MACMILLAN CANCER SUPPORT

Follicular lymphoma – Tamil

ஃபோலிகுலார் லிம்போமா (Follicular lymphoma, FL)

ஃபோலிகுலார் லிம்போமா (FL) என்றால் என்ன?

ஃபோலிகுலார் லிம்போமா (FL) என்பது ஒரு வகையான ஹாட்ஜ்கின் அல்லாத லிம்போமா ஆகும். B செல்கள் அசாதாரணமானதாக (புற்றுநோய் போன்றதாக) மாறும்போது ஃபோலிகுலார் லிம்போமா உருவாகின்றது. B-செல்கள் என்பவை சாதாரணமாக நோய்த்தொற்றை எதிர்த்துப் போராட உதவுகின்ற வெள்ளை இரத்த அணுக்கள் ஆகும். அவை சிலநேரங்களில் B-லிம்போசைட்டுகள் எனப்படுகின்றன.

இந்த அசாதாரண B-செல்கள் (லிம்போமா செல்கள்) வழக்கமாக நிணநீர் முடிச்சுகளில் திரள்கின்றன, ஆனால் அவை உடலின் மற்ற பகுதிகளையும் பாதிக்கலாம்.

ஃபோலிகுலார் லிம்போமா மெதுவாகவே வளர்கின்றது. உங்களுக்கு உடனடியாகச் சிகிச்சை தேவையில்லாமல் இருக்கலாம்.

ஃபோலிகுலார் லிம்போமாவின் (FL) அறிகுறிகள்

கழுத்து, அக்குள் அல்லது உள்தொடை ஆகிய பகுதிகளில் வலியற்ற வீக்கம்

கழுத்து, அக்குள் அல்லது உள்தொடை ஆகிய பகுதிகளில் வலியற்ற வீக்கம் என்பது FL-இன் மிகப் பொதுவான அறிகுறி ஆகும். லிம்போமா செல்கள் நிணநீர் முடிச்சுகளில் திரள்வதன் காரணமாக அது பெரிதடைவதால் இது ஏற்படுகின்றது.

B அறிகுறிகள்

B அறிகுறிகள் என மருத்துவர்கள் அழைக்கும் சில அறிகுறிகளும் சில பேருக்கு உள்ளன. இவற்றில் பின்வருபவை உள்ளடங்கலாம்:

- இரவு ஆடைகள் மற்றும் படுக்கை உறைகள் ஆகியவற்றை மாற்றும் அளவிற்கு இரவில் முற்றிலும் நனைக்கும் வியர்வை
- வெளிப்படையான காரணம் எதுவும் இன்றி அதிக உடல் வெப்பநிலை (காய்ச்சல்)
- விவரிக்க முடியாத உடல் எடை இழப்பு.

உங்களுக்கு ஏதாவது B அறிகுறிகள் இருக்கின்றதா என்பதைத் தெரிந்துகொள்வது லிம்போமாவின் நிலையை அறிந்து உங்கள் சிகிச்சையைத் திட்டமிட உங்கள் மருத்துவருக்கு உதவும்.

பிற அறிகுறிகள்

சில நேரங்களில் ஃபோலிகுலார் லிம்போமா உடலில் எலும்பு மஜ்ஜை போன்ற பிற

பகுதிகளையும் பாதிக்கலாம். இது பின்வரும் அறிகுறிகளை ஏற்படுத்தலாம்:

- இரத்தச் சோகை - இது உங்கள் இரத்தத்தில் சிவப்பு இரத்த அணுக்களின் எண்ணிக்கை குறைவதால் ஏற்படுகின்றது
- கன்றுதல் அல்லது எளிதில் இரத்தம் கசிதல் - இது உங்கள் இரத்தத்தில் இரத்த உறைவு அணுக்களின் (இரத்தவட்டுகள்) எண்ணிக்கை குறைவதால் ஏற்படுகின்றது.

ஃபோலிகுலார் லிம்போமாவின் (FL) காரணங்கள்

ஃபோலிகுலார் லிம்போமாவின் (FL) காரணங்கள் பெரும்பாலும் அறியப்படாதவையாக உள்ளன. நெருங்கிய உறவினருக்கு (பெற்றோர், சகோதரர் அல்லது சகோதரி) FL பாதிப்பு இருந்தால் உங்களுக்கும் அது வருவதற்கான ஆபத்தை இது அதிகரிக்கலாம். இது ஏன் என்று எங்களுக்குத் தெரியவில்லை.

மற்ற புற்றுநோய்களைப் போலவே, FL தொற்றிப் பரவக்கூடியது அல்ல. அதை மற்றவர்களுக்குப் பரப்ப முடியாது.

ஹாட்ஜ்கின் அல்லாத லிம்போமா பற்றிய எங்கள் தகவல்களில் காரணங்கள் மற்றும் ஆபத்துக் காரணிகள் பற்றிய கூடுதல் தகவல்களை நாங்கள் தெரிவித்திருக்கிறோம்.

ஃபோலிகுலார் லிம்போமாவை (FL) கண்டறிதல்

ஃபோலிகுலார் லிம்போமாவைக் கண்டறிவதற்கான மிகப் பொதுவான பரிசோதனை திசுப் பரிசோதனை ஆகும். இது இடஞ்சார்ந்த அல்லது பொது மயக்கமருந்து கொடுத்து மேற்கொள்ளப்படலாம். பாதிக்கப்பட்ட பகுதியில் இருந்து மருத்துவர் திசு மாதிரி ஒன்றை எடுப்பார். திசு மாதிரி எடுக்கக்கூடிய ஒரு பொதுவான இடமாக பெரிதாகிய நிணநீர் முடிச்சு விளங்குகிறது. இது நிணநீர் முடிச்சு திசு பரிசோதனை எனப்படுகின்றது. உங்களுக்கு நிணநீர் முடிச்சுகள் முழுவதுமாகவோ அல்லது பகுதியாகவோ அகற்றப்படலாம். பரிசோதனைக்காக இந்தத் திசு ஆய்வகத்திற்கு அனுப்பப்படும். உங்கள் உடலில் எலும்பு மஜ்ஜை போன்ற பிற பகுதிகளில் இருந்தும் திசு மாதிரிகள் எடுக்கப்படலாம்.

ஹாட்ஜ்கின் அல்லாத லிம்போமா பற்றிய எங்கள் தகவல்களில் உங்களுக்கு எடுக்கப்படும் கூடுதல் பரிசோதனைகளைப் பற்றிய கூடுதல் தகவல்களை நீங்கள் படித்துத் தெரிந்துகொள்ளலாம்.

பரிசோதனை முடிவுகளுக்காக காத்திருக்கும் நேரம் உங்களுக்குச் சிரமமானதாக இருக்கலாம். உங்கள் குடும்பத்தினர், நண்பர்கள் அல்லது நிபுணத்துவமிக்க செவிலியருடன் பேசுவது உங்களுக்கு உதவிகரமாக இருக்கலாம்.

ஃபோலிகுலார் லிம்போமாவின் (FL) கட்டம் மற்றும் தரநிலை

உங்கள் உடலின் எத்தனை பகுதிகள் லிம்போமாவால் பாதிக்கப்பட்டிருக்கின்றன என்பதையும், அந்தப் பகுதிகள் எவை என்பதையும் கண்டறிய உங்கள் பரிசோதனை முடிவுகள் உங்கள் மருத்துவருக்கு உதவும். இது கட்டத்தை நிர்ணயித்தல் எனப்படுகின்றது.

லிம்போமாக்கள் குறைந்த தரநிலை அல்லது உயர் தரநிலை என வகைப்படுத்தப்படுகின்றன. குறைந்த தரநிலை லிம்போமாக்கள் வழக்கமாக மெதுவாக வளர்கின்றன. உயர் தரநிலை லிம்போமாக்கள் வழக்கமாக மிக விரைவாக வளர்கின்றன. ஃபோலிகுலார் லிம்போமா (FL) என்பது குறைந்த தரநிலை லிம்போமா ஆகும் மற்றும் இது பொதுவாக மெதுவாகவே வளர்கின்றது. சிலநேரங்களில் இது உயர் தரநிலை லிம்போமாவாக மாறலாம் (உருமாற்றம்).

லிம்போமாவின் கட்டம் மற்றும் தரநிலையை அறிந்துகொள்வது உங்களுக்குரிய சரியான சிகிச்சையைத்

திட்டமிட உங்கள் மருத்துவருக்கு உதவுகின்றது. ஹாட்ஜ்கின் அல்லாத லிம்போமாவின் தரநிலை மற்றும் தரம்

நிர்ணயித்தல் குறித்த கூடுதல் தகவல்கள் எங்களிடம் உள்ளன.

ஃபோலிகுலார் லிம்போமாவுக்கான (FL) சிகிச்சை

உங்களுக்கான சிறந்த சாத்தியமுள்ள சிகிச்சை பற்றி நிபுணர்கள் குழு ஒன்றுகூடி கலந்துரையாடும். அது பல்துறைக் குழு (Multi-Disciplinary Team, MDT) எனப்படுகின்றது.

உங்கள் மருத்துவர், புற்றுநோய் நிபுணர் அல்லது செவிலியர் பல்வேறு சிகிச்சைகளைப் பற்றியும் அவற்றால் உங்களுக்கு ஏற்படக்கூடிய பக்கவிளைவுகளைப் பற்றியும் உங்களுக்கு விளக்குவார்கள். சிகிச்சை முடிவுகளை எடுக்கும்போது பரிசீலிக்க வேண்டிய விஷயங்களைப் பற்றியும் அவர்கள் உங்களிடம் பேசுவார்கள்.

ஃபோலிகுலார் லிம்போமாவுக்கான (FL) சிகிச்சை லிம்போமாவின் கட்டத்தையும், பிரச்சனைகள் ஏற்படுத்தக்கூடிய அறிகுறிகள் உங்களுக்கு இருக்கின்றதா என்பதையும் சார்ந்திருக்கின்றது. பெரும்பாலும் ஃபோலிகுலார் லிம்போமாவைச் சிகிச்சையின் மூலம் கட்டுப்பாட்டிற்குள் வைத்திருக்க முடியும்.

மருத்துவச் சோதனையின் ஒரு பகுதியாக நீங்கள் சில சிகிச்சைகளைப் பெறலாம்.

கவனியுங்கள் மற்றும் காத்திருங்கள்

FL வழக்கமாக மெதுவாகவே வளர்கின்றது. சில பேருக்கு பல மாதங்களுக்கு அல்லது வருடங்களுக்குச் சிகிச்சை தேவைப்படாமல் இருக்கலாம். இந்த நேரத்தில், லிம்போமாவைக் கண்காணிக்க அவர்கள் வழக்கமான பரிசோதனைகளைச் செய்துகொள்கிறார்கள். இது கவனியுங்கள் மற்றும் காத்திருங்கள் எனப்படுகின்றது.

முதல் கட்டச் சிகிச்சை

நீங்கள் எடுத்துக்கொள்ளும் முதலாவது சிகிச்சைகள் முதல் கட்டச் சிகிச்சை எனப்படுகின்றன. முடிந்த அளவுக்கு லிம்போமாவைக் கட்டுப்படுத்துவதே சிகிச்சையின் நோக்கம் ஆகும். இது நோயைத் தணித்தல் எனப்படுகின்றது.

இவை FL-க்கான மிகப் பொதுவான சிகிச்சைகள் ஆகும்.

நோய்த் தடுப்புச் சிகிச்சை மற்றும் வேதிச்சிகிச்சை

FL ஆனது பெரும்பாலும் நோய்த் தடுப்புச் சிகிச்சை மருந்தை தனியாகவோ அல்லது வேதிச்சிகிச்சை மருந்துகளுடன் சேர்த்தோ கொடுப்பதன் மூலம் (கீமோஇம்யூனோதெரபி) சிகிச்சையளிக்கப்படுகின்றது. இதில் பயன்படுத்தப்படுகின்ற முக்கியமான நோய்த் தடுப்புச் சிகிச்சை மருந்துகளாவன:

- ரிடுக்ஸிமாப்
- ஒபினுடுஜுமாப்

மிகப் பொதுவான வேதிச்சிகிச்சைச் சேர்க்கைகளாவன:

- CVP – R-CVP (ரிடுக்ஸிமாப் உடன்) அல்லது O-CVP (ஒபினுடுஜுமாப் உடன்) என அழைக்கப்படுகின்றது
- CHOP – R-CHOP (ரிடுக்ஸிமாப் உடன்) அல்லது O-CHOP (ஒபினுடுஜுமாப் உடன்) என அழைக்கப்படுகின்றது

சில நேரங்களில் வேதிச்சிகிச்சைச் சேர்க்கைக்குப் பதிலாக, பெண்டாமுஸ்டைன் என்ற ஒரேயொரு வேதிச்சிகிச்சை மருந்து பயன்படுத்தப்படுகின்றது. பிற வேதிச்சிகிச்சைகளும் சில நேரங்களில் பயன்படுத்தப்படலாம்.

ஸ்டீராய்டுகள்

ஸ்டீராய்டுகள் என்பவை லிம்போமாவிற்குச் சிகிச்சையளிக்க உதவுவதற்காக CVP அல்லது CHOP வேதிச்சிகிச்சையுடன் சேர்த்துக் கொடுக்கப்படுகின்ற மருந்துகள் ஆகும். அவை நீங்கள் நலமாக இருப்பதாக உணர உதவுவதோடு உங்கள் நோய் குறைந்திருப்பதாக உணரவும் உதவலாம். ப்ரெட்னிசோலோன் மாத்திரைகள் FL-க்குச் சிகிச்சையளிக்க மிகப் பொதுவாகப் பயன்படுத்தப்படுகின்ற ஸ்டீராய்டு ஆகும்.

கதிரியக்கச் சிகிச்சை

கதிரியக்கச் சிகிச்சை புற்றுநோய் உயிரணுக்களை அழிக்க அதிக ஆற்றல் கொண்ட கதிர்களைப் பயன்படுத்துகின்றது, அதே நேரத்தில் அது அருகிலுள்ள ஆரோக்கியமான உயிரணுக்களுக்கு முடிந்தவரை குறைந்த அளவே தீங்கு ஏற்படுத்துகின்றது. உடலின் ஒரே பகுதியில் நிணநீர் முடிச்சின் 1 அல்லது 2 தொகுதிகளில் லிம்போமா உயிரணுக்கள் காணப்பட்டால் (கட்டம் 1 அல்லது 2) அதற்கான முதலாவது சிகிச்சையாக இது பயன்படுத்தப்படலாம். FL வழக்கமாக கதிரியக்கச் சிகிச்சைக்கு அதிக உணர்திறன் கொண்டதாக இருக்கின்றது.

நிணநீர் முடிச்சுகளின் ஒரு பகுதியில் திரும்பவும் வந்துள்ள லிம்போமாவிற்குச் சிகிச்சை அளிப்பதற்கும் கதிரியக்கச் சிகிச்சை பயன்படுத்தப்படலாம். கதிரியக்கச் சிகிச்சை சில நேரங்களில் வலி போன்ற அறிகுறிகளுக்குச் சிகிச்சையளிப்பதற்கும் பயன்படுத்தப்படுகின்றது.

பராமரிப்புச் சிகிச்சை

முதல் கட்ட சிகிச்சைக்குப் பிறகு லிம்போமா சற்றுத் தணிந்த நிலையில் இருந்தால், அது மீண்டும் வருதைத் தடுக்க உதவுவதற்கு வழக்கமாக உங்களுக்குக் கூடுதல் சிகிச்சை அளிக்கப்படுகின்றது. இது பராமரிப்புச் சிகிச்சை எனப்படுகின்றது. உங்களுக்கு வழக்கமாக 2 வருடங்கள் வரை 2 மாதங்களுக்கு ஒரு முறை ரிடுக்ஸிமாப் அல்லது ஒபினுடுஜுமாப் கொடுக்கப்படும்.

லிம்போமா திரும்பவும் வந்தால்

FL பெரும்பாலும் திரும்பவும் வருகின்றது. இது மீள்நிகழ்வு அல்லது மீள்தாக்கம் எனப்படுகின்றது. இது நடந்தால் அதை மீண்டும் கட்டுப்படுத்த உதவுவதற்கு வழக்கமாக உங்களுக்கு கூடுதல் சிகிச்சை அளிக்கப்படும். லிம்போமாவை இரண்டாவது நோய்த் தணிப்புக்கு உட்படுத்துவது சாத்தியமானதாக இருக்கலாம். அதன் பிறகு உங்களுக்கு இன்னும் அதிக பராமரிப்புச் சிகிச்சை அளிக்கப்படலாம்.

அதற்குப் பயன்படுத்தப்படுகின்ற சிகிச்சைகள் இவற்றை உள்ளடக்கியதாக இருக்கலாம்:

- முதல் முறை நீங்கள் பெற்ற கீமோஇம்யூனோதெரபியின் அதே சேர்க்கை - நீங்கள் நீண்டகால நோய்த் தணிப்பைப் பெற்றிருந்தால்
- கீமோஇம்யூனோதெரபியின் வேறொரு சேர்க்கை
- ஓர் நோய்த் தடுப்புச் சிகிச்சை மருந்து, தனியாக
- லெனாலிடோமைடு அல்லது ஐடியலாலிசிப் போன்ற இலக்குச் சிகிச்சை
- ஸ்டெம் செல் மாற்றுச் சிகிச்சை போன்ற தீவிரமான சிகிச்சை.

உங்கள் சூழ்நிலைக்கேற்ற சிறந்த தெரிவுகளைப் பற்றி உங்கள் மருத்துவர் உங்களுடன் கலந்துரையாடுவார். திரும்பவும் வருகின்ற லிம்போமாவிற்கு சிகிச்சையளிப்பது பற்றிய கூடுதல் தகவல்கள் எங்களிடம் உள்ளன.

ஃபோலிகுலார் லிம்போமாவுக்கான (FL) சிகிச்சைக்குப் பிறகு

உங்கள் சிகிச்சைக்குப் பிறகு வழக்கமான தொடர் கண்காணிப்பு நியமனச் சந்திப்புகள் உங்களுக்கு இருக்கும். இந்த நியமனச் சந்திப்புகளில் உங்களுக்கு எழும் பிரச்சனைகளைப் பற்றி உங்கள் மருத்துவரிடம் அல்லது செவிலியரிடம் நீங்கள் பேசலாம். உங்கள் மருத்துவர் நீங்கள் எப்படி இருக்கிறீர்கள் என்பதை அறிந்துகொள்ள விரும்புவார் மற்றும் சிகிச்சையின் ஏதாவது பக்க விளைவுகளிலிருந்து நீங்கள் குணமடைந்து வருவதைப் பரிசோதிக்க விரும்புவார்.

தாமத விளைவுகள்

சிலநேரங்களில் பக்க விளைவுகள் தொடரக்கூடியதாக இருக்கலாம் அல்லது சிகிச்சை முடிந்த பல மாதங்களுக்கு அல்லது வருடங்களுக்குப் பிறகு ஏற்படலாம். இவை தாமத விளைவுகள் எனப்படுகின்றன. லிம்போமாவுக்கான சிகிச்சையின் நீண்ட கால மற்றும் தாமதமான விளைவுகள் பற்றிய மேலும் தகவல்கள் எங்களிடம் உள்ளன.

பாலியல் வாழ்க்கை மற்றும் கருவுறுதிறன்

புற்றுநோய் மற்றும் அதன் சிகிச்சை சில நேரங்களில் உங்கள் பாலியல் வாழ்க்கையில் பாதிப்பை ஏற்படுத்தலாம். உங்கள் பாலியல் நலவாழ்வை மேம்படுத்தவும் ஏதாவது பிரச்சனைகள் ஏற்பட்டால் அதைச் சமாளிக்கவும் வழிகள் உள்ளன.

லிம்போமாவுக்கான சிகிச்சை உங்கள் கருவுறுதிறனில் பாதிப்பை ஏற்படுத்தலாம். உங்கள் கருவுறுதிறன் பற்றிய கவலை உங்களுக்கு இருந்தால், சிகிச்சையைத் தொடங்குவதற்கு முன் அதைப் பற்றி உங்கள் மருத்துவருடன் பேச வேண்டியது முக்கியமாகும். இவற்றை பற்றிய அதிகமான தகவல்கள் எங்களிடம் உள்ளன:

- பெண்களுக்கான சிகிச்சைக்குப் பிறகு கருவுறுதிறன்
- ஆண்களுக்கான சிகிச்சைக்குப் பிறகு கருவுறுதிறன்.

நலவாழ்வு மற்றும் குணமடைதல்

நீங்கள் ஏற்கனவே ஆரோக்கியமான வாழ்க்கைமுறையைக் கொண்டிருந்தாலும் கூட, சிகிச்சைக்குப் பிறகு நீங்கள் சில நேர்மறையான வாழ்க்கைமுறை மாற்றங்களை மேற்கொள்ளத் தேர்ந்தெடுக்கலாம்.

நன்றாகச் சாப்பிடுதல் மற்றும் சுறுசுறுப்பாக இருத்தல் போன்ற சிறிய மாற்றங்களைச் செய்வது உங்கள் ஆரோக்கியத்தையும் நலவாழ்வையும் மேம்படுத்தி உங்கள் உடல் குணமடைய உதவலாம்.

ஆதரவு பெறுதல்

ஒவ்வொருவரும் தங்கள் நோயையும், தாங்கள் அனுபவிக்கும் வேறுபட்ட உணர்ச்சிகளையும் சமாளிக்க தனிப்பட்ட பாணியைப் பின்பற்றுகிறார்கள். குடும்பத்தினர் மற்றும் நண்பர்களுடனும், அல்லது உங்கள் மருத்துவர் அல்லது செவிலியருடனும் இந்த விஷயங்களைப் பற்றிப் பேசுவது உங்களுக்கு மிகவும் உபயோகமாக இருக்கும்.

மேக்மில்லன் உணர்வுப்பூர்வமான, நடைமுறை மற்றும் நிதி உதவியும் ஆதரவும் வழங்கலாம். நீங்கள் பேச விரும்பினால், நீங்கள்:

- மேக்மில்லன் ஆதரவுத் தொலைபேசி இணைப்பை **0808 808 00 00** என்ற எண்ணில் அழைக்கலாம்.
- எங்கள் நிபுணர்களுடன் ஆன்லைனில் பேசலாம்.
- ஃபோலிகுலார் லிம்போமாவால் பாதிக்கப்பட்ட மக்களுடன் பேசுவதற்கும், உங்கள் அனுபவத்தைப் பகிர்ந்துகொள்வதற்கும், உங்கள் கேள்விகளை ஒரு நிபுணரிடம் கேட்பதற்கும் எங்கள் ஃபோலிகுலார் லிம்போமா கருத்துக்களத்தைப் பார்வையிடவும்.

கீழேயுள்ள அமைப்புகளும் தகவல் மற்றும் ஆதரவை வழங்குகின்றன:

பிளட் கேன்சர் UK (Blood Cancer UK)

Blood Cancer UK ஆனது லிம்போமா உள்ளிட்ட இரத்தப் புற்றுநோய்களால் பாதிக்கப்பட்ட மக்களுக்கு ஆதரவும் தகவலும் வழங்குகிறது.

லிம்போமா ஆக்ஷன் (Lymphoma Action)

Lymphoma Action ஹாட்ஜ்கின் லிம்போமா அல்லது ஹாட்ஜ்கின் அல்லாத லிம்போமா பாதிப்பு கொண்டவர்களுக்கும் அவர்களுக்கு நெருக்கமானவர்களுக்கும் உணர்வுப்பூர்வமான ஆதரவு, ஆலோசனை மற்றும் தகவல்களை வழங்குகிறது. இது லிம்போமா உள்ளவர்களின் தேசிய வலையமைப்பையும், உள்ளூர் குழுக்களையும் கொண்டுள்ளது. அவர்களுடைய இணையத்தளம் டிரையல்ஸ்லிங்க் (trialslink) எனப்படுகின்ற ஒரு பிரிவைக் கொண்டுள்ளது, அங்கு லிம்போமா மருத்துவ ஆய்வுகள் பற்றிய தகவல்களை நீங்கள் காணலாம்.

எங்கள் தகவல்களைப் பற்றி

மேற்கோள்கள்

எங்கள் ஃபோலிகுலார் லிம்போமா (FL) தகவல்களில் பயன்படுத்தப்படுகின்ற ஆதாரங்களின் மாதிரி ஒன்று கீழே கொடுக்கப்பட்டுள்ளது. நாங்கள் பயன்படுத்தும் ஆதாரங்களைப் பற்றிய கூடுதல் தகவல்களை நீங்கள் தெரிந்துகொள்ள விரும்பினால், தயவுசெய்து எங்களை cancerinformationteam@macmillan.org.uk என்ற மின்னஞ்சல் முகவரியில் தொடர்பு கொள்ளவும்.

ஆர்மிடேஜ் JO மற்றும் லோங்கோ DL. கவனியுங்கள் மற்றும் காத்திருங்கள் ஆனது குறைந்த தரநிலை ஃபோலிகுலார் லிம்போமா உள்ள நோயாளிகளுக்கு இப்போதும் ஏற்றுக்கொள்ளக்கூடியதாக இருக்கின்றதா? இரத்தம். 2016. 127:23:2804-2808. இங்கு கிடைக்கின்றது: www.ashpublications.org/blood/article/127/23/2804/35265/Is-watch-and-wait-still-acceptable-for- patients

ESMO வழிகாட்டுதல்கள் பணிக் குழுவின் சார்பாக ட்ரேலிங் எம், கியல்மினி எம், மற்றும் பலர். புதிதாகக் கண்டறியப்பட்ட மற்றும் மீண்டும் சீர்கேடடைந்த ஃபோலிகுலார் லிம்போமா: நோய் கண்டறிதல், சிகிச்சை மற்றும் தொடர் கண்காணிப்புக்கான ESMO மருத்துவ நடைமுறை வழிகாட்டல்கள். Annals of Oncology. 2014. 25 (துணைப்பதிப்பு 3), iii76–iii82. இங்கு கிடைக்கின்றது: www.annalsofoncology.org/action/showPdf?pii=S0923-7534%2819%2934083-9

மீளாய்வாளர்கள்

இந்தத் தகவல்களை மேக்மில்லன் கேன்சர் சப்போர்ட்டின் புற்றுநோய் தகவல் மேம்பாட்டுக் (Cancer Information Development) குழு எழுதி, திருத்தி, தொகுத்துள்ளது. இது நிபுணத்துவமிக்க மருத்துவ மற்றும் உடல்நல வல்லுநர்கள் மற்றும் புற்றுநோயால் பாதிக்கப்பட்டவர்களால் மீளாய்வு செய்யப்பட்டுள்ளது. இது இரத்தவியல் மருத்துவ வல்லுநரான முதுநிலை மருத்துவப் பதிப்பாசிரியர், டாக்டர். ஆனி பார்க்கர் என்பவரால் அங்கீகரிக்கப்பட்டுள்ளது.

எங்கள் புற்றுநோய்த் தகவல்களுக்கு PIF TICK வழங்கப்பட்டுள்ளது. நோயாளி தகவல் கருத்துக்களத்தால் உருவாக்கப்பட்ட இந்தத் தரக் குறியீடு நம்பகமான உடல்நலத் தகவலுக்கான PIF-இன் 10 வரன்முறைகளை நாங்கள் பூர்த்தி செய்கிறோம் என்பதைக் காட்டுகிறது.

உங்களுக்கான சரியான பராமரிப்பு மற்றும் ஆதரவைப் பெறுதல்

உங்களுக்குப் புற்றுநோய் பாதிப்பு இருந்து உங்களால் ஆங்கிலம் பேச முடியாவிட்டால், உங்கள் புற்றுநோய் சிகிச்சை மற்றும் பராமரிப்பை இது பாதிக்கலாம் என நீங்கள் கவலைப்படலாம். ஆனால் உங்கள் சுகாதார நலம்பேணல் குழு உங்கள் தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்கின்ற பராமரிப்பு, ஆதரவு மற்றும் தகவலை உங்களுக்கு வழங்க வேண்டும்.

சிலநேரங்களில் சரியான ஆதரவைப் பெறுவதில் மக்கள் சில கூடுதலான சவால்களை எதிர்கொள்ளலாம் என்பதை நாங்கள் அறிவோம். உதாரணமாக, நீங்கள் வேலைக்குச் செல்பவராக இருந்தால் அல்லது உங்களுக்கு ஒரு குடும்பம் இருந்தால், மருத்துவமனை நியமனச் சந்திப்புகளுக்காக நேரம் ஒதுக்குவது உங்களுக்குக் கடினமானதாக இருக்கலாம். பணம் மற்றும் போக்குவரத்துச் செலவுகள் பற்றிய கவலைகளும் உங்களுக்கு இருக்கலாம். இவை அனைத்துமே மன அழுத்தம் தரக்கூடியதாகவும் சமாளிப்பதற்குக் கடினமானதாகவும் இருக்கலாம்.

ஆனால் உதவி கிடைக்கின்றது. எங்கள் ஆதரவு இணைப்பு உங்கள் நிலைமை குறித்து உங்கள் வழியில் ஆலோசனை வழங்கலாம். செவிலியர்கள், பொருளாதார வழிகாட்டிகள், நலவாழ்வு உரிமை ஆலோசகர்கள் மற்றும் வேலை ஆதரவு ஆலோசகர்கள் ஆகியோருடன் நீங்கள் பேசலாம். புற்றுநோய் பாதித்தவர்களுக்கு நாங்கள் மேக்மில்லன் உதவித்தொகையை (Macmillan Grants) வழங்குகிறோம். இது ஒரு முறை வழங்கப்படும் உதவித்தொகை ஆகும், இதை மருத்துவமனையில் வாகனம் நிறுத்துதல், பயணச் செலவுகள், குழந்தைப் பராமரிப்பு அல்லது வெப்பமூட்டும் கட்டணங்கள் ஆகியவற்றிற்காகப் பயன்படுத்திக்கொள்ளலாம்.

மேக்மில்லனுடன் உங்கள் மொழியில் பேசுங்கள்

*மேக்மில்லனை நீங்கள் **0808 808 00 00** என்ற எண்ணில் இலவசமாக அழைத்து ஒரு மொழிபெயர்ப்பாளர் வாயிலாக உங்கள் மொழியில் எங்களுடன் பேசலாம். உங்கள் கவலைகள் மற்றும் மருத்துவக் கேள்விகளைப் பற்றி நீங்கள் எங்களுடன் பேசலாம். நீங்கள் அழைக்கும்போது உங்கள் மொழி என்ன என்பதை ஆங்கிலத்தில் எங்களுக்குச் சொல்லவும். வாரத்தில் 7 நாள்களுக்கு, காலை 8 மணி முதல் இரவு 8 மணி வரை நாங்கள் செயல்படுகிறோம்.*

மீளாய்வு செய்யப்பட்ட நாள்: 31 ஜனவரி 2021 | அடுத்த மீளாய்வு: 31 ஜனவரி 2024

© மேக்மில்லன் கேன்சர் சப்போர்ட் 2022, இங்கிலாந்து மற்றும் வேல்ஸ் (261017), ஸ்காட்லாந்து (SC039907) மற்றும் ஐல் ஆஃப் மேன் (604)-இல் பதிவுபெற்ற அறக்கட்டளை. வடக்கு அயர்லாந்திலும் செயல்படுகின்றது. உத்தரவாதத்தால் கட்டுப்படுத்தப்படுகின்ற ஒரு நிறுவனம், இங்கிலாந்து மற்றும் வேல்ஸில் பதிவு செய்யப்பட்டது நிறுவன எண் 2400969. ஐல் ஆஃப் மேன் நிறுவன எண் 4694F. பதிவு செய்யப்பட்ட அலுவலகம்: 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ. VAT எண்: 668265007.

நாங்கள் வழங்குகின்ற தகவல்கள் துல்லியமானதாகவும் நாளது வரை புதுப்பிக்கப்பட்டதாகவும் இருப்பதை உறுதிசெய்ய எல்லா முயற்சிகளையும் நாங்கள் மேற்கொள்கிறோம், ஆனால் அதை உங்கள் நிலைமைக்கு ஏற்றவாறு மாற்றியமைக்கப்பட்ட நிபுணத்துவ ஆலோசனைக்கு மாற்றாக நம்பியிருக்கக் கூடாது. சட்டத்தால் அனுமதிக்கப்படும் வரையில், இந்த வெளியீட்டில் அல்லது மூன்றாம் தரப்புத் தகவல்களில் அல்லது அதில் சேர்க்கப்பட்டுள்ள அல்லது குறிப்பிடப்பட்டுள்ள இணையத்தளங்களில் இடம்பெற்றுள்ள ஏதேனும் தகவல்களைப் பயன்படுத்துவது தொடர்பான பொறுப்பை மேக்மில்லன் ஏற்கவில்லை.

Trusted Information Creator

Patient Information Forum