

## ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ

ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਬਾਰੇ ਹੈ।

ਜਿਹਨਾਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਲਕੀਰ ਪਈ ਹੋਈ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅਖੀਰ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਸ਼ਬਦ ਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਸਮਝਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ।

ਸ਼ਬਦ ਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦਾ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਉਚਾਰਣ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

ਕੈਂਸਰ ਪੀੜਤ ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਮਿਲੇਗੀ। ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਦੀਆਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਮੁੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਬਾਰੇ ਸਮਝਾਵਾਂਗੇ।

ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰਨਾਂ ਇਲਾਜਾਂ ਦੀ ਵੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ, ਜਿਵੇਂ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਜਾਂ ਸਰਜਰੀ। ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਇਹਨਾਂ ਇਲਾਜਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਵੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹਨ, ਤਾਂ ਜਿੱਥੋਂ ਤੁਸੀਂ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾ ਰਹੇ ਹੋ ਉਸ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ।

ਤੁਸੀਂ ਮੈਕਮਿਲਨ ਕੈਂਸਰ ਸਪੋਰਟ (Macmillan Cancer Support) ਨੂੰ ਫ਼ੀਫ਼ੋਨ **0808 808 00 00** 'ਤੇ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ, ਸਵੇਰੇ 8 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 8 ਵਜੇ ਤਕ ਕਾਲ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਖੁਦ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਸਾਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਾਨੂੰ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਹੜੀ ਭਾਸ਼ਾ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

**macmillan.org.uk/translations** 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

## ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਇਸ ਬਾਰੇ ਹੈ:

- ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?
- ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਕਿਉਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ?
- ਤੁਹਾਡੀ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਟੀਮ
- ਆਪਣੇ ਇਲਾਜ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ
- ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਕਿੱਥੇ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ?
- ਆਪਣੇ ਇਲਾਜ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣਾ
- ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ
- ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ
- ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ
- ਮੈਕਮਿਲਨ (Macmillan) ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ
- ਸ਼ਬਦ ਸੂਚੀ
- ਤੁਹਾਡੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ
- ਹਵਾਲੇ ਅਤੇ ਧੰਨਵਾਦ

## ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?

ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਲਈ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਨਾਮ ਦੀਆਂ ਉੱਚੀ ਊਰਜਾ ਵਾਲੀਆਂ ਕਿਰਨਾਂ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਉਸ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਨਸ਼ਟ ਕਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਆਮ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਉਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਲਾਜ ਖਤਮ ਹੋਣ ਮਗਰੋਂ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

## ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਕਿਉਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ?

ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਵੱਖੋ-ਵੱਖਰੇ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

### ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਨ ਲਈ

ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਕੈਂਸਰ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਕਿਸਮਾਂ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਲਈ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਇਕੱਲੀ ਹੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ ਜਾਂ ਫਿਰ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਵਰਗੇ ਹੋਰਨਾਂ ਇਲਾਜਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ। ਇਹ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਫਿਰ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ। ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਇਹ ਟਿਊਮਰ (ਰਸੌਲੀ) ਨੂੰ ਹੋਰ ਛੋਟਾ ਬਣਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਇਹ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਰਹਿ ਗਏ ਕੋਈ ਵੀ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।

### ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ

ਜੇ ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਨਾ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ। ਇਸ ਨੂੰ ਪੈਲੀਏਟਿਵ ਭਾਵ ਦਰਦਨਾਸ਼ਕ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

## ਤੁਹਾਡੀ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਟੀਮ

### ਸਲਾਹਕਾਰ ਕਲੀਨਿਕਲ ਔਨਕੋਲੋਜਿਸਟ

ਇਹ ਉਹ ਡਾਕਟਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਨਾਲ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਇਲਾਜ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਮਿਲੋ। ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅਪੋਇੰਟਮੈਂਟਾਂ ਦੇ ਦਰਮਿਆਨ ਵੀ ਮਿਲਣ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ।

### ਰੇਡੀਓਗ੍ਰਾਫਰ

ਰੇਡੀਓਗ੍ਰਾਫਰਾਂ ਦੀ ਟੀਮ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜਾਂ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਕੋਈ ਵੀ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਜਾਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ ਵੀ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

### ਕਲੀਨਿਕੀ ਨਰਸ ਮਾਹਰ

ਕਈ ਕੈਂਸਰ ਸੈਂਟਰਾਂ ਵਿੱਚ ਮਾਹਰ ਕੈਂਸਰ ਨਰਸਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਕਈ ਵਾਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਲੀਨਿਕੀ ਨਰਸ ਮਾਹਰ (Clinical Nurse Specialist, CNS) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਨਰਸਾਂ ਹਨ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਏ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਕਿਸਮ ਵਿੱਚ ਮਾਹਰ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਆਪਣੀਆਂ ਕੋਈ ਵੀ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਕੋਈ ਵੀ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨਾਲ ਨਿਪਟਣ ਵਿੱਚ ਵੀ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

### ਤੁਹਾਡਾ ਕੀ ਵਰਕਰ

ਤੁਹਾਡਾ ਕੀ ਵਰਕਰ ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਉਦੋਂ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਾਂ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ। ਆਮ ਕਰਕੇ, ਤੁਹਾਡੀ ਟੀਮ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਰੇਡੀਓਗ੍ਰਾਫਰ ਜਾਂ ਮਾਹਰ ਨਰਸ ਤੁਹਾਡਾ ਕੀ ਵਰਕਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਪੱਕਾ ਨਹੀਂ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਕੀ ਵਰਕਰ ਕੌਣ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਅਗਲੀ ਅਪੋਇੰਟਮੈਂਟ 'ਤੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ।

## ਆਪਣੇ ਇਲਾਜ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ

ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ, ਨਰਸ ਜਾਂ ਰੇਡੀਓਗ੍ਰਾਫਰ ਇਹ ਸਮਝਾਉਣਗੇ ਕਿ:

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਦੀ ਲੋੜ ਕਿਉਂ ਹੈ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਕਿੰਨੀ ਵਾਰ ਮਿਲੇਗਾ
- ਸੰਭਾਵੀ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ
- ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਤਕ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਨਾ ਸਮਝਦੇ ਹੋਵੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਇਲਾਜ ਕਿਉਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਉਦੋਂ ਤਕ ਕੋਈ ਇਲਾਜ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੀ ਆਗਿਆ ਦੇਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਸ ਨੂੰ ਸਹਿਮਤੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਤੋਂ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਲਾਜ ਲਈ ਸਹਿਮਤ ਹੋ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਸੰਭਾਵੀ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਦੇ ਹੋ।

ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲੈ ਜਾਣਾ ਚੰਗਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਭਾਸ਼ਾ ਅਤੇ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਬੋਲਦਾ ਹੋਵੇ। ਕਈ ਵਾਰ ਹਸਪਤਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਦੁਭਾਸ਼ੀਆ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਸ ਦਾ

ਇੰਤਜ਼ਾਮ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਕਰਕੇ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੁਬਾਸੀਏ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਹਸਪਤਾਲ ਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੱਸੋ।

## ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਕਿੱਥੇ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ?

ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣਾ ਇਲਾਜ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇੱਕ ਦਿਨ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ ਵਜੋਂ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਘਰ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਾਤ ਭਰ ਰੁਕਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਕਿਸਮਾਂ ਵਿੱਚ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਕੁ ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਹਸਪਤਾਲ ਰਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਜਾਂ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਵੀ ਕਰਵਾ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ਾਇਦ ਇੱਕ ਦਾਖਲ ਮਰੀਜ਼ ਵਜੋਂ ਹਸਪਤਾਲ ਰਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ। ਇਸ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ, ਤੁਸੀਂ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਵਾਰਡ ਤੋਂ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਵਿਭਾਗ ਵਿੱਚ ਜਾਓਗੇ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਦੇ ਇਲਾਜ ਵਾਸਤੇ ਹਸਪਤਾਲ ਤਕ ਲੰਬਾ ਸਫ਼ਰ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਸਨੂੰ ਦਾਖਲ ਮਰੀਜ਼ ਵਜੋਂ ਵੀ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

## ਆਪਣੇ ਇਲਾਜ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣਾ

ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ, ਇਸ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬੜੇ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਬਣਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਹੈ ਕਿ ਜਿੰਨਾ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਇਲਾਜ ਵਧੀਆ ਕੰਮ ਕਰੇ ਅਤੇ ਇਸ ਇਲਾਜ ਨਾਲ ਜਿੰਨਾ ਹੋ ਸਕੇ ਘੱਟ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੋਣ। ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ 1 ਤੋਂ ਵੱਧ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਲੱਗ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੀ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਟੀਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸੇਗੀ ਕਿ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰਨੀ ਹੈ।

### ਸਕੈਨ

ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਵੇ, ਤੁਹਾਡੇ 1 ਜਾਂ ਵੱਧ ਸਕੈਨ ਹੋਣਗੇ। ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਟੀਮ ਨੂੰ ਇਹ ਫ਼ੈਸਲਾ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿੰਨੀ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਵੀ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਕਿ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਕਿੱਥੇ ਦੇਣੀ ਹੈ।

ਕਿਸੇ ਸਕੈਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ਾਇਦ ਹਸਪਤਾਲ ਦਾ ਗਾਊਨ ਪਹਿਨਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਟੀਮ ਤੋਂ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਤੁਹਾਡੀ ਨਸ ਵਿੱਚ ਡਾਈ ਦਾ ਟੀਕਾ ਵੀ ਲਗਾਏ। ਇਸ ਨਾਲ ਸਕੈਨ ਤੋਂ ਇੱਕ ਸਪਸ਼ਟ ਤਸਵੀਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।

### ਸਾਂਚੇ ਅਤੇ ਮਾਸਕ

ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਕਿਸੇ ਸਾਂਚੇ ਜਾਂ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਮਾਸਕ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਟੀਮ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਾਂਚਾ ਬਣਾਏਗੀ। ਸਾਂਚਾ ਜਾਂ ਮਾਸਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਗ਼ੈਰ ਹਿੱਲਜੁੱਲ ਕੀਤੇ ਅਤੇ ਸਹੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸਾਂਚੇ ਲੱਤ, ਬਾਂਹ, ਜਾਂ ਸਰੀਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਹਿੱਸੇ ਲਈ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਮਾਸਕ ਸਿਰ ਜਾਂ ਗਰਦਨ ਲਈ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਸਾਂਚਾ ਜਾਂ ਮਾਸਕ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੀ ਜਾਲੀ ਤੋਂ ਬਣਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਘੁੱਟ ਕੇ ਫਿੱਟ ਬੈਠਦਾ ਹੈ ਪਰ ਇਹ ਤਕਲੀਫ਼ਦੇਹ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਬਸ ਥੋੜ੍ਹੇ ਚਿਰ ਲਈ ਹੀ ਪਹਿਨਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਉਦੋਂ ਪਹਿਨੋਗੇ ਜਦੋਂ:

- ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਈ ਜਾ ਰਹੀ ਹੋਵੇ
- ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਇਲਾਜ ਲੈਂਦੇ ਹੋ।

ਮਾਸਕ ਪਹਿਨੇ ਹੋਣ ਦੌਰਾਨ ਤੁਸੀਂ ਆਮ ਵਾਂਗ ਸਾਹ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

## ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਮਾਸਕ



### ਚਮੜੀ ਉੱਪਰ ਨਿਸ਼ਾਨ

ਤੁਹਾਡੀ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਟੀਮ ਤੋਂ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਤੁਹਾਡੀ ਚਮੜੀ ਉੱਪਰ ਸ਼ਾਇਦ ਛੋਟੇ, ਪੱਕੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਬਣਾਵੇ। ਇਹ ਨਿਸ਼ਾਨ ਦਿਖਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਕਿਹੜੀ ਜਗ੍ਹਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਹੈ। ਨਿਸ਼ਾਨ ਟੈਟੂ ਵਾਂਗ ਹੀ ਬਣਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਨਿਸ਼ਾਨ ਸਿਰਫ਼ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਆਗਿਆ ਲੈ ਕੇ ਹੀ ਬਣਾਏ ਜਾਣਗੇ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਾ ਹੈ ਜਾਂ ਇਲਾਜ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਕੋਈ ਟੈਟੂ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਰੇਡੀਓਗ੍ਰਾਫਰ ਨੂੰ ਦੱਸੋ।

### ਜਣਨ-ਸ਼ਕਤੀ

ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋਣ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਗਰਭਵਤੀ ਕਰਨ ਦੀ ਤੁਹਾਡੀ ਯੋਗਤਾ ਉੱਪਰ ਅਸਰ ਪਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣਾ ਔਖਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕੀ ਕੁਝ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਜਣਨ-ਸ਼ਕਤੀ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਦੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਵੀ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕਿਸੇ ਸਲਾਹਕਾਰ ਜਾਂ ਧਾਰਮਿਕ ਆਗੂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਨਾਲ ਵੀ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

### ਗਰਭ-ਨਿਰੋਧ

ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗਰਭਵਤੀ ਨਾ ਹੋਣ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਗਰਭਵਤੀ ਨਾ ਕਰਨ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦੇਵੇ। ਅਜਿਹਾ ਇਸ ਕਰਕੇ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਵਿਕਸਿਤ ਹੋ ਰਹੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੁਝ ਮਹੀਨਿਆਂ ਲਈ ਗਰਭ-ਨਿਰੋਧ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

## ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ

ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਦੀਆਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ:

- **ਬਾਹਰੀ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ** – ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਮਸ਼ੀਨ ਦੁਆਰਾ ਸਰੀਰ ਦੇ ਬਾਹਰੋਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- **ਅੰਦਰੂਨੀ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ** – ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਰੇਡੀਓ ਐਕਟਿਵ ਸਮੱਗਰੀ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਪਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਅੰਦਰੂਨੀ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਦੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ: ਬ੍ਰੈਕੀਥੈਰੇਪੀ ਅਤੇ ਰੇਡੀਓਆਈਸੋਟੋਪ ਥੈਰੇਪੀ।

ਤੁਸੀਂ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਕਿਵੇਂ ਲਓਗੇ, ਇਹ ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਕੈਂਸਰ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਕਿਸ ਜਗ੍ਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਕਿਸ ਕਿਸਮ ਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਕੈਂਸਰਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਬਾਹਰੀ ਅਤੇ ਅੰਦਰੂਨੀ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਇਹ ਸਮਝਾਉਣ ਲਈ ਕਹੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜੀ ਕਿਸਮ ਦੀ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਹੀ ਹਿੱਸਿਆਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹ ਸਕੋ।

### ਬਾਹਰੀ ਕਿਰਨ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ

ਇਹ ਉਦੋਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਮਸ਼ੀਨ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਸਰੀਰ ਦੇ ਬਾਹਰੋਂ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇੱਕ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਦਾ 1 ਸੈਸ਼ਨ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਅਕਸਰ ਵੀਕਐਂਡ ਤੇ ਅਰਾਮ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਦੀ ਬਜਾਏ ਕੁਝ ਹਸਪਤਾਲ ਵੀਕਐਂਡ 'ਤੇ ਵੀ ਇਲਾਜ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਹਫ਼ਤੇ ਦੌਰਾਨ ਅਰਾਮ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨੇ ਇਲਾਜ ਲਓਗੇ, ਇਹ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਕਿਸਮ ਅਤੇ ਅਕਾਰ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰੇਗਾ।

ਇਲਾਜ ਵਿੱਚ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਸਿਰਫ਼ ਕੁਝ ਕੁ ਮਿੰਟ ਲੱਗਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਜੇ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਅਸਤ ਹੈ ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਉਡੀਕ ਕਰਨੀ ਪਵੇ। ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਕੁਝ ਕਰਨ ਨਾਲ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕੁਝ ਪੜ੍ਹਨਾ ਜਾਂ ਸੰਗੀਤ ਸੁਣਨਾ।

ਤੁਹਾਡੇ ਪਹਿਲੇ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਟੀਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਮਝਾਏਗੀ ਕਿ ਕੀ ਕੁਝ ਹੋਵੇਗਾ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਦਾ ਗਾਊਨ ਪਹਿਨਣ ਲਈ ਕਹਿਣ। ਇਲਾਜ ਕਰਾਉਣ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣੀ ਆਮ ਜਿਹੀ ਗੱਲ ਹੈ। ਪਰ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਟੀਮ ਬਾਰੇ ਜਾਣ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਇਹ ਜਾਣ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਕਿ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ ਤਾਂ ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਨਾਲੋਂ ਸੁਖਾਲਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਲਾਜ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਹੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਲਿਆਉਣ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਇਦ ਥੋੜ੍ਹਾ ਚਿਰ ਲੱਗ ਜਾਵੇ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੜੇ ਸ਼ਾਂਤ ਰਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ। ਰੇਡੀਓਗ੍ਰਾਫਰ ਲਾਈਟਾਂ ਨੂੰ ਮੱਧਮ ਕਰ ਦੇਣਗੇ। ਫਿਰ ਉਹ ਇਲਾਜ ਦੌਰਾਨ ਉਸ ਕਮਰੇ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਚਲੇ ਜਾਣਗੇ। ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਕਰਵਾਉਣ ਨਾਲ ਕੋਈ ਸੱਟ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦੀ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਮਸ਼ੀਨ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਛੁੰਦੀ ਹੈ।

## ਬਾਹਰੀ ਕਿਰਨ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਲੈ ਰਿਹਾ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ



ਰੇਡੀਓਗ੍ਰਾਫਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਾਲ ਲੱਗਦੇ ਕਮਰੇ ਤੋਂ, ਜਾਂ ਫਿਰ ਕਿਸੇ ਖਿੜਕੀ ਰਾਹੀਂ ਜਾਂ ਸਕ੍ਰੀਨ 'ਤੇ ਦੇਖਣਗੇ। ਕੋਈ ਹੋਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਹੀਂ ਦੇਖ ਸਕੇਗਾ। ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇੱਕ ਇੰਟਰਕਾਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਇਲਾਜ ਦੌਰਾਨ ਲੋੜ ਪਵੇ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਮਸ਼ੀਨ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਦਿਸ਼ਾਵਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਜ ਦੇਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਘੁੰਮ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਇਲਾਜ ਪੂਰਾ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ, ਤਾਂ ਰੇਡੀਓਗ੍ਰਾਫਰ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਵਾਪਸ ਆਉਣਗੇ ਅਤੇ ਮਸ਼ੀਨ ਤੋਂ ਉਤਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨਗੇ।

ਇਹ ਇਲਾਜ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰੇਡੀਓਐਕਟਿਵ ਨਹੀਂ ਬਣਾਏਗਾ। ਆਪਣੇ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਬੱਚਿਆਂ ਸਮੇਤ ਦੂਜੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਰਹਿਣਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

### ਬ੍ਰੈਕੀਥੈਰੇਪੀ

ਬ੍ਰੈਕੀਥੈਰੇਪੀ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਦੀ ਇੱਕ ਕਿਸਮ ਹੈ। ਇਹ ਮੁੱਖ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪ੍ਰੋਸਟੇਟ, ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਮੂੰਹ (ਸਰਵਿਕਸ) ਅਤੇ ਕੁੱਖ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਹੈਲਥਕੇਅਰ ਟੀਮ ਤੁਹਾਡੀ ਇਲਾਜ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਾਰੇ ਸਮਝਾਏਗੀ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਬ੍ਰੈਕੀਥੈਰੇਪੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜਾਂ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਬਾਹਰੀ ਕਿਰਨ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਜਾਂ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ, ਹਾਰਮੋਨਲ ਥੈਰੇਪੀ ਜਾਂ ਟੀਚਾਬੱਧ ਥੈਰੇਪੀ ਵਰਗੇ ਹੋਰ ਇਲਾਜ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਬ੍ਰੈਕੀਥੈਰੇਪੀ ਰੇਡੀਓਐਕਟਿਵ ਸਰੋਤਾਂ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਨੇੜੇ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਇਸ ਨੂੰ ਸਰੀਰ ਅੰਦਰ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਾਇਦ ਬੇਹੋਸ਼ੀ ਦੀ ਕਿਸੇ ਆਮ ਦਵਾਈ ਦੇ ਅਸਰ ਹੇਠ ਸੁੱਤੇ ਹੋਵੋ। ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਰਦਨਾਸ਼ਕ ਟੀਕੇ ਲੱਗੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਇਲਾਜ ਲੈ ਕੇ ਉਸੇ ਦਿਨ ਘਰ ਚਲੇ ਜਾਓ ਜਾਂ ਸ਼ਾਇਦ ਤੁਸੀਂ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਹੀ ਰਹੋ। ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀ ਬ੍ਰੈਕੀਥੈਰੇਪੀ ਦੀ ਕਿਸਮ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਇਲਾਜ ਦੌਰਾਨ, ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਸਮੇਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਲਾਜ ਵਾਲੇ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਇਕੱਲੇ ਹੋਵੋ। ਇਹ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਾ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਟੀਮ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਣ। ਉਹ ਇਹ ਸਮਝਾਉਣਗੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨਾ ਕੁ ਸਮਾਂ ਲੱਗੇਗਾ।

ਜਿਉਂ ਹੀ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਤੋਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਨੂੰ ਹਟਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕੋਈ ਖਤਰਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਤੁਸੀਂ ਰੇਡੀਓਐਕਟਿਵ ਨਹੀਂ ਹੋ।

ਬ੍ਰੈਕੀਥੈਰੇਪੀ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਕਿਸਮਾਂ ਲਈ, ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਨੂੰ ਹਟਾਇਆ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਹੋਰਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਹੋਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੁਹਾਡੀ ਟੀਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਜਾਂ ਗਰਭਵਤੀ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਨੇੜਲੇ ਸੰਪਰਕ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੇ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਣਗੇ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜਿਹਾ ਕਿੰਨੇ ਕੁ ਚਿਰ ਤਕ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ।

ਤੁਹਾਡੀ ਟੀਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਰ ਸਮੇਂ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਵੇਗੀ।

### **ਰੇਡੀਓਆਈਸੋਟੋਪ ਬੈਰੇਪੀ**

ਇਹ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਦੀ ਇੱਕ ਕਿਸਮ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਰੇਡੀਓਐਕਟਿਵ ਤਰਲ ਲੈਂਦੇ ਹੋ:

- ਮੂੰਹ ਰਾਹੀਂ ਇੱਕ ਡ੍ਰਿੱਪ ਜਾਂ ਫ਼ਿਰ ਕੈਪਸੂਲਾਂ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ
- ਨਸ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਟੀਕੇ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ।

ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਸੈੱਲ ਆਮ ਸੈੱਲਾਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਵਧੇਰੇ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਜਿਸ ਨਾਲ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਸੈੱਲ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚਲੇ ਤਰਲ ਹਲਕੇ ਜਿਹੇ ਰੇਡੀਓਐਕਟਿਵ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਆਮ ਵਾਂਗ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ। ਤੁਹਾਡੀ ਟੀਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟਾਇਲਟ ਦੇ ਇਸਤੇਮਾਲ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਤੋਂ ਰਿਸੇ ਜਾਂ ਛਲਕੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਹਦਾਇਤਾਂ ਦੇਵੇਗੀ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਜਾਂ ਗਰਭਵਤੀ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਨੇੜਲੇ ਸੰਪਰਕ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਕਹਿਣ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਣਗੇ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜਿਹਾ ਕਿੰਨੇ ਕੁ ਚਿਰ ਤਕ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਇਲਾਜ ਵਾਸਤੇ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ਾਇਦ ਪੂਰਾ ਸਮਾਂ ਆਪਣੇ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਇਕੱਲਿਆਂ ਰਹਿਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਾ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਟੀਮ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਣ।



## ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ

ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਹਰ ਕਿਸੇ 'ਤੇ ਵੱਖੋ-ਵੱਖਰੇ ਢੰਗ ਨਾਲ ਅਸਰ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਥੋੜ੍ਹੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਦਕਿ ਹੋਰਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਅਸੀਂ ਇੱਥੇ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਸਾਰੇ ਦੇ ਸਾਰੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੋਣਗੇ।

ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਤੁਹਾਡੀ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਟੀਮ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੇਗੀ ਕਿ ਕਿਹੜੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹਨ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ਾਇਦ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਵੀ ਸਵਾਲ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ। ਜੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਟੀਮ ਨੂੰ ਦੱਸੋ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ ਸਲਾਹ ਜਾਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਸਮੇਂ ਠੀਕ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਹਸਪਤਾਲ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ।

### ਥਕਾਵਟ

ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੁਸੀਂ ਇਲਾਜ ਦੌਰਾਨ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਖਤਮ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਜਾਂ ਮਹੀਨਿਆਂ ਤਕ ਬਹੁਤ ਥੱਕੇ ਹੋਏ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੋ। ਹਰ ਰੋਜ਼ ਹਸਪਤਾਲ ਤਕ ਸਫ਼ਰ ਕਰਕੇ ਜਾਣਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਵੀ ਥਕਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਖੁਦ ਨੂੰ ਅਰਾਮ ਕਰਨ ਲਈ ਸਮਾਂ ਦਿਓ।

ਜੇ ਹੋ ਸਕੇ ਤਾਂ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਕੁਝ ਹਲਕੀ-ਫੁਲਕੀ ਕਸਰਤ ਕਰਨਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਥੋੜ੍ਹਾ ਟਹਿਲਣ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਤਾਕਤ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

### ਜੀਅ ਕੱਚਾ ਹੋਣਾ

ਇਲਾਜ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਚਿਆਣ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਉਲਟੀਆਂ ਆ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸਦੀ ਵਧੇਰੇ ਸੰਭਾਵਨਾ ਤਾਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਇਲਾਜ ਪੇਟ ਜਾਂ ਦਿਮਾਗ ਦੇ ਨੇੜੇ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਲੈਂਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਡੀ ਇਲਾਜ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਚਿਆਣ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣੀ ਬੰਦ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ ਦਵਾਈ ਦੇ ਸਕਦੀ ਹੈ।

### ਖਾਣਾ-ਪੀਣਾ

ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਈ ਵਾਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖਾਣ ਦਾ ਮਨ ਨਾ ਕਰੇ। ਜੇ ਅਜਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਵੱਡੇ ਖਾਣੇ ਖਾਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਛੋਟੇ ਅਤੇ ਨਿਯਮਿਤ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸਨੈਕ ਲੈਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖਾਣ ਵਿੱਚ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਆ ਰਹੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਆਪਣੀ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਟੀਮ ਨੂੰ ਦੱਸਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਲਾਹ ਦੇਣਗੇ।

### ਆਪਣੀ ਚਮੜੀ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨਾ

ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਲਾਜ ਕੀਤੀ ਗਈ ਜਗ੍ਹਾ ਵਾਲੀ ਚਮੜੀ:

- ਲਾਲ ਹੋ ਜਾਵੇ
- ਗੂੜ੍ਹੀ ਹੋ ਜਾਵੇ
- ਜਾਂ ਉੱਥੇ ਦਰਦ ਜਾਂ ਖੁਜਲੀ ਹੋਵੇ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਚਮੜੀ ਵਿੱਚ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਫ਼ੌਰਨ ਆਪਣੀ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਟੀਮ ਨੂੰ ਦੱਸੋ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਇਹ ਕੁਝ ਸੁਝਾਅ ਹਨ ਜਿਹਨਾਂ ਨਾਲ ਸ਼ਾਇਦ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ:

- ਕੁਦਰਤੀ ਰੋਸ਼ਿਆਂ ਤੋਂ ਬਣੇ ਢਿੱਲੀ ਫ਼ਿਟਿੰਗ ਵਾਲੇ ਕਪੜੇ ਪਹਿਨੋ, ਜਿਵੇਂ ਸੂਤੀ
- ਆਪਣੀ ਚਮੜੀ ਨੂੰ ਅਰਾਮ ਨਾਲ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋਵੋ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਸਹਿਜੇ-ਸਹਿਜੇ ਥਪਥਪਾ ਕੇ ਸੁਕਾਓ
- ਚਮੜੀ ਨੂੰ ਰਗੜੋ ਨਾ
- ਹੀਟਿੰਗ ਪੈਡ ਵਰਗੀਆਂ ਬਹੁਤੀਆਂ ਗਰਮ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਾ ਲਗਾਓ
- ਕੂਲਿੰਗ ਪੈਡ ਉਦੋਂ ਤਕ ਨਾ ਵਰਤੋਂ ਜਦੋਂ ਤਕ ਤੁਹਾਡੀ ਟੀਮ ਨੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਨਾ ਕਿਹਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਇਹ ਠੀਕ ਹੈ
- ਗਿੱਲੀ ਸ਼ੇਵ ਨਾ ਕਰੋ
- ਵੈਕਸ ਅਤੇ ਲੇਜ਼ਰ ਇਲਾਜ ਸਮੇਤ, ਵਾਲ ਹਟਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕ੍ਰੀਮਾਂ ਜਾਂ ਪ੍ਰੋਡਕਟ ਨਾ ਵਰਤੋ
- ਆਪਣੀ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਟੀਮ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਚਮੜੀ 'ਤੇ ਮੌਇਸਚੂਈਜ਼ਰ ਜਾਂ ਡੀਓਡੋਰੈਂਟ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਨਹੀਂ
- ਚਮੜੀ ਨੂੰ ਧੁੱਪ ਤੋਂ ਬਚਾਓ।

### ਵਾਲਾਂ ਦਾ ਝੜਨਾ

ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਸਿਰਫ਼ ਉਸ ਹਿੱਸੇ ਤੋਂ ਝੜਦੇ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਲਾਜ ਮਿਲਦਾ ਹੈ.. ਕੁਝ ਲੋਕ ਵਾਲ ਝੜਨ ਕਰਕੇ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਕੈਂਸਰ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਕੇ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਲਾਜ ਖਤਮ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਹ ਫ਼ਿਰ ਤੋਂ ਉੱਗ ਪੈਂਦੇ ਹਨ। ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ ਇਹ ਪਹਿਲਾਂ ਨਾਲੋਂ ਕਿਸੇ ਵੱਖਰੀ ਬਣਾਵਟ ਜਾਂ ਰੰਗ ਦੇ ਉੱਗਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਲਈ ਗਈ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਦੀ ਖੁਰਾਕ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਵਾਲਾਂ ਨੂੰ ਮੁੜ ਉੱਗਣ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਇਦ ਕਈ ਮਹੀਨੇ ਲੱਗ ਜਾਣ।

### ਤੁਹਾਡੇ ਖੂਨ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ

ਕਈ ਵਾਰ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਖੂਨ ਵਿੱਚ ਖੂਨ ਦੇ ਆਮ ਸੈੱਲਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਘੱਟ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਟੀਮ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਖੂਨ ਦੇ ਟੈਸਟਾਂ ਦਾ ਇੰਤਜ਼ਾਮ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਖੂਨ ਦੇ ਸੈੱਲਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ। ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ, ਜੇ ਖਾਸ ਕਿਸਮ ਦੇ ਖੂਨ ਦੇ ਸੈੱਲਾਂ ਦਾ ਪੱਧਰ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਲਾਜ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਰਗੜ ਜਾਂ ਨੀਲ ਪਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ ਜਾਂ ਖੂਨ ਵੱਗ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਦੇ ਕਾਰਨ ਬਾਰੇ ਨਹੀਂ ਪਤਾ ਹੈ ਤਾਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਪਣੀ ਟੀਮ ਨੂੰ ਦੱਸੋ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ:

- ਨਕਸੀਰ
- ਮਸੂੜਿਆਂ ਤੋਂ ਖੂਨ ਆਉਣਾ
- ਚਮੜੀ ਉੱਤੇ ਛੋਟੇ-ਛੋਟੇ ਲਾਲ ਜਾਂ ਬੈਂਗਣੀ ਦਾਗ ਜੋ ਧੱਫੜ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਿਖਾਈ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ
- ਭਾਰੀ ਪੀਰੀਅਡ (ਮਾਹਵਾਰੀ) ਆਉਣਾ
- ਤੁਹਾਡੇ ਪਿਸ਼ਾਬ ਜਾਂ ਟੱਟੀ ਵਿੱਚ ਖੂਨ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਟੀਮ ਨਾਲ ਤਾਂ ਵੀ ਫ਼ੌਰਨ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੇ:

- ਤੁਹਾਡਾ ਤਾਪਮਾਨ 37.5°C (99.5°F) ਤੋਂ ਵੱਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ 36°C (96.8°F) ਤੋਂ ਹੇਠਾਂ ਚਲਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ
- ਤੁਸੀਂ ਸਧਾਰਨ ਤਾਪਮਾਨ ਵਿੱਚ ਵੀ, ਅਚਾਨਕ ਬਿਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਦੇ ਲੱਛਣ ਹਨ – ਇਸ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:
  - ਕੰਬਣੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਥਰਥਰਾਉਣਾ
  - ਗਲਾ ਦੁਖਣਾ
  - ਖਾਂਸੀ
  - ਸਾਹ ਚੜ੍ਹਨਾ
  - ਦਸਤ
  - ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੋਣਾ, ਜਾਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਸਮੇਂ ਬੇਅਰਾਮੀ ਹੋਣਾ।

### ਦਸਤ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪੇਡੂ ਦੇ ਨੇੜੇ ਇਲਾਜ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਪਤਲੀ ਟੱਟੀ ਆਉਣਾ ਜਾਂ ਦਸਤ ਲੱਗਣਾ ਆਮ ਗੱਲ ਹੈ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੱਟੀ ਜਾਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਲਈ ਆਮ ਨਾਲੋਂ ਵਧੇਰੇ ਵਾਰ ਟਾਇਲਟ ਜਾਣਾ ਪਵੇ। ਬਥੇਰੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਤਰਲ ਚੀਜ਼ਾਂ ਪੀਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕੀ ਪੀਣਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਰਹੇਗਾ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਸਤ ਲੱਗੇ ਹਨ ਜਾਂ ਪੇਟ (ਢਿੱਡ ਵਿੱਚ) ਦਰਦ ਹੈ ਤਾਂ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਸਟਾਫ਼ ਨੂੰ ਦੱਸੋ। ਉਹ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗੋਲੀਆਂ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ।

### ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਸਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ

ਮਸਾਨੇ ਦੇ ਨੇੜੇ ਇਲਾਜ ਲੈਣ ਕਰਕੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ:

- ਆਮ ਨਾਲੋਂ ਵਧੇਰੇ ਵਾਰ ਪਿਸ਼ਾਬ (ਮੁਤਰ) ਕਰਨਾ
- ਰਾਤ ਵੇਲੇ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨਾ
- ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਜਲਣ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣੀ (ਪਿਸ਼ਾਬ ਦੇ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਵਾਂਗ)
- ਇੰਝ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣਾ ਕਿ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਉਡੀਕ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ
- ਤੁਹਾਡੇ ਪਿਸ਼ਾਬ ਵਿੱਚ ਖੂਨ
- ਥੋੜ੍ਹਾ-ਥੋੜ੍ਹਾ ਪਿਸ਼ਾਬ ਨਿਕਲ ਜਾਣਾ (ਰੋਕ ਨਾ ਸਕਣਾ)।

ਜੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਪਣੀ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਟੀਮ ਨੂੰ ਦੱਸੋ। ਵਧੇਰੇ ਤਰਲ ਚੀਜ਼ਾਂ ਪੀਣ ਨਾਲ ਸ਼ਾਇਦ ਮਦਦ ਮਿਲੇ।

ਫ਼ੌਰਨ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨੂੰ ਦੱਸੋ, ਜੇ

- ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣ ਵਿਗੜ ਜਾਂਦੇ ਹਨ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੇਜ਼ ਬੁਖਾਰ ਹੈ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੰਝ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਨਹੀਂ ਕਰ ਪਾ ਰਹੇ ਹੋ।

ਪ੍ਰੋਸਟੇਟ ਜਾਂ ਲਿੰਗ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਨਾਲ ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨਾ ਔਖਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਅਜਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜਿਹੀ ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇ ਜਿਸ ਨਾਲ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੋਵੇ। ਜਾਂ ਫਿਰ ਤੁਸੀਂ ਥੋੜ੍ਹੇ ਚਿਰ ਵਾਸਤੇ ਮਸਾਨੋ ਵਿੱਚ ਨਲੀ (ਕੈਥਟਰ) ਪਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

### ਮੂੰਹ ਪੱਕਣਾ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਿਰ ਜਾਂ ਗਰਦਨ ਵਿੱਚ ਇਲਾਜ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਸ਼ਾਇਦ ਤੁਹਾਡਾ ਮੂੰਹ ਪੱਕ ਜਾਵੇ। ਇਸ ਨਾਲ ਨਿਗਲਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਲਾਜ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਆਪਣੇ ਮੂੰਹ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨੀ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਟੀਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਿਖਾਏਗੀ ਕਿ ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰਨ ਨਾਲ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ:

- ਤਮਾਕੂਨੋਸ਼ੀ
- ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣਾ
- ਬਹੁਤ ਗਰਮ ਭੋਜਨ ਖਾਣਾ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਮੂੰਹ ਪੱਕਿਆ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਛਾਲੇ ਹਨ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨੂੰ ਦੱਸਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਾਊਥਵਾਸ਼ ਅਤੇ ਦਰਦ-ਨਿਵਾਰਕ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ।

## ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ

ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਬਣਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਲਗਾਤਾਰ ਵਧੇਰੇ ਸਟੀਕ ਹੁੰਦੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਟੀਮ ਨੂੰ, ਜਿੰਨਾ ਹੋ ਸਕੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਹੋਰਨਾਂ ਹਿੱਸਿਆਂ ਨੂੰ ਘੱਟ ਤੋਂ ਘੱਟ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦੇ ਹੋਏ, ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਦਾ ਮੌਕਾ ਮਿਲਦਾ ਹੈ।

ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜਿਹੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੋਣ ਦਾ ਜੋਖਮ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ:

- ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ – ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ
- ਇਲਾਜ ਦੇ ਮਹੀਨਿਆਂ ਜਾਂ ਸਾਲਾਂ ਬਾਅਦ ਹੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ – ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਵਰਗੇ ਹੋਰ ਵੀ ਇਲਾਜ ਵੀ ਕਰਵਾ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਜੋਖਮ ਸ਼ਾਇਦ ਹੋਰ ਵੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾਉਣ ਬਾਰੇ ਫ਼ੈਸਲਾ ਲਵੋ, ਤੁਹਾਡੀ ਟੀਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੋਣ ਦੇ ਤੁਹਾਡੇ ਜੋਖਮ ਬਾਰੇ ਸਮਝਾਏਗੀ।

## ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਹੀ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨੀ

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਨਹੀਂ ਬੋਲ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਚਿੰਤਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਇਸ ਦਾ ਅਸਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਉੱਪਰ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ-ਦੇਖਭਾਲ ਟੀਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜਿਹੀ ਦੇਖਭਾਲ, ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੇਗੀ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਦੀ ਹੋਵੇ।

ਸਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਕਈ ਵਾਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਵਾਧੂ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਨੌਕਰੀ ਕਰਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਪਰਿਵਾਰ ਹੈ ਤਾਂ ਹਸਪਤਾਲ ਦੀਆਂ ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟਾਂ 'ਤੇ ਜਾਣ ਲਈ ਸਮਾਂ ਕਢਣਾ ਔਖਾ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ਾਇਦ ਪੈਸੇ ਅਤੇ ਟ੍ਰਾਂਸਪੋਰਟ ਦੇ ਖਰਚਿਆਂ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਸਭ ਕੁਝ ਤਣਾਅ ਭਰਿਆ ਅਤੇ ਸਿੱਝਣ ਵਿੱਚ ਔਖਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਪਰ ਮਦਦ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਸਾਡੀ ਮੁਫਤ ਸਪੋਰਟ ਲਾਈਨ **0808 808 00 00** ਤੁਹਾਡੀ ਸਥਿਤੀ ਬਾਰੇ, ਤੁਹਾਡੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ, ਸਲਾਹ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਨਰਸਾਂ, ਵਿੱਤੀ ਗਾਈਡਾਂ, ਭਲਾਈ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਕੰਮ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਸਬੰਧੀ ਸਲਾਹਕਾਰਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਅਸੀਂ ਕੈਂਸਰ ਪੀੜਤ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ Macmillan ਗ੍ਰਾਂਟਾਂ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਵੀ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਇਹ ਇੱਕਮੁਸ਼ਤ ਭੁਗਤਾਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਹਨਾਂ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਹਸਪਤਾਲ ਦੀ ਪਾਰਕਿੰਗ, ਸਫ਼ਰ ਦੇ ਖਰਚਿਆਂ, ਚਾਈਲਡਕੇਅਰ ਜਾਂ ਹੀਟਿੰਗ ਦੇ ਬਿੱਲਾਂ ਵਰਗੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

## ਮੈਕਮਿਲਨ (Macmillan) ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਿਵੇਂ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ

ਮੈਕਮਿਲਨ (Macmillan) ਵਿਖੇ, ਸਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਕੈਂਸਰ ਰੋਗ ਦੀ ਪਛਾਣ ਹੋਣ ਨਾਲ ਹਰ ਚੀਜ਼ ਉੱਪਰ ਕਿਵੇਂ ਅਸਰ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਇੱਥੇ ਮੌਜੂਦ ਹਾਂ।

### Macmillan ਸਪੋਰਟ ਲਾਈਨ

ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਬੱਸ ਸਾਨੂੰ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਦੱਸੋ, ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਰਤਣੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਅਸੀਂ ਡਾਕਟਰੀ ਸਵਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਾਲੀ ਸਹਾਇਤਾ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੀ ਗੱਲ ਸੁਣਨ ਲਈ ਮੌਜੂਦ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਮੁਫਤ, ਗੁਪਤ ਫੋਨ ਲਾਈਨ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ, ਸਵੇਰੇ 8 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 8 ਵਜੇ ਤਕ ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਸਾਨੂੰ **0808 808 00 00** 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

### ਵੈੱਬ ਚੈਟ

ਤੁਸੀਂ ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਕਹਿੰਦੇ ਹੋਏ ਇੱਕ ਵੈੱਬ ਚੈਟ ਸੁਨੇਹਾ ਭੇਜ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਲੋੜੀਂਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਬਾਰੇ ਸਾਨੂੰ, ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ, ਦੱਸੋ, ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਇੰਤਜ਼ਾਮ ਕਰਾਂਗੇ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕੇ। 'Chat to us' ਬਟਨ 'ਤੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ, ਜੋ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਦੇ ਸਾਰੇ ਪੇਜਾਂ 'ਤੇ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਜਾਂ [macmillan.org.uk/talktous](https://www.macmillan.org.uk/talktous) 'ਤੇ ਜਾਓ

### Macmillan ਵੈੱਬਸਾਈਟ

ਸਾਡੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਕੈਂਸਰ ਬਾਰੇ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ। ਇੱਥੇ [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations) 'ਤੇ ਹੋਰਨਾਂ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਅਸੀਂ ਸਿਰਫ਼ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਅਨੁਵਾਦਾਂ ਦਾ ਇੰਤਜ਼ਾਮ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਣ ਲਈ [cancerinformationteam@macmillan.org.uk](mailto:cancerinformationteam@macmillan.org.uk) 'ਤੇ ਈਮੇਲ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

## ਜਾਣਕਾਰੀ ਕੇਂਦਰ

ਸਾਡੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਕੇਂਦਰ ਹਸਪਤਾਲਾਂ, ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀਆਂ ਅਤੇ ਮੋਬਾਈਲ ਸੈਂਟਰਾਂ ਵਿਖੇ ਸਥਿਤ ਹਨ। ਆਪਣੀ ਲੋੜ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਆਹਮੋ-ਸਾਹਮਣੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਸੇ ਸੈਂਟਰ 'ਤੇ ਜਾਓ। ਇਸ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਨੇੜਲੇ ਸੈਂਟਰ [macmillan.org.uk/informationcentres](http://macmillan.org.uk/informationcentres) ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਓ ਜਾਂ ਸਾਨੂੰ **0808 808 00 00** 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

## ਸਥਾਨਕ ਸਹਾਇਤਾ ਗਰੁੱਪ

ਸਹਾਇਤਾ ਗਰੁੱਪ ਵਿਖੇ ਤੁਸੀਂ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਹੋਰਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। [macmillan.org.uk/supportgroups](http://macmillan.org.uk/supportgroups) 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਗਰੁੱਪਾਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲਗਾਓ ਜਾਂ ਸਾਨੂੰ **0808 808 00 00** 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

## ਮੈਕਮਿਲਨ (Macmillan) ਆਨਲਾਈਨ ਕਮਿਊਨਿਟੀ

ਤੁਸੀਂ ਕੈਂਸਰ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਹੋਰਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਆਨਲਾਈਨ [macmillan.org.uk/community](http://macmillan.org.uk/community) 'ਤੇ ਵੀ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਦਿਨ ਜਾਂ ਰਾਤ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਇਸ ਤਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਅਨੁਭਵ ਸਾਂਝੇ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਸਵਾਲ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਬਸ ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਪੋਸਟਾਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹ ਸਕਦੇ ਹੋ।

## ਸ਼ਬਦ ਸੂਚੀ

ਸ਼ਬਦ (ਪੰਜਾਬੀ)	ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ	ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਕਿਵੇਂ ਕਹਿਣਾ ਹੈ (ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਲਿਪੀਅੰਤਰਣ)	ਮਤਲਬ
ਸਕੈਨ	Scan	ਸਕੈਨ	ਜਦੋਂ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦੀ ਤਸਵੀਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।
ਸਰਜਰੀ	Surgery	ਸਰਜਰੀ	ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਕਰਾਉਣਾ।
ਸੈੱਲ	Cells	ਸੈੱਲਜ਼	ਛੋਟੇ ਬੁਨਿਆਦੀ ਹਿੱਸੇ ਜਿਹਨਾਂ ਤੋਂ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਬਣੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ	Chemotherapy	ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ	ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਅਜਿਹਾ ਇਲਾਜ ਜੋ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਮਾਰਨ ਲਈ ਦਵਾਈਆਂ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਦਾ ਹੈ।
ਕੁੱਖ	Womb	ਵੂਮ	ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਪੇਟ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਗੋਲਾਕਾਰ ਅੰਗ। ਇਹ ਉਹ ਜਗ੍ਹਾ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਤੁਹਾਡੇ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋਣ 'ਤੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਿਹਨਾਂ ਲੋਕ ਵਿੱਚ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦਾ ਮੂੰਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਔਰਤਾਂ, ਟ੍ਰਾਂਸ ਮਰਦ ਅਤੇ ਜਨਮ ਸਮੇਂ ਔਰਤ ਦੱਸੇ ਗਏ ਲੋਕ

ਗਦੂਦ	Prostate	ਪ੍ਰੋਸਟੇਟ	ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਇੱਕ ਛੋਟੀ ਜਿਹੀ ਗ੍ਰੰਥੀ। ਇਹ ਮਸਾਨੇ ਦੇ ਨੇੜੇ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਿਹਨਾਂ ਲੋਕ ਵਿੱਚ ਗਦੂਦ ਗ੍ਰੰਥੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਪੁਰਸ਼, ਟ੍ਰਾਂਸ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਜਨਮ ਸਮੇਂ ਪੁਰਸ਼ ਦੱਸੇ ਗਏ ਲੋਕ
ਗਰਭ-ਨਿਰੋਧ	Contraception	ਕੋਂਟਰਾਸੈਪਸ਼ਨ	ਉਹ ਦਵਾਈਆਂ ਜਾਂ ਉਪਕਰਣ ਜੋ ਗਰਭਧਾਰਨ ਨੂੰ ਰੋਕਦੇ ਹਨ।
ਘਾਤਕ	Malignant	ਮਲਿਗਨੈਂਟ	ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਗੰਢ ਜੋ ਕੈਂਸਰ ਹੈ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਫੈਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।
ਠੀਕ ਚੇ ਚੁੱਕਾ	Cured	ਕਯੂਰਡ	ਜਦੋਂ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਕੋਈ ਸੈੱਲ ਨਾ ਬਚੇ ਹੋਣ।

ਦਸਤ	Diarrhoea	ਡਾਇਰੀਆ	ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਲੀ ਜਾਂ ਪਾਣੀ ਵਰਗੀ ਟੱਟੀ ਆਉਂਦੀ ਹੋਵੇ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਟਾਇਲਟ ਦੀ ਲੋੜ ਆਮ ਨਾਲੋਂ ਵਧੇਰੇ ਜਾਂ ਬਹੁਤੀ ਕਾਹਲੀ ਵਿੱਚ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਟ ਵਿੱਚ ਕਾਸ਼ ਨੀ ਜੋ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।
ਪੇਡੂ	Pelvis	ਪੈਲਵਿਸ	ਤੁਹਾਡੇ ਕੁੱਲੋਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਧੁੰਨੀ ਹੇਠਾਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ।
ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦਾ ਮੂੰਹ	Cervix	ਸਰਵਿਕਸ	ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦਾ ਮੂੰਹ ਕੁੱਖ ਦਾ ਮੁੱਖ ਦੁਆਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਯੋਨੀ ਦੇ ਸਿਖਰ 'ਤੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਿਹਨਾਂ ਲੋਕ ਵਿੱਚ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦਾ ਮੂੰਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਔਰਤਾਂ, ਟ੍ਰਾਂਸ ਮਰਦ ਅਤੇ ਜਨਮ ਸਮੇਂ ਔਰਤ ਦੱਸੇ ਗਏ ਲੋਕ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ
ਮਾਮੂਲੀ	Benign	ਬਿਨਾਈਨ	ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਗੰਢ ਜੋ ਕੈਂਸਰ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਕਿਤੇ ਹੋਰ ਨਹੀਂ ਫੈਲ ਸਕਦੀ।
ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ	Side effects	ਸਾਈਡ ਇਫੈਕਟਸ	ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਅਣਚਾਹੇ ਅਸਰ ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਵਾਲਾਂ ਦਾ ਝੜਨਾ, ਕਚਿਆਣ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਥਕੇਵਾਂ। ਬਹੁਤੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਇਲਾਜ ਦੇ ਖਤਮ ਹੋਣ ਪਿੱਛੋਂ ਹੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।
ਯੋਨੀ	Vagina	ਵਜਾਇਨਾ	ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦਾ ਇੱਕ ਰਾਹ। ਯੋਨੀ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲਾ ਲੱਤਾਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਹੁੰਦਾ

			ਹੈ। ਯੋਨੀ ਦੇ ਸਿਖਰ 'ਤੇ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦਾ ਮੂੰਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਅੱਗੇ ਕੁੱਖ ਵੱਲ ਲੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਿਹਨਾਂ ਲੋਕ ਵਿੱਚ ਯੋਨੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਔਰਤਾਂ, ਟ੍ਰਾਂਸ ਮਰਦ ਅਤੇ ਜਨਮ ਸਮੇਂ ਔਰਤ ਦੱਸੇ ਗਏ
ਰਸੋਲੀ	Tumour	ਟਿਊਮਰ	ਅਜੀਬ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਵੱਧ ਰਹੇ ਸੈੱਲਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਸਮੂਹ। ਅਸਧਾਰਨ ਸੈੱਲ ਵਧਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇੱਕ ਗੰਢ ਬਣਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।
ਰੇਡੀਓਐਕਟਿਵ	Radioactive	ਰੇਡੀਓਐਕਟਿਵ	ਜੇ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਰੇਡੀਓਐਕਟਿਵ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਛੱਡਦੀ ਹੈ।
ਲੰਫੀਕ ਪ੍ਰਣਾਲੀ	Lymphatic system	ਲਿੰਫੈਟਿਕ ਸਿਸਟਮ	ਪੂਰੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਨਾੜੀਆਂ ਅਤੇ ਗੁੰਠੀਆਂ ਦਾ ਇੱਕ ਜਾਲ ਜੋ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਨਾਲ ਲੜਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

## ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਇਹਨਾਂ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਬਾਰੇ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ:

<p><b>ਕੈਂਸਰ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ਛਾਤੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ</li> <li>ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਮੂੰਹ ਦਾ ਕੈਂਸਰ</li> <li>ਵੱਡੀ ਅੰਤੜੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ</li> <li>ਫੇਫੜੇ ਦਾ ਕੈਂਸਰ</li> <li>ਪ੍ਰੋਸਟੇਟ ਕੈਂਸਰ</li> </ul> <p><b>ਇਲਾਜ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ</li> <li>ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ</li> <li>ਸਰਜਰੀ</li> </ul>	<p><b>ਕੈਂਸਰ ਨਾਲ ਜੁੜਣਾ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ਕੈਂਸਰ ਅਤੇ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ</li> <li>ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਲਾਭਾਂ ਨੂੰ ਕਲੇਮ ਕਰਨਾ</li> <li>ਖਾਣ-ਸਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਅਤੇ ਕੈਂਸਰ</li> <li>ਜੀਵਨ ਦਾ ਅੰਤ</li> <li>ਸਿਹਤਮੰਦ ਭੋਜਨ ਖਾਣਾ</li> <li>ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਖਰਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਮਦਦ</li> <li>ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦੀ ਤਸ਼ਖੀਸ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ – ਇੱਕ ਤਤਕਾਲ ਗਾਈਡ</li> <li>ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ</li> <li>ਥਕਾਵਟ (ਥਕੇਵਾਂ) ਅਤੇ ਕੈਂਸਰ</li> <li>ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਮਦਦ ਲਈ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ</li> </ul>
---	---

ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਖਣ ਲਈ, ਇੱਥੇ ਜਾਓ [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)



## ਹਵਾਲੇ ਅਤੇ ਧੰਨਵਾਦ

ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੈਕਮਿਲਨ (Macmillan) ਕੈਂਸਰ ਸਪੋਰਟ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਇਨਫਾਰਮੇਸ਼ਨ ਡੈਵਲਪਮੈਂਟ ਟੀਮ ਦੁਆਰਾ ਲਿਖੀ ਅਤੇ ਸੰਪਾਦਿਤ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਇੱਕ ਅਨੁਵਾਦ ਕੰਪਨੀ ਦੁਆਰਾ ਤੁਹਾਡੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਇਸ ਦਾ ਅਨੁਵਾਦ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਇਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੈਕਮਿਲਨ (Macmillan) ਕਿਤਾਬਚੇ **ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ (Understanding radiotherapy)** ਉੱਤੇ ਅਧਾਰਤ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਕਾਪੀ ਭੇਜ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਪਰ ਪੂਰਾ ਕਿਤਾਬਚਾ ਸਿਰਫ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਸਬੰਧਤ ਮਾਹਰਾਂ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਸਾਡੇ ਮੁੱਖ ਮੈਡੀਕਲ ਐਡੀਟਰ, ਡੇਵਿਡ ਗਿਲੀਗਨ (David Gilligan), ਸਲਾਹਕਾਰ ਕਲੀਨਿਕੀ ਐਨਕੋਲੋਜਿਸਟ ਦੁਆਰਾ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ।

ਕੈਂਸਰ ਪੀੜਤ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਵੀ ਧੰਨਵਾਦ ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕੀਤੀ।

ਸਾਡੀ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਉਪਲਬਧ ਸਬੂਤਾਂ 'ਤੇ ਅਧਾਰਤ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਰੋਤਾਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਇੱਥੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ

**cancerinformationteam@macmillan.org.uk**

MAC12465\_Punjabi

ਸਮੱਗਰੀ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ: ਅਗਸਤ 2022

ਅਗਲੀ ਯੋਜਨਾਬੱਧ ਸਮੀਖਿਆ: ਅਗਸਤ 2025

ਅਸੀਂ ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਨ ਲਈ ਹਰ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਅਸੀਂ ਜੋ ਵੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੀਏ, ਉਹ ਸਹੀ ਅਤੇ ਬਿਲਕੁਲ ਤਾਜ਼ਾ ਹੋਵੇ ਪਰ ਇਸ ਉੱਪਰ ਤੁਹਾਡੀ ਸਥਿਤੀ ਮੁਤਾਬਕ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਗਈ ਮਾਹਰ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਸਲਾਹ ਦੇ ਬਦਲ ਵਜੋਂ ਭਰੋਸਾ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਜਿੱਥੋਂ ਤਕ ਕਨੂੰਨ ਦੁਆਰਾ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, Macmillan ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਿਸੇ ਵੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਾਂ ਤੀਜੀ ਧਿਰ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਾਂ ਇਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਜਾਂ ਹਵਾਲਾ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ ਦੇ ਇਸਤੇਮਾਲ ਦੇ ਸਬੰਧ ਵਿੱਚ ਦੋਸ਼ਦਾਰੀ ਸਵੀਕਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਹੈ।

© Macmillan Cancer Support 2022, ਇੰਗਲੈਂਡ ਅਤੇ ਵੇਲਜ਼ (261017), ਸਕਾਟਲੈਂਡ (SC039907) ਅਤੇ ਆਈਲ ਆਫ ਮੈਨ (604) ਵਿੱਚ ਪੰਜੀਕ੍ਰਿਤ ਦਾਨੀ ਸੰਸਥਾ। ਉੱਤਰੀ ਆਇਰਲੈਂਡ ਵਿੱਚ ਵੀ ਸੰਚਾਲਨ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਗਰੰਟੀ ਦੁਆਰਾ ਸੀਮਤ ਕੰਪਨੀ, ਇੰਗਲੈਂਡ ਅਤੇ ਵੇਲਜ਼ ਵਿੱਚ ਪੰਜੀਕ੍ਰਿਤ ਕੰਪਨੀ ਨੰਬਰ 2400969. ਆਈਲ ਆਫ ਮੈਨ ਕੰਪਨੀ ਨੰਬਰ 4694F. ਪੰਜੀਕ੍ਰਿਤ ਦਫਤਰ: 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ. VAT ਨੰ: 668265007



## Radiotherapy

This information is about radiotherapy.

Any words that are underlined are explained in the word list at the end.

The word list also includes how to say the words in English.

Many people with cancer will have radiotherapy as part of their treatment. There are different types of radiotherapy. We explain the main types in this information.

Some people will also need other treatments, such as chemotherapy or surgery. We also have information in your language about these treatments.

If you have any questions about this information, ask your doctor or nurse at the hospital where you are having treatment.

You can also call Macmillan Cancer Support on freephone **0808 808 00 00**, 7 days a week, 8am to 8pm. We have interpreters, so you can speak to us in your own language. When you call us, please tell us in English which language you need.

There is more cancer information in your language at [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)

### **This information is about:**

- What is radiotherapy?
- Why is radiotherapy given?
- Your radiotherapy team
- Understanding your treatment
- Where is radiotherapy given?
- Planning your treatment
- Types of radiotherapy
- Side effects of radiotherapy
- Late and long-term side effects
- How Macmillan can help
- Word list
- More information in your language
- References and thanks

## What is radiotherapy?

Radiotherapy uses high-energy rays called radiation to treat cancer. It destroys cancer cells in the area where the radiotherapy is given. It can damage normal cells too, but they usually recover after treatment finishes.

## Why is radiotherapy given?

Many people have radiotherapy as part of their cancer treatment. Radiotherapy is given for different reasons.

### To cure the cancer

Radiotherapy can be given to try to cure some types of cancer. It may be given on its own or with other cancer treatments such as chemotherapy. It may be given before or after surgery. Before surgery it may make the tumour smaller. After surgery, it can help destroy any cancer cells left behind.

### To help with cancer symptoms

If curing the cancer is not possible, you may have radiotherapy to help control the symptoms of the cancer. This is called palliative radiotherapy.

## Your radiotherapy team

### Consultant clinical oncologist

This is a doctor who treats cancer with radiotherapy. They help plan your treatment. You may see them before, during and after your treatment. You can also ask to see them between appointments.

### Radiographers

The team of radiographers help to plan your treatments and give you the radiotherapy. They also give you advice about any side effects or worries that you may have.

### Clinical nurse specialists

Many cancer centres have specialist cancer nurses. They are sometimes called a clinical nurse specialist (CNS). They are nurses who are experts in the type of cancer you have. You can talk to them about any concerns you have. They can give you support and information during and after your treatment. They can also help you manage any side effects.

### Your key worker

Your key worker is the person to contact if you need more information or support. Usually, one radiographer or specialist nurse in your team is your key worker. If you are not sure who your key worker is, ask someone at your next appointment.

## Understanding your treatment

Before you have treatment, your doctor, nurse or radiographer will explain:

- why you need it
- how often you will have it
- the possible side effects
- how you may feel after the treatment.

No treatment should be given unless you understand why you are having it and how you may feel. You will be asked to give your permission before you have any treatment. This is called consent. It shows that you agree to treatment and understand its possible side effects.

It is a good idea to take someone with you who speaks your language and English. Sometimes the hospital can provide an interpreter for you. They usually need to arrange this in advance. So if you need an interpreter, tell the hospital before the appointment.

## Where is radiotherapy given?

Radiotherapy is given in hospital. You usually have your treatment as a day patient. This means you can go home after the treatment and you do not need to stay overnight. With some types of radiotherapy, you may need to stay in hospital for a few days.

If you are unwell or also having chemotherapy, you may need to stay in hospital as an inpatient. In this case, you will go to the radiotherapy department each day from the ward. If you have to travel a long way to the hospital for radiotherapy treatment you may have it as an inpatient.

## Planning your treatment

Before you start your treatment, it needs to be planned. Radiotherapy is planned carefully for each person. This is to make sure the treatment works as well as it can and causes as few side effects as possible. Planning your treatment may take more than 1 visit. Your radiotherapy team will tell you what to expect.

### Scans

You will have 1 or more scans before you start treatment. This helps your team decide how much radiotherapy you need. It also helps them plan exactly where to give the radiotherapy.

Before a scan, you may be asked to change into a hospital gown. Someone from the team may also give you an injection of dye into a vein. This helps get a clear picture from the scan.

## **Moulds and masks**

You may need a mould or radiotherapy mask for your treatment. If you need one, your radiotherapy team will make it for you. A mould or mask helps you stay still and in the correct position. Moulds are for a leg, arm, or other body part. Masks are for the head or neck.

A mould or mask is made of a plastic mesh. It fits tightly but it should not be uncomfortable. You only wear it for short periods of time. You would wear it:

- when your treatment is being planned
- when you have your treatment.

You can breathe normally while you are wearing a mask.

## **A radiotherapy mask**



## **Marks on the skin**

Someone from your radiotherapy team may make small, permanent marks on your skin. The marks show exactly where to give the radiotherapy. The marks are made in the same way as a tattoo. These marks will only be made with your permission. If you are worried about them or already have a tattoo in the treatment area, tell your radiographer.

## **Fertility**

Radiotherapy can affect your ability to get pregnant or make someone pregnant. Many people find this difficult to deal with. If you are worried about this, talk to your doctor or nurse before treatment starts. They can tell you what to expect and about ways to protect your fertility. Speaking to a counsellor or religious leader may also be helpful.

## **Contraception**

Your doctor may advise you not to become pregnant or make someone pregnant. This is because radiotherapy may harm a developing baby. It is important to use contraception during and for a few months after radiotherapy. You can talk to your doctor or nurse if you are worried about this.

## **Types of radiotherapy**

There are different types of radiotherapy:

- **External radiotherapy** – given from outside the body by a radiotherapy machine.
- **Internal radiotherapy** – when a radioactive material is put into your body. There are two types of internal radiotherapy: brachytherapy and radioisotope therapy.

How you have radiotherapy will depend on where the cancer is in the body and the type of cancer. Some cancers are treated with both external and internal radiotherapy

Ask your doctor to explain which type you are having, so you can read the right parts of this information.

### **External beam radiotherapy**

This is when radiotherapy is given from outside the body using a radiotherapy machine. You usually have 1 session of radiotherapy a day, often with a rest at the weekends. Some hospitals give treatment at the weekends too, with a rest during the week instead.

How many treatments you have will depend on the type and size of the cancer.

Treatment only takes a few minutes each day, but you may need to wait for your treatment if the hospital is busy. It can help to do something while you wait, like read or listen to music.

Before your first treatment, the radiotherapy team will explain what will happen. They may ask you to change into a hospital gown. It is normal to feel worried about having treatment. But it usually gets easier as you get to know your radiotherapy team and what happens.

It may take a little while to get you in the correct position for treatment. You will need to lie very still. The radiographers will dim the lights. Then they will leave the room while the treatment happens. Having radiotherapy does not hurt and the radiotherapy machine does not usually touch you.

### **Someone having external beam radiotherapy**



The radiographers will watch you from the next room, either through a window or on a screen. No one else will be able to see you. There is usually an intercom, so you can talk to them if you need to during your treatment.

The machine may move around your body to give the treatment from different directions. Once the treatment is over, the radiographers will come back into the room and help you down from the machine.

This treatment will not make you radioactive. It is safe for you to be with other people, including children, after your treatment.

### **Brachytherapy**

Brachytherapy is a type of radiotherapy given inside the body. It is mainly used to treat cancers in the prostate, cervix and womb. Your healthcare team will explain your treatment plan. This may also involve external beam radiotherapy before or after brachytherapy or other treatments such as chemotherapy, hormonal therapy or targeted therapy.

Brachytherapy uses radioactive sources that are placed in your body near the cancer. You may be asleep under a general anaesthetic when it is put in. Or you may have painkiller injections.

You may have your treatment and go home on the same day or you may stay in hospital. This depends on the type of brachytherapy you have. During your treatment in hospital you may be alone in the treatment room for some time while the radiotherapy is given. This is to protect others from the treatment. Tell your team if you are worried about this so they can help. They will explain how long your treatment will take.

As soon as the source is removed from your body, there is no risk to people around you. You are not radioactive.

For some types of brachytherapy, the source is not removed. It is safe for you to be around most other people. Your team may ask you to avoid close contact with children or people who are pregnant. They will tell you how long you need to do this.

Your team will give you information about your treatment to carry with you at all times.

### **Radioisotope therapy**

This is a type of radiotherapy given inside the body. You have a radioactive liquid:

- by mouth as a drink or capsules
- as an injection into a vein.

Cancer cells take in the liquid more than normal cells do. This destroys the cancer cells.

After treatment your body fluids are slightly radioactive. This will gradually return to normal. Your team will give you instructions about using the toilet and cleaning up any spilled body fluids safely. They may ask you to avoid close contact with children or people who are pregnant. They will tell you how long you need to do this.

If you need to stay in hospital for your treatment, you may be asked to stay alone in your room all the time. Tell your team if you are worried about this so they can help.

### **Side effects of radiotherapy**

Radiotherapy affects everyone differently. Some people have very few side effects while others have more. We describe the most common side effects here. It is unlikely that you will get all of these.

Before your treatment, your radiotherapy team will talk to you about which side effects you may get. Ask them any questions you may have. Tell your team if you have any side effects during treatment. They can give you advice or medicines to help. If you feel unwell when you are at home, call the hospital.



### **Tiredness**

You may feel very tired during treatment and for weeks or months after it finishes. Travelling to hospital each day can make you even more tired. Try to allow yourself time to rest.

It is important to do some gentle exercise each day if you can. A short walk may give you more energy.

### **Feeling sick**

Treatment can make you feel sick or be sick. This is more likely if you have treatment near the tummy or the brain. Your treatment team can give you medicine to help to stop you feeling sick.

### **Eating and drinking**

Sometimes you may not want to eat. If this happens, try having regular small snacks rather than large meals. If you are having problems with eating it is important to tell your radiotherapy team. They will give you advice.

### **Looking after your skin**

The skin in the area that is treated may get:

- red
- darker
- sore or itchy.

If you have skin changes like these, tell your radiotherapy team straight away. They can give you advice and treatments.

Here are some tips that may help:

- wear loose-fitting clothes made from natural fibres, such as cotton
- wash your skin gently with soap and water and gently pat it dry
- do not rub the skin
- do not apply very hot things such as a heating pad
- do not use cooling pads unless your team tells you it is ok
- do not wet shave
- do not use hair-removing creams or products, including wax and laser treatment
- ask your radiotherapy team if you can use moisturisers or deodorants on the skin
- protect the skin from the sun.

## Hair loss

You only lose hair from the area of your body where you have treatment.. Some people feel upset about losing hair. If you are worried about it, talking to your doctor or nurse can help.

It usually grows back after treatment finishes. Sometimes it grows back a different texture or colour than before. It may take several months to grow back, depending on the dose of radiotherapy you have.

## Changes in your blood

Sometimes radiotherapy can lower the number of normal blood cells in your blood. Your radiotherapy team may arrange blood tests for you to check the number of blood cells you have. Some people need treatment if the level of certain types of blood cells is too low.

Always tell your team if you have bruising or bleeding and you do not know why. This includes:

- nosebleeds
- bleeding gums
- tiny red or purple spots on the skin that may look like a rash
- heavy periods
- blood in your pee or poo

You should also contact your radiotherapy team **straight away** if:

- your temperature goes over 37.5°C (99.5°F) or below 36°C (96.8°F)
- you suddenly feel unwell, even with a normal temperature
- you have symptoms of an infection – this can include:
  - feeling shivery and shaky
  - a sore throat
  - a cough
  - breathlessness
  - diarrhoea
  - needing to pee a lot, or discomfort when you pee.

## Diarrhoea

It is common to have loose stools (poo) or diarrhoea if you have treatment near your pelvis. You may need to use the toilet more often than usual. It is important to drink plenty of fluids. Your doctor or nurse can tell you what is best to drink. Tell the staff at the hospital if you have diarrhoea or tummy (abdominal) pain. They can give you tablets to help.

## **Problems with passing urine**

Treatment near the bladder can cause side effects such as:

- passing urine (peeing) more often than usual
- passing urine during the night
- a burning feeling when you pass urine (similar to a urine infection)
- a feeling that you are not able to wait when you need to pass urine
- blood in your urine
- leaking small amounts of urine (incontinence).

Always tell your radiotherapy team if you have any side effects during or after your treatment. Drinking more fluids may help.

Tell the doctor or nurse straight away if

- your symptoms get worse
- you have a high temperature
- you feel you cannot pass urine.

Radiotherapy for prostate or penis cancer sometimes makes it difficult to pass urine. If this happens, you may need to have medication that helps. Or you may have a tube (catheter) put into the bladder for a short time.

## **Sore mouth**

If you have treatment to your head or neck, your mouth may get sore. This may make swallowing difficult. It is important to look after your mouth during treatment. Your team will show you how to do this. It can help to avoid:

- smoking
- drinking alcohol
- very hot food.

It is important to tell the doctor or nurse if your mouth feels sore or if you have mouth ulcers. They can give you mouthwashes and painkillers to help.

## **Late and long-term side effects**

Radiotherapy is carefully planned and treatments are becoming more and more accurate. This allows your team to treat the cancer while doing as little damage as possible to other parts of the body.

But there may still be a risk you will have side effects that:

- do not get better after treatment – these are called long-term side effects
- only start months or years later – these are called late effects.

This risk may be higher if you are also having other treatments, such as chemotherapy.

Before you decide to have cancer treatment, your team will explain your risk of developing these side effects.

## Getting the right care and support for you

If you have cancer and do not speak English, you may be worried that this will affect your cancer treatment and care. But your healthcare team should offer you care, support and information that meets your needs.

We know that sometimes people may face extra challenges in getting the right support. For example, if you work or have a family it can be hard to find time to go to hospital appointments. You might also have worries about money and transport costs. All of this can be stressful and hard to cope with.

But help is available. Our free support line **0808 808 00 00** can offer advice, in your language, about your situation. You can speak to nurses, financial guides, welfare rights advisers and work support advisers.

We also offer Macmillan Grants to people with cancer. These are one-off payments that can be used for things like hospital parking, travel costs, childcare or heating bills.

## How Macmillan can help you

At Macmillan, we know how a cancer diagnosis can affect everything, and we are here to support you.

### Macmillan Support Line

We have interpreters, so you can speak to us in your language. Just tell us, in English, the language you want to use. We can help with medical questions, give you information about financial support, or be there to listen if you need someone to talk to. The free, confidential phone line is open 7 days a week, 8am to 8pm. Call us on **0808 808 00 00**.

### Web chat

You can send us a web chat message saying you would like an interpreter. Tell us, in English, the language you need, and we will arrange for someone to contact you. Click on the 'Chat to us' button, which appears on pages across the website. Or go to **macmillan.org.uk/talktous**

### Macmillan website

Our website has lots of information in English about cancer. There is also more information in other languages at **macmillan.org.uk/translations**

We can also arrange translations just for you. Email us at **cancerinformationteam@macmillan.org.uk** to tell us what you need.

### Information centres

Our information and support centres are based in hospitals, libraries and mobile centres. Visit one to get the information you need and speak with someone face to face. Find your nearest centre at **macmillan.org.uk/informationcentres** or call us on **0808 808 00 00**.

**Local support groups**

At a support group, you can talk to other people affected by cancer. Find out about support groups in your area at [macmillan.org.uk/supportgroups](https://www.macmillan.org.uk/supportgroups) or call us on **0808 808 00 00**.

**Macmillan Online Community**

You can also talk to other people affected by cancer online at [macmillan.org.uk/community](https://www.macmillan.org.uk/community) You can access it at any time of day or night. You can share your experiences, ask questions, or just read through people's posts.

## Word list

Word	Meaning
Benign	A lump in the body that is not cancer and cannot spread to anywhere else in the body.
Cells	The tiny building blocks that make up the organs and tissues of our body.
Cervix	The cervix is the entrance to the <u>womb</u> . It is inside the body at the top of the <u>vagina</u> . People who have a cervix include women, trans men and people assigned female at birth.
Chemotherapy	A cancer treatment that uses drugs to kill cancer cells.
Contraception	Drugs or devices that prevent pregnancy.
Cured	When there are no cancer cells left in the body.
Diarrhoea	When you have soft or watery poo. You might need the toilet more than usual or very urgently. You may also have tummy pain.
Lymphatic system	A network of vessels and glands throughout the body that helps to fight infection.
Malignant	A lump in the body that is cancer and can spread around the body.
Pelvis	The area between your hips and below your belly button.
Prostate	A small gland inside the body. It is near the bladder. People who have a prostate include men, trans women and people assigned male at birth.
Radioactive	If something is radioactive, it means it releases radiation.
Scan	When doctors take a picture of the inside of your body.
Side effects	Unwanted effects of cancer treatment. For example, hair loss, feeling sick or tiredness. Most side effects go away after treatment finishes.
Surgery	Having an operation.
Tumour	A group of cells that are growing in an abnormal way. The abnormal cells keep multiplying and form a lump.

Vagina	A passageway inside the body. The entrance to the vagina is between the legs. At the top of the vagina is the <u>cervix</u> , which then leads to the <u>womb</u> . People who have a vagina include women, trans men and people assigned female at birth
Womb	A round organ inside the body in the lower tummy area. It is where a baby grows if you are pregnant. People who have a cervix include women, trans men and people assigned female at birth

## More information in your language

We have information in your language about these topics:

<p><b>Types of cancer</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Breast cancer</li> <li>• Cervical cancer</li> <li>• Large bowel cancer</li> <li>• Lung cancer</li> <li>• Prostate cancer</li> </ul> <p><b>Treatments</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Chemotherapy</li> <li>• Radiotherapy</li> <li>• Surgery</li> </ul>	<p><b>Coping with cancer</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cancer and coronavirus</li> <li>• Claiming benefits when you have cancer</li> <li>• Eating problems and cancer</li> <li>• End of life</li> <li>• Healthy eating</li> <li>• Help with costs when you have cancer</li> <li>• If you're diagnosed with cancer – A quick guide</li> <li>• Side effects of cancer treatment</li> <li>• Tiredness (fatigue) and cancer</li> <li>• What you can do to help yourself</li> </ul>
---	---

To see this information, go to [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)

## References and thanks

This information has been written and edited by Macmillan Cancer Support's Cancer Information Development team. It has been translated into your language by a translation company.

The information included is based on the Macmillan booklet **Understanding radiotherapy**. We can send you a copy, but the full booklet is only available in English.

This information has been reviewed by relevant experts and approved by our Senior Medical Editor, David Gilligan, Consultant Clinical Oncologist.

Thanks also to the people affected by cancer who reviewed this information.

All our information is based on the best evidence available. For more information about the sources we use, please contact us at **cancerinformationteam@macmillan.org.uk**

MAC12465\_Punjabi

Content reviewed: August 2022

Next planned review: August 2025

We make every effort to ensure that the information we provide is accurate and up-to-date but it should not be relied upon as a substitute for specialist professional advice tailored to your situation. So far as is permitted by law, Macmillan does not accept liability in relation to the use of any information contained in this publication or third party information or websites included or referred to in it.

© Macmillan Cancer Support 2022, registered charity in England and Wales (261017), Scotland (SC039907) and the Isle of Man (604). Also operating in Northern Ireland. A company limited by guarantee, registered in England and Wales company number 2400969. Isle of Man company number 4694F. Registered office: 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ. VAT no: 668265007

