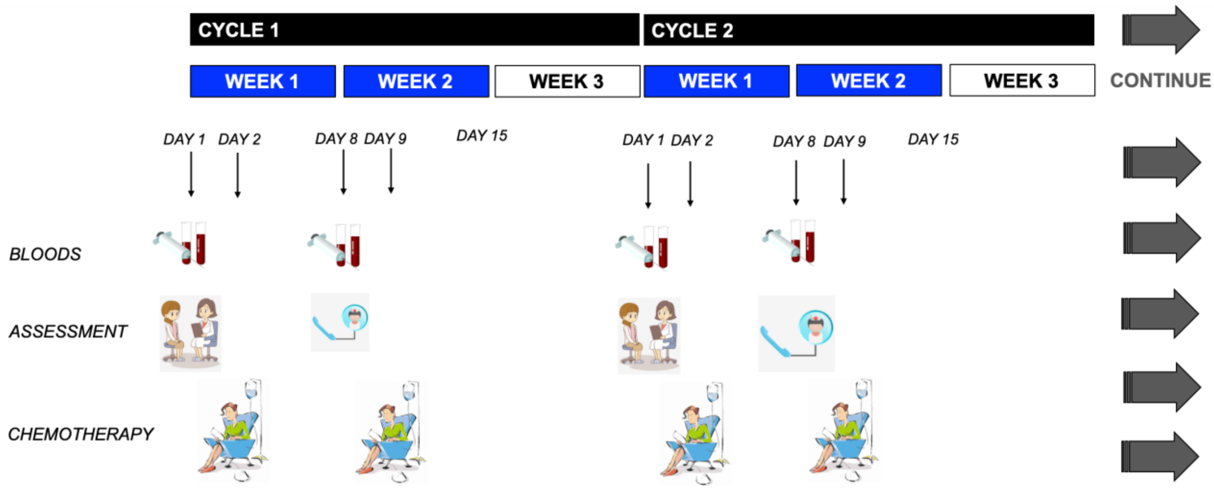
European Network for the Study of Cholangiocarcinoma (ENS-CCA)

ಡೋಸೇಜ್ ಅನ್ನು ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರು ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತಾರೆ.

GEM/CIS ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ವೇಳಾಪಟ್ಟಿ

GEM/CIS ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ನೀವು ಚಕ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಪರ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ ಸ್ವೀಕರಿಸುತ್ತೀರಿ. GEM/CIS ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಪ್ರಮಾಣಿತ ವೇಳಾಪಟ್ಟಿಯು ಮೂರು ವಾರಗಳ ಚಕ್ರವನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತದೆ. ಪ್ರತೀ ಚಕ್ರದ, ಆರಂಭದ ಎರಡು ವಾರಗಳ, ಮೊದಲನೆಯ ದಿನದಂದು (ದಿನ 1 ಹಾಗೂ ದಿನ 8) ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯನ್ನು ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ ಹಾಗು ಮೂರನೆಯ ವಾರ ಯಾವುದೇ ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯು ಇರುವುದಿಲ್ಲ ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯ ಪ್ರತಿ ಚಕ್ರದ ಮೊದಲ ವಾರದ ದಿನ 1 ರಂದು, ಹಾಗೂ ಎರಡನೇ ವಾರದ ಮೊದಲ ದಿನ (ದಿನ 8) ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಆಂಕೊಲಾಜಿಕಲ್ ತಂಡವನ್ನು ಭೇಟಿಯಾಗಲು ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಬರುತ್ತೀರಿ. ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯನ್ನು ಆರಂಭಿಸುವ ಮೊದಲು, ನಿಮ್ಮ ರಕ್ತ ಪರೀಕ್ಷೆ ಮತ್ತು ಮೌಲ್ಯಮಾಪವನ್ನು ಆಂಕೊಲಾಜಿಕಲ್ ತಂಡವು ನಡೆಸುತ್ತದೆ. ಈ ವೇಳೆ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ವೈದ್ಯರಲ್ಲಿ ವರದಿ ಮಾಡುವುದು ಮುಖ್ಯ. ನಿಮ್ಮ ಪರಿಶೀಲನೆ ಮತ್ತು ರಕ್ತ ಪರೀಕ್ಷೆಯ ವರದಿಯನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸಿದ ನಂತರ ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯ ಡೋಸ್/ವೇಳಾಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರು ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಕೀಮೋಥೆರಪಿ ಅವಧಿಯು 3 ರಿಂದ 4 ಗಂಟೆಗಳು ಇರುತ್ತದೆ .ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ವೈದ್ಯರು ನಿಮ್ಮ ಕೀಮೋಥೆರಪಿ ಅಪಾಯಿಂಟ್‌ಮೆಂಟ್‌ನ ಹಿಂದಿನ ದಿನ ರಕ್ತ ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಸಲಹೆ ಕೊಡಬಹುದು. GEM/CIS ಕೀಮೋಥೆರಪಿ ಸ್ವೀಕರಿಸಲು ನೀವು ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಉಳಿಯುವ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ

GEM/CIS ಸೈಕಲ್: 2 ವಾರಗಳು, 1 ವಾರದ ರಜೆ



GEM/CIS ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಅವಧಿ

ನಿಮ್ಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಅವಧಿಯನ್ನು ವೈದ್ಯರು ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚಿಸುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರತಿ GEM/CIS ಚಕ್ರವು 3 ವಾರಗಳವರೆಗೆ ಇರುತ್ತದೆ. ನೀವು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಸಹಿಸಿಕೊಂಡರೆ, ಅದನ್ನು 3 ತಿಂಗಳವರೆಗೆ ಪುನರಾವರ್ತಿಸಬಹುದು. ನೀವು ಕನಿಷ್ಠ 3 ತಿಂಗಳ ಕೀಮೋಥೆರಪಿ ಚಕ್ರಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಿದ ನಂತರ, ಕೀಮೋಥೆರಪಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿದೆಯೇ ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರು ಕೆಲವು ಪರೀಕ್ಷೆ ಹಾಗೂ ಸ್ಕ್ಯಾನ್‌ಗೆ ಸಲಹೆ ನೀಡಬಹುದು. ಮೊದಲ 3 ತಿಂಗಳ ಸ್ಕ್ಯಾನ್ ನಿಮ್ಮ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಸ್ಥಿರವಾಗಿದೆ ಅಥವಾ ಕುಗ್ಗುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ತೋರಿಸಿದರೆ, ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರು ಕಿಮೊಥೆರಪಿಯನ್ನು ಇನ್ನೊಂದು 3 ತಿಂಗಳುಗಳು ಮುಂದುವರೆಸಲು ಸಲಹೆ ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಆರು ತಿಂಗಳುಗಳ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯು ಪೂರ್ಣವಾದ ನಂತರ ನೀವು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸುವ ಅಥವಾ ವಿರಾಮ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಬಗ್ಗೆ ವೈದ್ಯರು ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚಿಸುತ್ತಾರೆ.

GEM/CIS ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮಗಳು ಯಾವುವು?

ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಅಡ್ಡಪರಿಣಾಮಗಳು ಉಂಟಾಗಬಹುದು, ಅಥವಾ ನೀವು ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದನ್ನೂ ಅನುಭವಿಸದಿರಬಹುದು. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮಗಳ ಆರಂಭ, ಅವಧಿ ಮತ್ತು ತೀವ್ರತೆಯನ್ನು ಊಹಿಸಬಹುದಾಗಿದೆ, ಹಾಗೂ ಅವು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ನಂತರ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ವಾಸಿಯಾಗುತ್ತವೆ. ಅಡ್ಡಪರಿಣಾಮಗಳ ತೀವ್ರತೆಯು ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಇತರೆ ಅನೇಕ ಕಿಮೊಥೆರಪಿ ಔಷಧಗಳ ಹಾಗೆ, GEM/CIS ಕೂಡ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಜೀವಕೋಶಗಳ ವಿಭಜನೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಸರಣ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಕ್ಷೀಣಿಸಿ ನಾಶಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ಇದೇ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ದುರದೃಷ್ಟವಶಾತ್, ಕಿಮೊಥೆರಪಿ ಔಷಧಿಗಳು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಕೋಶಗಳ ಹಾಗೂ ಸಾಮಾನ್ಯ ಜೀವಕೋಶಗಳ ನಡುವಿನ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ಗುರುತಿಸಲಾರದೆ ಸಾಮಾನ್ಯ ಜೀವಕೋಶಗಳ ಮೇಲೆ ಹಾನಿ ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದಾಗಿ, ರಕ್ತ ಕಣಗಳು, ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿರುವ ಜೀವಕೋಶಗಳು, ಹೊಟ್ಟೆ, ಕರುಳು ಮತ್ತು ಇತರೆಡೆಗಳಂತಹ ವೇಗವಾಗಿ ವಿಭಜಿಸುವ ಸಾಮಾನ್ಯ ಕೋಶಗಳು ಅಡ್ಡಪರಿಣಾಮಗಳಿಗೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತವೆ. ಚಿಕಿತ್ಸೆಯು ಕೊನೆಗೊಂಡ ನಂತರ, ಆ ಸಾಮಾನ್ಯ ಜೀವಕೋಶಗಳು ಮತ್ತೆ ಆರೋಗ್ಯಕರವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತವೆ.

ಯಾವುದೇ ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮಗಳ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ಮತ್ತು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಕಿಮೊಥೆರಪಿ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದಾದ ಹಲವಾರು ಔಷಧಿಗಳು ಲಭ್ಯವಿವೆ .

GEM/CIS ಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಕೆಲವು ಸಾಮಾನ್ಯ ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮಗಳು

***<u>ಹೆಮಾಟೊಟಾಕ್ಸಿಸಿಟಿ</u>*:** ನಿಮ್ಮ ರಕ್ತ ಕಣಗಳ ಮೇಲಿನ ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮಗಳು

- *ಕಡಿಮೆ ಬಿಳಿ ರಕ್ತ ಕಣಗಳು ಮತ್ತು ಸೋಂಕಿನ ಅಪಾಯ*

ಕೀಮೋಥೆರಪಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸೋಂಕಿನ ವಿರುದ್ಧ ಹೋರಾಡಲು ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಬಿಳಿ ರಕ್ತ ಕಣಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ (ಇದು *ನ್ಯೂಟ್ರೋಪೆನಿಯಾ ಎಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುತ್ತದೆ*). ಒಂದು ವೇಳೆ ನಿಮ್ಮ ಬಿಳಿ ರಕ್ತ ಕಣಗಳ ಎಣಿಕೆ ತುಂಬಾ ಕಡಿಮೆ ಇದ್ದಲ್ಲಿ ನಿಮಗೆ ಸೋಂಕಿನ ಅಪಾಯ ಇರುತ್ತದೆ. ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಕಿಕ್ಕಿರಿದ ಸ್ಥಳಗಳಿಂದ ಹಾಗೂ ಸೋಂಕಿತ ಜನರ ಸಂಪರ್ಕದಿಂದ ದೂರವಿರಿ. ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಚಕ್ರಗಳಲ್ಲಿ 10 ರಿಂದ 14 ನೇ ದಿನದ ನಡುವೆ ನಿಮ್ಮ ಬಿಳಿ ಕೋಶಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯು ಅತ್ಯಂತ ಕಡಿಮೆ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿರುವುದರಿಂದ, ಈ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಜಾಗರೂಕತೆ ವಹಿಸುವುದು ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಪ್ರತಿ ಕಿಮೊಥೆರಪಿ ಚಕ್ರದ ಮೊದಲು ವೈದ್ಯರು ನಿಮ್ಮ ಬಿಳಿ ರಕ್ತ ಕಣಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸುತ್ತಾರೆ.

ನಿಮ್ಮ ಮುಂದಿನ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಮೊದಲು ಬಿಳಿ ಕೋಶಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯು ಸಾಮಾನ್ಯ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಮರಳುತ್ತದೆ. ನಿಗದಿತ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಲು ನಿಮಗೆ ಅನುಮತಿಸಲು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅವು ತುಂಬಾ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿರಬಹುದು ಮತ್ತು ಜೀವಕೋಶದ ಎಣಿಕೆಯು ಸಾಮಾನ್ಯ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಬರುವವರೆಗೆ ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರು ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದವರೆಗೆ ನಿಮ್ಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ವಿಳಂಬಗೊಳಿಸಬಹುದು.

<u>ಸೋಂಕಿನ ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನೀವು ತಿಳಿದಿರುವುದು ಮುಖ್ಯ, ಮತ್ತು ಒಂದು ವೇಳೆ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಈ ಕೆಳಗಿನ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಕಂಡುಬಂದರೆ ನೀವು ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಬೇಕಾದ ಸಹಾಯವಾಣಿ (ದೂರವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆ ....) :</u>

- ಪ್ಯಾರಸಿಟಮಾಲ್ ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದರೂ ನಿಮ್ಮ ದೇಹದ ಉಷ್ಣತೆಯು 38°C (100.4°F) ಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುವುದು
- ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ನಡುಕವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದು ಅಥವಾ ಅಸ್ವಸ್ಥರಾಗುವುದು
- ಗಂಟಲು ನೋವು , ಕೆಮ್ಮು, ಅತಿಸಾರ , ಹೆಚ್ಚಾದ ಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜನೆ

- ***ಕಡಿಮೆ ಕೆಂಪು ರಕ್ತಕಣಗಳು***
- *ನಿಮ್ಮ ದೇಹದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಭಾಗಕ್ಕೂ ಆಮ್ಲಜನಕವನ್ನು ಸಾಗಿಸುವ ಕೆಂಪು ರಕ್ತಕಣಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯು ಕಿಮೊಥೆರಪಿಯಿಂದ ಕಡಿಮೆಯಾಗಬಹುದು. ಕೆಂಪು ರಕ್ತ ಕಣಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ತುಂಬಾ ಕಡಿಮೆಯಿದ್ದರೆ (ಇದನ್ನು ರಕ್ತಹೀನತೆ ಅಥವಾ ಅನೇಮಿಯ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ) ನಿಮಗೆ ಸುಸ್ತು ಹಾಗೂ ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆ ಉಂಟಾಗಬಹುದು. ಒಂದು ವೇಳೆ ನಿಮ್ಮ ತೀವ್ರವಾದ ರಕ್ತಹೀನತೆ ಇದ್ದರೆ, ರಕ್ತ ವರ್ಗಾವಣೆಯ ಅಗತ್ಯ ಉಂಟಾಗಬಹುದು.*
- ***ಕಡಿಮೆ ಕಿರುಬಿಲ್ಲೆಗಳು(ಪ್ಲೇಟ್ಲೆಟ್ಗಳು) ಮತ್ತು ರಕ್ತಸ್ರಾವದ ಅಪಾಯ***

ಕಿಮೊಥೆರಪಿಯಿಂದ ಪ್ಲೇಟ್‌ಲೆಟ್‌ಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯು ಕಡಿಮೆಯಾಗಬಹುದು (ಇದನ್ನು *ಥ್ರಂಬೋಸೈಟೋಪೆನಿಯಾ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ*). ರಕ್ತ ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟುವಿಕೆಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಪ್ಲೇಟ್ಲೆಟ್ಗಳು ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿವೆ. ನಿಮ್ಮ ಪ್ಲೇಟ್‌ಲೆಟ್‌ಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ತುಂಬಾ ಕಡಿಮೆಯಿದ್ದರೆ ನೀವು ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಲು ಸೂಕ್ತರಲ್ಲ ಮತ್ತು ಪ್ಲೇಟ್‌ಲೆಟ್ ಎಣಿಕೆ ಸುಧಾರಿಸುವವರೆಗೆ ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರು ನಿಮ್ಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ವಿಳಂಬಗೊಳಿಸಬಹುದು. ಒಂದು ವೇಳೆ ನಿಮ್ಮ ಮೂಗಿನಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಒಸಡುಗಳಲ್ಲಿ ರಕ್ತಸ್ರಾವ, ಚರ್ಮದ ಮೇಲೆ ಚಿಕ್ಕ ಚಿಕ್ಕ ಕೆಂಪು ಅಥವಾ ನೇರಳೆ ಕಲೆಗಳು, ಕಂಡುಬಂದಲ್ಲಿ ದಯವಿಟ್ಟು ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ತಿಳಿಸಿ.

ಜ್ವರದಂತಹ ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳು **: ನಿಮ್ಮ** ಕಿಮೊಥೆರಪಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಅಥವಾ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದ ನಂತರ ಈ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಕಂಡುಬರಬಹುದು :

- ಶೀತ ಅಥವಾ ನಡುಕದ ಭಾವನೆ
- ಜ್ವರ
- ತಲೆನೋವು
- ಸ್ನಾಯು ನೋವು
- □□□□

ವಾಕರಿಕೆ **:** ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ವಾಕರಿಕೆಯೊಂದಿಗೆ ವಾಂತಿ ಉಂಟಾಗಬಹುದು. ಇದನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಔಷಧಿಗಳಿಂದ ಚೆನ್ನಾಗಿ ನಿಯಂತ್ರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ನಿಮಗೆ ವಾಕರಿಕೆ ಅಥವಾ ವಾಂತಿ ಅನಿಸದಿದ್ದರೂ ಸಹ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ, ಏಕೆಂದರೆ ವಾಕರಿಕೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾದ ನಂತರ ಅದನ್ನು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡುವ ಬದಲು ಅದನ್ನು ತಡೆಯುವುದು ಸುಲಭ. ನೀವು ದಿನಕ್ಕೆ ಒಂದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಬಾರಿ ಅನಾರೋಗ್ಯದಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದರೆ ತಕ್ಷಣ ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಅಥವಾ ನರ್ಸ್ ಅನ್ನು

ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ.

ಆಯಾಸ : ಒಂದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕಂಡುಬರುವ ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮ, ಇದು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಬಹುದು.

ಮೂತ್ರಪಿಂಡದ ಹಾನಿ (ನೆಫ್ರಾಟಾಕ್ಸಿಸಿಟಿ): GEM/CIS ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಮೂತ್ರಪಿಂಡಕ್ಕೆ (ಕಿಡ್ನಿ) ಹಾನಿ ಉಂಟಾಗಬಹುದು. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಒಂದು ವೇಳೆ ನೀವು ಈಗಾಗಲೇ ಮೂತ್ರಪಿಂಡದ ರೋಗವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಲ್ಲಿ ಇದರ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ. ಮೂತ್ರಪಿಂಡಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ರಕ್ತ ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಮಾಡಿದ ನಂತರ ವೈದ್ಯರು ನಿಮ್ಮ ಕಿಮೊಥೆರಪಿಯ ಡೋಸ್ ಅನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಮೂತ್ರಪಿಂಡದ ಹಾನಿಯನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಸಾಕಷ್ಟು ನೀರು ಕುಡಿಯುವುದು ಮುಖ್ಯ. ನಿಮ್ಮ ನರ್ಸ್ ನೀವು ಒಂದು ದಿನದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಕುಡಿಯುತ್ತೀರಿ ಮತ್ತು ವಿಸರ್ಜಿಸಿದ ಮೂತ್ರದ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ದಾಖಲಿಸಲು ಕೇಳಬಹುದು. ಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜನೆಯಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಿದರೆ ನಿಮ್ಮ ತಕ್ಷಣವೇ ತಿಳಿಸಿ, ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಮೂತ್ರದಲ್ಲಿ ರಕ್ತದ ಉಪಸ್ಥಿತಿ.

ಶ್ರವಣಶಕ್ತಿ ಅಥವಾ ಶ್ರವಣೇಂದ್ರಿಯದಲ್ಲಿನ ಬದಲಾವಣೆಗಳು (ಒಟೊಟಾಕ್ಸಿಸಿಟಿ): ***ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ನಂತರ*** ನೀವು ಶ್ರವಣೇಂದ್ರಿಯದ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಬಹುದು. ಕಿವಿಗಳಲ್ಲಿ ರಿಂಗಣಿಸುವ, ಝೇಂಕರಿಸುವ ಧ್ವನಿ ಅಥವಾ ಗುಞಂಗುಡುವ ಸದ್ದು ಉಂಟಾಗಬಹುದು. ಇದನ್ನು *ಟಿನ್ನಿಟಸ್ ಎನ್ನಲಾಗುತ್ತದೆ.* ಚಿಕಿತ್ಸೆಯು ಕೊನೆಗೊಂಡ ನಂತರ ಇದು ಉತ್ತಮಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಅಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ, ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಅಂತ್ಯದ ನಂತರ ಇದು ದೀರ್ಘಕಾಲ ಉಳಿಯಬಹುದು. ನಿಮ್ಮ ಶ್ರವಣೇಂದ್ರಿಯಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ನೀವು ಗಮನಿಸಿದರೆ ನಿಮ್ಮ ನರ್ಸ್ ಅಥವಾ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ತಿಳಿಸಿ.

ರಕ್ತ ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟುವಿಕೆ : ನಿಮ್ಮ ಕಾಲುಗಳು ಊದಿಕೊಂಡಿದ್ದರೆ, ಕೆಂಪಾಗಿದ್ದರೆ ಮತ್ತು ನೋಯುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆ ಕಂಡುಬಂದಲ್ಲಿ ಸಹಾಯವಾಣಿಯನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ.

GEM/CIS ಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಕೆಲವು ಅಸಾಮಾನ್ಯ ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮಗಳು

ಅಲರ್ಜಿಯ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ : **ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ರಕ್ತನಾಳದ ಮುಖಾಂತರ** ಕಿಮೊಥೆರಪಿ ಔಷಧವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದ ನಂತರ ಅಲರ್ಜಿಯ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಉಂಟಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಇದು ಸೌಮ್ಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ತೀವ್ರ ಅಥವಾ ಗಂಭೀರವಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳಿವೆ. ಕೆಳಕಂಡ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಕಂಡುಬಂದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ನರ್ಸ್ ಹಾಗೂ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ತಕ್ಷಣವೇ ತಿಳಿಸಿ:

- ದದ್ದು (ಚರ್ಮದಲ್ಲಿ ರಾಶ್)
- ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆ
- ಮುಖವು ಕೆಂಪಾಗುವುದು ಅಥವಾ ಊದಿಕೊಳ್ಳುವುದು
- ಶರೀರವು ಬಿಸಿಯಾದ ಭಾವನೆ
- ತಲೆತಿರುಗುವಿಕೆ
- ಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜನೆಯ ಇಚ್ಛೆ

ಕೈ ಬೆರಳುಗಳು ಮತ್ತು ಕಾಲ್ಬೆರಳುಗಳಲ್ಲಿ ಮರಗಟ್ಟುವಿಕೆ ಅಥವಾ ಜುಮ್ಮೆನ್ನುವುದು (ಪೆರಿಫೆರಲ್ ನ್ಯೂರೋಪತಿ ಅಥವಾ ನರರೋಗ) : **ಸಿಸ್ಪ್ಲಾಟಿನ್** ಆಧಾರಿತ ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯು ನರಗಳ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಿ ಕೈ ಅಥವಾ ಪಾದಗಳಲ್ಲಿಮರಗಟ್ಟುವಿಕೆ, ಜುಮ್ಮೆನಿಸುವಿಕೆ ಅಥವಾ ನೋವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು. ಇದರಿಂದಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಲು ಕಷ್ಟವುಂಟಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳಿವೆ. ಈ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಕೆಲವು ದಿನಗಳ ಅಥವಾ ವಾರಗಳ ನಂತರ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಹಾಗು

ಕೆಲವು ತಿಂಗಳುಗಳ ವರೆಗೆ ಉಳಿದುಕೊಳ್ಳುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳಿವೆ. ಇದರ ತೀವ್ರತೆಯನ್ನು ತಗ್ಗಿಸಲು ಸಹಾಯಕರಿ ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ಕೆಳಗಡೆ ವಿವರಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಹಸಿವಾಗದಿರುವುದು **: *ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಹಸಿವು ಕಾಡಿಮೆಯಾಗಬಹುದು.*** ನೀವು ಒಂದು ದಿನ ಅಥವಾ ಎರಡು ದಿನಗಳವರೆಗೆ ಹೆಚ್ಚು ತಿನ್ನದಿದ್ದರೆ ಚಿಂತಿಸಬೇಡಿ. ನಿಮ್ಮ ರುಚಿ ಕೂಡ ಬದಲಾಗಬಹುದು. ಹಸಿವು ತಗ್ಗಿದರೂ ಕೂಡ, ನಿಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಆಹಾರವನ್ನು ಖಚಿತವಾಗಿ ಸೇವಿಸಿ.

ಅತಿಸಾರ : ಒಂದು ದಿನದಲ್ಲಿ, ಒಂದು ವೇಳೆ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ 4 ಅಥವಾ ಹೆಚ್ಚು ಸಡಿಲವಾದ ಮಲ ಕಂಡುಬಂದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ತಿಳಿಸಿ. ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರು ನಿಮಗೆ ಅತಿಸಾರ ವಿರೋಧಿ ಮಾತ್ರೆಗಳನ್ನು (ಲೋಪೆರಮೈಡ್) ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರತಿ ಬಾರಿ ನಿಮಗೆ ಅತಿಸಾರವಾದಗ ನೀವು ಒಂದು ಲೋಪೆರಮೈಡ್ ಮಾತ್ರೆಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಸಾಕಷ್ಟು ನೀರು ಹಾಗೂ ದ್ರವಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸುವುದನ್ನು ನೆನಪಿಡಿ, ಜೊತೆಗೆ ಕಡಿಮೆ ಫೈಬರ್ ಇರುವ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸಿರಿ ಹಾಗೂ ಕಚ್ಚಾ ಹಣ್ಣುಗಳು, ಹಣ್ಣಿನ ರಸ ರಸ, ಧಾನ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಸೇವಿಸಿರಿ. ಮದ್ಯ, ಕೆಫೀನ್, ಹಾಲಿನ ಉತ್ಪನ್ನಗಳು ಮತ್ತು ಅಧಿಕ ಕೊಬ್ಬಿನನ್ಷಾಂಶ ಹೊಂದಿರುವ ಆಹಾರಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸದಿರಿ.

ಕೀಮೋಥೆರಪಿ ಔಷಧದ ಸೋರಿಕೆ : ರಕ್ತನಾಳದ ಮುಖಾಂತರ ಕಿಮೊಥೆರಪಿ ಔಷಧವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಔಷಧದ ಸೋರಿಕೆ ಉಂಟಾಗಬಹುದು. ಇದರಿಂದ ರಕ್ತನಾಳ ಹಾಗು ಚರ್ಮಕ್ಕೆ ಹಾನಿ ಉಂಟಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ. ಒಂದು ವೇಳೆ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದು ಸ್ವೀಕರಿಸುವ ಸಮದಯಲ್ಲಿ ನೀವು ನೋವು, ಊತ ಅಥವ ರಕ್ತನಾಳದ ಸುತ್ತಮುತ್ತ ಕೆಂಪಾಗುವುದನ್ನು ಗಮನಿಸಿದರೆ, ತಕ್ಷಣವೇ ನರ್ಸ್ ಹಾಗೂ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ತಿಳಿಸಿರಿ.

ಮಲಬದ್ಧತೆ : **ಮಲಬದ್ಧತೆಯು ಎರಡು/ಮೂರು ದಿನಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಇದ್ದರೆ ನಿಮಗೆ ವಿರೇಚಕ ಔಷಧಗಳು ಬೇಕಾಗಬಹುದು.** ನಾರಿನಂಶವಿರುವ ಆಹಾರಗಳನ್ನು (ತರಕಾರಿಗಳು, ಹಣ್ಣುಗಳು, ಹೋಲ್ಗ್ರೇನ್ ಬ್ರೆಡ್) ತಿನ್ನುವುದು ಮತ್ತು ದಿನದಲ್ಲಿ ಕನಿಷ್ಠ2-3 ಲೀಟರ್ ನೀರನ್ನು ಕುಡಿಯುವುದು ಮಲಬದ್ಧತೆಯಿಂದಪರಿಹಾರನೀಡುವುದು.

ಬಾಯಿ ಹುಣ್ಣುಗಳು : ನಿತ್ಯವೂ ಹಲ್ಲು ಉಜ್ಜುವುದರಿಂದ ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಹುಣ್ಣು ಹಾಗೂ ಕ್ರಿಮಿಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು. ಬಾಯಿ ಹುಣ್ಣುಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಅಥವಾ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಲು ಮೃದುವಾದ ಹಲ್ಲುಜ್ಜುವ ಬ್ರಷ್ ಅನ್ನು ಬಳಸಿ ಮತ್ತು 1/2 ರಿಂದ 1 ಟೀಚಮಚ ಅಡಿಗೆ ಸೋಡಾವನ್ನು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಬೆರೆಸಿ ದಿನಕ್ಕೆ ಮೂರು ಬಾರಿ ತೊಳೆಯಿರಿ (ಅಥವಾ ಸಾಮಾನ್ಯ ಮೌತ್ವಾಶ್ ಬಳಸಬಹುದು). ಕಿತ್ತಳೆ, ನಿಂಬೆಹಣ್ಣು ಮತ್ತು ದ್ರಾಕ್ಷಿಹಣ್ಣುಗಳಂತಹ ಆಮ್ಲೀಯ ಆಹಾರಗಳನ್ನು ತ್ಯಜಿಸುವುದು ಉತ್ತಮ. ನೀವು ಹುಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರೆ ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರು ಅಥವಾ ದಾದಿಯರಿಗೆ ತಿಳಿಸಿ, ಅವರು ಬಾಯಿ ಹುಣ್ಣುಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಅಥವಾ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದು.

ಅರೆನಿದ್ರಾವಸ್ಥೆಗಳು ಅಥವಾ ಮಂಪರು: ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯಿಂದ ನಿಮಗೆ ತುಂಬಾ ನಿದ್ದೆ (ನಿದ್ರೆ) ಮತ್ತು ಆಯಾಸ ಉಂಟಾಗಬಹುದು. ನೀವು ತುಂಬಾ ನಿದ್ರಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ, ವಾಹನವನ್ನು ಓಡಿಸಬೇಡಿ ಹಾಗು ಯಂತ್ರೋಪಕರಣಗಳನ್ನು ನಡೆಸಬೇಡಿ.

ತಲೆನೋವು : ಇದು ಸಂಭವಿಸಿದಲ್ಲಿ, ನೀವು ಪ್ಯಾರಸಿಟಮಾಲ್ನಂತಹ ನೋವು ನಿವಾರಕಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ನಿದ್ರಾಯಹೀನತೆ: **ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆಯ ಮೇರೆಗೆ** ಮಲಗಲು ಸಹಕರಿಸುವ ಮಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಕೂದಲು ಉದುರುವಿಕೆ **:** ನಿಮ್ಮ ಕೂದಲು ತೆಳ್ಳಗಾಗಬಹುದು, ಆದರೆ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಕೂದಲನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿಲ್ಲ.

ಚರ್ಮದ ಬದಲಾವಣೆಗಳು **:** ನಿಮ್ಮ ಚರ್ಮವು ಒಣಗಬಹುದು ಅಥವಾ ಚರ್ಮದಲ್ಲಿ ರಾಶ್ಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು

ಶರೀರದ ಊತ : **ಕೀಮೋತೆರಪಿಯಿಂದಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ನೀರಿನ ಅಂಶ ಹೆಚ್ಚಾಗಬಹುದು. ಇದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ** ತೂಕ **ಹೆಚ್ಚಾಗಬಹುದು** ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಮುಖ ಅಥವಾ ಮೊಣಕಾಲುಗಳು ಊದಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ನಿಮ್ಮ ಕಾಲುಗಳನ್ನು ಕುಶನ್ ಮೇಲೆ ಇರಿಸುವುದರಿಂದ ಊತವು ಕಾಡಿಮೆಯಾಗಬಹುದು. ನಿಮ್ಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ನಂತರ ಊತವು ಉಪಶಮನಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ

ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಔಷಧಿ

ಯಾವುದೇ ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತಿಳಿಸಿರಿ. ಈ ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ಉಪಯುಕ್ತ ಔಷಧಿಗಳಿವೆ.

ನಾನು ನನ್ನ ಎಲ್ಲಾ ಸಾಮಾನ್ಯ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಬೇಕೇ?

ಹೌದು, ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಸಾಮಾನ್ಯ ಔಷಧಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಬೇಕು. ದಯವಿಟ್ಟು ನಿಮ್ಮ ಆಂಕೊಲಾಜಿ ತಂಡಕ್ಕೆ ನೀವು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ಔಷಧಗಳ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ನೀಡವುದನ್ನು ಮರೆಯದಿರಿ.

ನಾನು ಜ್ವರ ಲಸಿಕೆಯನ್ನು ಹೊಂದಬಹುದೇ?

ಹೌದು, ನಿಮ್ಮ ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವ ಮೊದಲು ನೀವು ಫ್ಲೂ ಲಸಿಕೆಯನ್ನು ಹೊಂದುವಂತೆ ಸಲಹೆ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಒಂದು ವೇಳೆ ನೀವು ಈಗಾಗಲೇ ನಿಮ್ಮ ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ್ದರೆ, ವ್ಯಾಕ್ಸಿನೇಷನ್ ಮಾಡಲು ಉತ್ತಮ ಸಮಯವನ್ನು ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚಿಸಿ.

ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಸಲಹೆಗಳು

- ನಿಮ್ಮ ಮೂತ್ರಪಿಂಡಗಳ ರಕ್ಷಣೆಗಾಗಿ ದಿನಕ್ಕೆ ಕನಿಷ್ಠ 2 ಲೀಟರ್ ನೀರನ್ನು ಸೇವಿಸಿ.
- ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸಿ . ವಾಕರಿಕೆಯನ್ನು ತಗ್ಗಿಸಲು ಕಡಿಮೆ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಬಾರಿ ಬಾರಿ ಆಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸಿ. ಕೊಬ್ಬಿನ ಅಥವಾ ಹುರಿದ ಆಹಾರವನ್ನು ಮಿತವಾಗಿ ಸೇವಿಸಿ. ಆಗತ್ಯವಿದ್ದಲ್ಲಿ ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆಯಂತೆ ವಾಕರಿಕೆ ನಿಯಂತ್ರಕ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.
- ಶೇವಿಂಗ್ ಮಾಡುವಾಗ ರಕ್ತಸ್ರಾವ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಎಲೆಕ್ಟ್ರಿಕ್ ರೇಜರ್ ಬಳಸಿ ಮತ್ತು ಮೃದುವಾದ ಟೂತ್ ಬ್ರಷ್ ಉಪಯೋಗಿಸಿ.
- ಸೂರ್ಯನಿಗೆ ಒಡ್ಡಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ. SPF 15 (ಅಥವಾ ಹೆಚ್ಚಿನ) ಸನ್‌ಬ್ಲಾಕ್ ಮತ್ತು ರಕ್ಷಣಾತ್ಮಕ ವಸ್ತ್ರ ಧರಿಸಿ .
- ನೀವು ಮಂಪರು, ಅರೆನಿದ್ರಾವಸ್ಥೆ ಅಥವಾ ತಲೆತಿರುಗುವಿಕೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬಹುದು; ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ವಾಹನವನ್ನು ಓಡಿಸಬೇಡಿ ಹಾಗು ಯಂತ್ರೋಪಕರಣಗಳನ್ನು ನಡೆಸಬೇಡಿ
- ಸಾಕಷ್ಟು ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆಯಿರಿ.
- ಕೈ-ಕಾಲುಗಳ ಸಿಂಡ್ರೋಮ್ ತಡೆಯಲು:
- ನಿಮ್ಮ ಕೈ ಮತ್ತು ಪಾದದ ಅಡಿಗಳನ್ನು ಘರ್ಷಣೆ, ಒತ್ತಡ ಮತ್ತು ಶಾಖಕ್ಕೆ ಒಡ್ಡಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿ.
  - ಬಿಸಿನೀರಿನೊಂದಿಗೆ ದೀರ್ಘಾವಧಿಯ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ.
- ಪಾತ್ರಯನ್ನು ತೊಳೆಯುವಾಗ ರಬ್ಬರ್ ಕೈಗವಸುಗಳನ್ನು ಬಳಸಬೇಡಿ. ಏಕೆಂದರೆ ಇದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಅಂಗೈಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಬೆಚ್ಚವಾಗಿ ಹಾನಿಗೊಳಗಾಗಬಹುದು.
- ನಿಮ್ಮ ಅಂಗೈ ಮತ್ತು ಪಾದಗಳ ಚರ್ಮದ ಸಿಪ್ಪೆಸುಲಿಯುವಿಕೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ದೀರ್ಘ ನಡಿಗೆ ಅಥವಾ ಜಿಗಿತಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ.
- ನಿಮ್ಮ ಕೈಯನ್ನು ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಹಿಂಡುವ ಗೃಹೋಪಯೋಗಿ ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ಬಳಸಬೇಡಿ.
- **ಕೈ ಮತ್ತು ಕಾಲುಗಳ ಮೇಲೆ ಅತಿಯಾಗಿ ಲೋಷನ್ ಉಜ್ಜುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ. ಚರ್ಮದಲ್ಲಿ ಆದಷ್ಟು ತೇವಾಂಶವನ್ನು ಇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.**

- **ಕೈ ಮತ್ತು ಕಾಲುಗಳ ಮೇಲೆ ಅತಿಯಾಗಿ ಲೋಷನ್ ಉಜ್ಜುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ. ಚರ್ಮದಲ್ಲಿ ಆದಷ್ಟು ತೇವಾಂಶವನ್ನು ಇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.**

- ವೈದಿರೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚಿಸಿ ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ, ಚರ್ಮವನ್ನು ಮೃದುಗೊಳಿಸುವ ಕ್ರೀಮ್ ಮತ್ತು ನೋವು ನಿವಾರಕ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು .

ನಿಮ್ಮ ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

- ಮರಗಟ್ಟುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಜುಮ್ಮೆನಿಸುವಿಕೆಯನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಅಥವಾ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು :
  - ನಿಮ್ಮ ಅಂಗೈ ಅಥವಾ ಪಾದದ ಅಡಿಯನ್ನು ಹಠಾತ್ ತಾಪಮಾನದ ಬದಲಾವಣೆಗಳಿಗೆ ಒಡ್ಡದಿರಿ ತಾಪಮಾನ. ಕೈಗವಸುಗಳನ್ನು ಬಳಸುವ ಮೂಲಕ ತಾಪಮಾನದ ಯೇರುಪೇರುಗಳಿಂದ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿರಬಹುದು.
  - ಅಡುಗೆ ಮಾಡುವಾಗ ಅಥವಾ ತೋಟಗಾರಿಕೆ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುವಾಗ ಒಲೆಯಲ್ಲಿ ರಕ್ಷಣಾತ್ಮಕ ಕೈಗವಸುಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ.
  - ನಿಮ್ಮ ಕೈ ಮತ್ತು ಪಾದಗಳನ್ನು ಬೆಚ್ಚಗೆ ಇರಿಸಿ ಮತ್ತು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುವ ಪಾದರಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿ.
  - ಬಿಸಿನೀರನ್ನು ಬಳಸುವಾಗ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸಿ.
  - ಉಗುರುಗಳನ್ನು ಕತ್ತರಿಸುವಾಗ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಿ.
  - ಚರ್ಮದಲ್ಲಿ ಆದಷ್ಟು ತೇವಾಂಶವನ್ನು ಇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವ ಮೊದಲು, ನೀವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವ ಯಾವುದೇ ಔಷಧಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ತಿಳಿಸಿ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅಡ್ಡಪರಿಣಾಮಗಳು ನಿಮ್ಮ ಔಷಧಿಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿರಬಹುದು.
- ನಿಮ್ಮ ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳು ತೀವ್ರವಾಗಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ 24 ಗಂಟೆಗಳ ನಂತರ ಸುಧಾರಿಸದಿದ್ದರೆ, ಆಸ್ಪತ್ರೆಯನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಲು ಹಿಂಜರಿಯಬೇಡಿ.
- ರಕ್ತ ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟುವಿಕೆಯ ಲಕ್ಷಣಗಳಿಗೆ ಗಮನ ಕೊಡಿ: ನೋವು, ತೋಳು ಅಥವಾ ಕಾಲಿನ ಊತ, ಕೆಂಪಾಗುವಿಕೆ, ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆ ಅಥವಾ ಎದೆ ನೋವು ಕಂಡುಬಂದಲ್ಲಿ ತಕ್ಷಣ ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ.
- ಕೀಮೋಥೆರಪಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಾಗ ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರ ಅನುಮತಿಯಿಲ್ಲದೆ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ವ್ಯಾಕ್ಸಿನೇಷನ್ (ಲಸಿಕೆ)ಅನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಡಿ.

European Cholangiocarcinoma Network
COST ACTION CA18122

AMMF THE CHOLANGIOCARCINOMA CHARITY

European Network for the Study of Cholangiocarcinoma (ENS-CCA)

- ನೀವು ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿಯ ವಯೋಮಾನದ ಮಹಿಳೆಯಾಗಿದ್ದರೆ:
    - ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವ ಮೊದಲು ನೀವು ಗರ್ಭಿಣಿಯಾಗಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ಗರ್ಭಿಣಿಯಾಗಿರುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದ್ದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ತಿಳಿಸಿ.
    - ಕಿಮೊಥೆರಪಿ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಗರ್ಭಿಣಿಯಾಗುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ
    - ಕಿಮೊಥೆರಪಿ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಸ್ತನ್ಯಪಾನ ಮಾಡಬೇಡಿ

ಆಸ್ಪತ್ರೆಯನ್ನು ಯಾವಾಗ ಸಂಪರ್ಕಿಸಬೇಕು?

ನಿಮ್ಮ ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳು ತೀವ್ರವಾಗಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ 24 ಗಂಟೆಗಳ ನಂತರ ಸುಧಾರಿಸದಿದ್ದರೆ, ಆಸ್ಪತ್ರೆಯನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಲು ಹಿಂಜರಿಯಬೇಡಿ.

ಆಸ್ಪತ್ರೆ ತುರ್ತು ಸಂಪರ್ಕ: ....

ನಾನು ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಎಲ್ಲಿ ಪಡೆಯಬಹುದು?

ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು ನೀವು ***ESMO****ನ ಪಿತ್ತರಸ ಟ್ರ್ಯಾಕ್ಟ್ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್: ರೋಗಿಗಳ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿ*   ಮತ್ತು ***AMMF*** *ಕೋಲಾಂಜಿಯೋಕಾರ್ಸಿನೋಮ ಚಾರಿಟಿ*ಜಾಲತಾಣಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಬಹುದು.
ಕೆಳಗೆ ಸಂಬಂಧಿತ ಲಿಂಕ್ ಅನ್ನು ನೀಡಲಾಗಿದೆ :

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

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