

## ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ

ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦੇ ਸਬੰਧ ਵਿੱਚ ਹੈ।

ਕੋਈ ਵੀ ਅਜਿਹੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਲਕੀਰ ਪਈ ਹੋਈ ਹੈ, ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਸ਼ਬਦ ਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਇਸ ਸ਼ਬਦ ਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਇਹ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਕਿਵੇਂ ਬੋਲਣਾ ਹੈ।

ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਏਗੀ।

ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਇਲਾਜ ਵੀ ਮਿਲਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਰਜਰੀ, ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ, ਯੋਜਨਾਬੱਧ ਥੈਰੇਪੀਆਂ ਜਾਂ ਹੋਰ ਕੈਂਸਰ ਰੋਧੀ ਦਵਾਈਆਂ। ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨਗੇ। ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਇਨ੍ਹਾਂ ਇਲਾਜਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਵੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਜੇ ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹਨ, ਤਾਂ ਜਿਸ ਹਸਪਤਾਲ ਤੋਂ ਤੁਸੀਂ ਇਲਾਜ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਉੱਥੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ, ਨਰਸ ਜਾਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ।

ਤੁਸੀਂ ਮੈਕਮਿਲਨ ਕੈਂਸਰ ਸਪੋਰਟ (Macmillan Cancer Support) ਨੂੰ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ, ਸਵੇਰੇ 8 ਵਜੇ ਤੋਂ ਰਾਤ 8 ਵਜੇ ਤਕ ਫ੍ਰੀਫੋਨ **0808 808 00 00** 'ਤੇ 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, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਾਨੂੰ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਇਸ ਵੈਬਸਾਈਟ [macmillan.org.uk/translātions](http://macmillan.org.uk/translātions) 'ਤੇ ਹੋਰਨਾਂ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ ਸਬੰਧੀ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

## ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਬਾਰੇ ਹੈ:

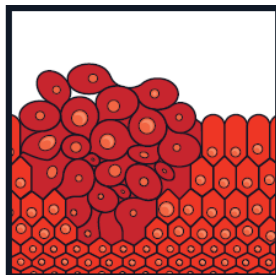
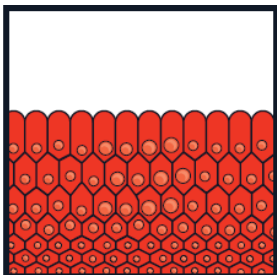
- ਕੈਂਸਰ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?
- ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?
- ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਕਦੋਂ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ?
- ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਕਰਵਾਉਣਾ
- ਆਪਣੇ ਇਲਾਜ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ
- ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜਾਂਚਾਂ
- ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਇਲਾਜ ਕਿੱਥੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋਗੇ?
- ਇਲਾਜ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨਾ ਕੁ ਸਮਾਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ?
- ਤੁਹਾਡੀ ਇਲਾਜ ਯੋਜਨਾ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ
- ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ
- ਹੋਰ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਜਾਣਕਾਰੀ
- ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਹੀ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨੀ
- ਮੈਕਮਿਲਨ (Macmillan) ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਿਵੇਂ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ
- ਸ਼ਬਦ ਸੂਚੀ
- ਤੁਹਾਡੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ
- ਹਵਾਲੇ ਅਤੇ ਧੰਨਵਾਦ

## ਕੈਂਸਰ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਕੈਂਸਰ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੀਆਂ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਛੋਟੇ-ਛੋਟੇ ਬਿਲਡਿੰਗ ਬਲਾਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗਾਂ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂਆਂ ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਸਰੀਰ ਤੋਂ ਸਿਗਨਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ, ਇਹ ਦੱਸਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਕਦੋਂ ਵਧਣਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕਦੋਂ ਵਿਭਾਜਿਤ ਹੋ ਕੇ ਨਵੀਆਂ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਬਣਾਉਣੀਆਂ ਹਨ। ਸਾਡਾ ਸਰੀਰ ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਵਧਦਾ ਅਤੇ ਸਿਹਤਯਾਬ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਪੁਰਾਣੀਆਂ, ਖਰਾਬ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜਾਂ ਉਹ ਜਿਹਨਾਂ ਦੀ ਹੁਣ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਰਹੀ। ਜਦੋਂ ਅਜਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਸੈੱਲ ਨੂੰ ਸਰੀਰ ਤੋਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਖੂਨ ਵਾਲੇ ਸਰੋਤ ਵਿੱਚ ਚੁੱਕਣ ਦੀ ਸਕੀਮ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਕੋਸ਼ਿਕਾ ਅਸਧਾਰਨ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਸਧਾਰਨ ਕੋਸ਼ਿਕਾ ਵਿਭਾਜਿਤ ਹੋ ਕੇ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਅਸਧਾਰਨ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਬਣਾਉਂਦੀ ਰਹੇ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਦੀ ਗੰਢ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਿਸਨੂੰ ਰਸੋਲੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

**ਸਧਾਰਨ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ**

**ਟਿਊਮਰ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ**



ਸਾਰੀਆਂ ਰਸੋਲੀਆਂ ਕੈਂਸਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ। ਇੱਕ ਰਸੋਲੀ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ (ਇੱਕ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਰਸੋਲੀ) ਜੋ ਕੈਂਸਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਪਰ ਇਹ ਸਰੀਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਫੈਲ ਸਕਦੀ। ਆਮ ਕਰਕੇ ਇਹ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਸਿਰਫ਼ ਤਾਂ ਹੀ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਇਹ ਵੱਧ ਕੇ ਨੇੜਲੇ ਅੰਗਾਂ ਨੂੰ ਦਬਾ ਦੇਵੇ। ਅਜਿਹੀ ਰਸੋਲੀ ਜੋ ਕੈਂਸਰ (ਇੱਕ ਘਾਤਕ ਰਸੋਲੀ) ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਨੇੜੇ ਦੇ ਟਿਸ਼ੂ ਵਿੱਚ ਫੈਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਕੈਂਸਰ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਕਈ ਵਾਰ ਪਹਿਲੇ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਅਲੱਗ ਹੋ ਕੇ ਅਤੇ ਖੂਨ ਜਾਂ ਲਿੰਫੈਟਿਕ ਸਿਸਟਮ ਰਾਹੀਂ ਲੰਘ ਕੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਦੂਜੇ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਚਲੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਕੈਂਸਰ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਜੋ ਸਰੀਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਫੈਲ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇੱਕ ਰਸੋਲੀ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਵਿਕਸਿਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੈਕੰਡਰੀ ਕੈਂਸਰ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

### **ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?**

ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਕੈਂਸਰ ਦੀਆਂ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਕਿ ਉਹ ਮਰ ਜਾਣ। ਤੰਦਰੁਸਤ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਵੀ ਨੁਕਸਾਨੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਪਰ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰ ਲੈਣਗੀਆਂ।

ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਜਾਂ ਵਧ ਦਵਾਈਆਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਖੂਨ ਵਿੱਚ ਲਿਜਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮਤਲਬ ਇਹ ਕਿ ਉਹ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਕਿਤੇ ਵੀ ਕੈਂਸਰ ਸੈੱਲਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

### **ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਕਦੋਂ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ?**

ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਇਕੱਲੇ ਜਾਂ ਹੋਰ ਕਿਸਮ ਦੇ ਇਲਾਜਾਂ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਟੀਚਾਬੱਧ ਥੈਰੇਪੀਆਂ, ਸਰਜਰੀ ਜਾਂ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ। ਇਹ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਤਰੀਕਿਆਂ ਵਜੋਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ:

- ਕੁਝ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਮੁੱਖ ਇਲਾਜ ਵਜੋਂ
- ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਛੋਟਾ ਕਰਨ ਲਈ, ਦੂਜੇ ਇਲਾਜਾਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ
- ਦੂਜੇ ਇਲਾਜਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਇਕੱਠੇ ਇੱਕੋ ਸਮੇਂ ਤੇ
- ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਵਾਪਸ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ, ਦੂਜੇ ਇਲਾਜਾਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ
- ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਬੇਹਤਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਵਾਉਣ ਜਾਂ ਲੰਮਾ ਜੀਵਨ ਜਿਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ, ਜੋ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਠੀਕ ਹੋਣਾ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਈ ਵਾਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਲਈ ਵੀ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਕੈਂਸਰ ਨਹੀਂ ਹਨ।

### **ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਕਰਵਾਉਣਾ**

ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਇਲਾਜ ਦੇ ਸੈਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਕੋਰਸ ਵਜੋਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਏਗੀ। ਹਰ ਸੈਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਰਾਮ ਕਰਨ ਲਈ ਕੁਝ ਦਿਨ ਹੋਣਗੇ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸਨੂੰ ਇਲਾਜ ਦਾ ਗੇੜ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿੰਨੇ ਗੇੜਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਕਿਸਮ ਉੱਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰੇਗਾ। ਤੁਹਾਡੇ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿੰਨੇ ਗੇੜਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

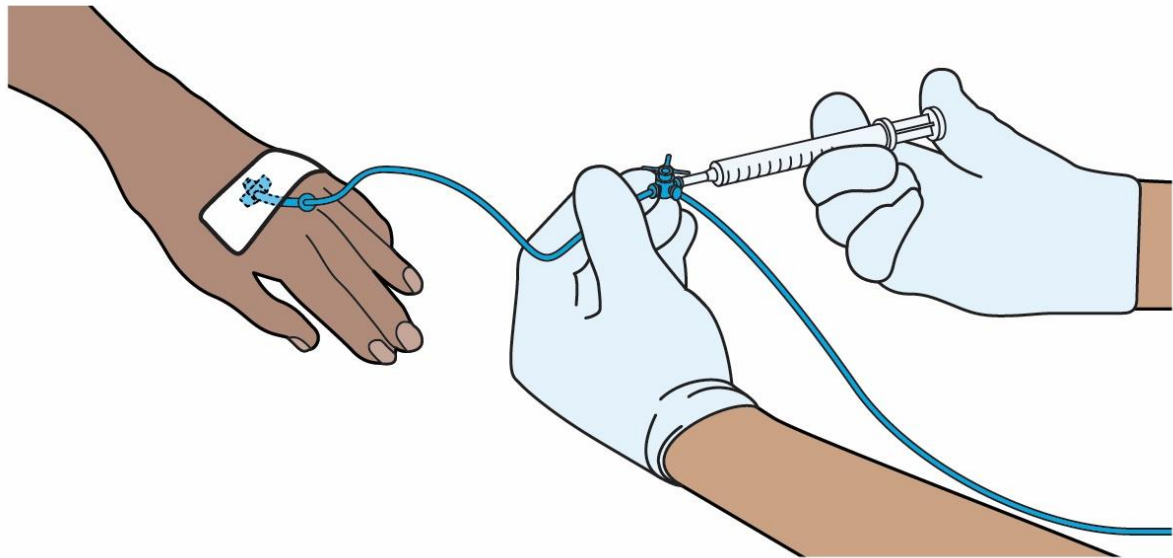
ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦਵਾਈਆਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- ਇੱਕ ਟੀਕੇ ਜਾਂ ਨਾੜੀ ਵਿੱਚ ਡ੍ਰਿਪ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ
- ਗੋਲੀਆਂ ਜਾਂ ਕੈਪਸੂਲਾਂ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ
- ਚਮੜੀ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਇੰਜੈਕਸ਼ਨ ਰਾਹੀਂ
- ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਵਿੱਚ ਇੰਜੈਕਸ਼ਨ ਰਾਹੀਂ
- ਰੀੜ੍ਹ ਦੇ ਆਸ-ਪਾਸ ਮੌਜੂਦ ਤਰਲ ਵਿੱਚ ਇੰਜੈਕਸ਼ਨ ਰਾਹੀਂ (ਇੰਟ੍ਰਾਥੀਕਲ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ)
- ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਜਿਵੇਂ ਬਲੈਡਰ
- ਚਮੜੀ ਦੇ ਕੁਝ ਕੈਂਸਰਾਂ ਲਈ ਕ੍ਰੀਮ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ।

### ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਨੂੰ ਨੱਸ ਰਾਹੀਂ ਲੈਣਾ

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਨੱਸ ਰਾਹੀਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਕੈਨਯੂਲਾ ਨਾਮਕ ਇੱਕ ਛੋਟੀ ਟਿਊਬ ਰਾਹੀਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਨਰਸ ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥ ਜਾਂ ਬਾਂਹ ਦੀ ਨੱਸ ਵਿੱਚ ਇਹ ਕੈਨਯੂਲਾ ਪਾਏਗੀ। ਫਿਰ ਨਰਸ ਇਸ ਕੈਨਯੂਲਾ ਨੂੰ ਜਾਂ ਤਾਂ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਵਾਲੇ ਤਰਲ ਦੀ ਥੈਲੀ ਦੇ ਨਾਲ ਜਾਂ ਫਿਰ ਸਰਿੰਜ ਦੇ ਨਾਲ ਜੋੜੇਗੀ। ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਸ ਕੈਨਯੂਲਾ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਕੱਢ ਦਿੱਤਾ ਜਾਏਗਾ।

### ਕੈਨਯੂਲਾ:



ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਬਾਂਹ ਜਾਂ ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਟਿਊਬ ਰਾਹੀਂ ਵੀ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਬਾਂਹ ਵਿੱਚ ਲੱਗੀ ਨਾਲੀ ਨੂੰ PICC ਲਾਈਨ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੀ ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਲੱਗੀ ਨਾਲੀ ਨੂੰ ਸੈਂਟ੍ਰਲ ਲਾਈਨ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਨਾਲੀ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਉੱਥੇ ਹੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਨਰਸ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੇਗੀ।

## ਸੈਂਟਰਲ ਲਾਈਨ:



## PICC ਲਾਈਨ:



ਬਹੁਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਚਿੰਤਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਹੋਏਗੀ, ਜਾਂ ਜਦੋਂ ਇਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੋਏਗੀ ਤਾਂ ਉਹ ਕੁਝ ਅਲੱਗ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਗੇ। ਕਿਸੇ ਨੱਸ ਵਿੱਚ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਲੈਣ ਨਾਲ ਦਰਦ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ, ਇਸ ਲਈ ਜੇ ਦਰਦ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਸੇ ਵੇਲੇ ਆਪਣੀ ਨਰਸ ਨੂੰ ਦੱਸੋ। ਕਈ ਵਾਰ, ਘਰ ਵਿੱਚ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਲਈ ਇੱਕ ਪੋਰਟੇਬਲ ਪੰਪ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

### ਗੋਲੀਆਂ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਲੈਣ ਨਾਲ

ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਹੀ ਲਈਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਿਰਫ ਕੁਝ ਕਿਸਮਾਂ ਦੀ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਵਿੱਚ ਹੀ ਗੋਲੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਫਿਰ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

## ਆਪਣੇ ਇਲਾਜ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ

ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾਓ, ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ, ਨਰਸ ਜਾਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਸਮਝਾਉਣਗੇ ਕਿ:

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸਦੀ ਲੋੜ ਕਿਉਂ ਹੈ
- ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਕਿੰਨੀ ਵਾਰ ਲਓਗੇ
- ਇਸਦੇ ਸੰਭਾਵੀ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕੀ ਹਨ
- ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਸੀਂ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਉਦੋਂ ਤਕ ਕੋਈ ਇਲਾਜ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਜਦੋਂ ਤਕ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਨਾ ਸਮਝ ਲਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਸਨੂੰ ਕਿਉਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਦਰਸਾਉਣ ਲਈ ਇੱਕ ਫਾਰਮ ਤੇ ਹਸਤਾਖਰ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਏਗਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਲਾਜ ਲਈ ਸਹਿਮਤ ਹੋ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਸੰਭਾਵੀ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਦੇ ਹੋ।

ਇਸਨੂੰ ਰਜ਼ਾਮੰਦੀ ਫਾਰਮ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਲਿਆਉਣਾ ਇੱਕ ਚੰਗਾ ਵਿਚਾਰ ਹੈ ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਭਾਸ਼ਾ ਅਤੇ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਦੋਵੇਂ ਬੋਲਦਾ ਹੋਵੇ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਉਪਲਬਧ ਹੋਣ, ਪਰ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੁਭਾਸ਼ੀਆ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ ਕਿ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਹੀ ਇਸਦੇ ਲਈ ਕਹਿ ਦਿਓ।

ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਲੈਣ ਬਾਰੇ ਸੋਚ ਕੇ ਚਿੰਤਿਤ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਆਪਣੇ ਇਲਾਜ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਵੀ ਸਵਾਲ ਹਨ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ, ਨਰਸ ਜਾਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨੂੰ ਪੁੱਛਣਾ ਮਦਦਗਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

## ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜਾਂਚਾਂ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣਾ ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੁਝ ਜਾਂਚਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਡਾਕਟਰਾਂ ਦੀ ਇਹ ਦੇਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਇਲਾਜ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਚੰਗੇ ਭਲੇ ਹੋ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖੂਨ ਦੀਆਂ ਜਾਂਚਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਗੁਰਦਿਆਂ ਜਾਂ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਜਾਂਚਾਂ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਕਈ ਵਾਰ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਕਸ-ਰੇ ਜਾਂ ਸਕੈਨ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਕੱਦ ਅਤੇ ਭਾਰ ਵੀ ਮਾਪਿਆ ਜਾਏਗਾ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗਰਭ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਤੁਹਾਡੀ ਖੂਨ ਦੀ ਜਾਂਚ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਅਜਿਹਾ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਜਾਂ ਉਸ ਤੋਂ ਇੱਕ ਜਾਂ ਦੋ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਤੁਹਾਡੇ ਖੂਨ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਦੇਖਣਗੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੁੱਛਣਗੇ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪਿਛਲੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਬਾਅਦ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਦਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਇਆ ਹੈ।

## ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਇਲਾਜ ਕਿੱਥੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋਗੇ?

ਤੁਹਾਡਾ ਇਲਾਜ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਡੇਅ ਯੂਨਿਟ ਜਾਂ ਹਸਪਤਾਲ ਵਾਰਡ ਵਿੱਚ ਕੀਤਾ ਜਾਏਗਾ। ਕਈ ਵਾਰ ਤੁਸੀਂ ਇਸਨੂੰ ਘਰ ਵਿੱਚ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਡਾ ਇਲਾਜ ਕਿੱਥੇ ਹੋਵੇਗਾ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ, ਨਰਸ ਜਾਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਥਾਂ ਹੋਵੇ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਸਫ਼ਰ ਵੀ ਕਰਨਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਤੋਂ ਆਉਣ-ਜਾਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉੱਥੇ ਆਉਣ-ਜਾਣ ਦੇ ਖਰਚੇ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਨਰਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

## ਇਲਾਜ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨਾ ਕੁ ਸਮਾਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ?

ਤੁਸੀਂ ਕੀਮੇਥੈਰੇਪੀ ਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇੱਕ 'ਡੇ ਪੇਸ਼ੰਟ' ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਨੌਸ ਰਾਹੀਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਾਤ ਭਰ ਰੁਕਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਘਰ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਲਾਜ ਵਿੱਚ ਅੱਧੇ ਘੰਟੇ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਕੁਝ ਘੰਟਿਆਂ ਦਾ ਸਮਾਂ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਰੁਕਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ।  
ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਦਾ ਕੋਰਸ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੁਝ ਮਹੀਨੇ ਲਈ ਚੱਲ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹਾ ਤੁਹਾਡੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਕਿਸਮ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰੇਗਾ।

## ਤੁਹਾਡੀ ਇਲਾਜ ਯੋਜਨਾ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ

ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਉੱਤੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਪਏ ਪ੍ਰਭਾਵ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂਚਾਂ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਵਾਰ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਨੂੰ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਦੇਰੀ ਜਾਂ ਤਬਦੀਲੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਠੀਕ ਹੋਣ ਲਈ ਸਮਾਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕੇ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੇਗਾ।

## ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ

ਕੀਮੇਥੈਰੇਪੀ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਅਜਿਹੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਬੀਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਅਜਿਹਾ ਇਸ ਲਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੀਆਂ ਸਿਹਤਮੰਦ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਇਲਾਜ ਖਤਮ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬਿਹਤਰ ਹੋ ਜਾਣਗੇ, ਪਰ ਕੁਝ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ, ਨਰਸ ਜਾਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨਗੇ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।  
ਵੱਖ-ਵੱਖ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਹੀ ਥੋੜ੍ਹੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਦਕਿ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਅਸੀਂ ਇੱਥੇ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਇਸਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਸਾਰੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੋਣ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨੂੰ ਦੇਖਦੇ ਹੋ ਜੋ ਇੱਥੇ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹਨ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ, ਨਰਸ ਜਾਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ।

ਤੁਹਾਡੀ ਨਰਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੈਲੀਫੋਨ ਨੰਬਰ ਦੇਵੇਗੀ ਤਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਹਸਪਤਾਲ ਨੂੰ ਉਸ ਸਮੇਂ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕੋ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਠੀਕ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਲਾਹ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਦਿਨ ਜਾਂ ਰਾਤ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੰਬਰਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਫੋਨ ਵਿੱਚ ਸੇਵ ਕਰੋ ਜਾਂ ਕਿਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਥਾਂ 'ਤੇ ਰੱਖੋ।

## ਸੰਕ੍ਰਮਣ

ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਤੁਹਾਡੇ ਖੂਨ ਵਿੱਚ ਚਿੱਟੀਆਂ ਲਹੂ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਨੂੰ ਵੀ ਘਟਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸਨੂੰ ਨਿਊਟ੍ਰੋਪੀਨੀਆ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸਦੇ ਕਾਰਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਵੱਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸੰਪਰਕ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਉਸੇ ਵੇਲੇ ਹਸਪਤਾਲ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਜੇ:

- ਤੁਹਾਡਾ ਤਾਪਮਾਨ  $37.5^{\circ}\text{C}$  ( $99.5^{\circ}\text{F}$ ) ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਚਲਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ
- ਤੁਸੀਂ ਅਚਾਨਕ ਬੀਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਇੱਥੋਂ ਤਕ ਕਿ ਠੀਕ ਤਾਪਮਾਨ ਦੇ ਨਾਲ ਵੀ
- ਤੁਹਾਡਾ ਤਾਪਮਾਨ  $36^{\circ}\text{C}$  ( $96.8^{\circ}\text{F}$ ) ਤੋਂ ਹੇਠਾਂ ਚਲਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਦੇ ਲੱਛਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ:
  - ਗਰਮੀ ਜਾਂ ਠੰਡ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣਾ
  - ਕਾਂਬਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ
  - ਦੁਖਦਾ ਗਲਾ
  - ਖੰਘ ਜਾਂ ਸਾਹ ਦੀ ਕਮੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ
  - ਦਸਤ
  - ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਾਰ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਣਾ।

ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਚਿੱਟੀਆਂ ਲਹੂ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਅਗਲੇ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮੁੜ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਹੋਰ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਕਰਵਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਖੂਨ ਦੀ ਜਾਂਚ ਹੋਵੇਗੀ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਚਿੱਟੀਆਂ ਲਹੂ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਅਜੇ ਵੀ ਘੱਟ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਵਿੱਚ ਦੇਰੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਵਾਰ ਤੁਹਾਨੂੰ G-CSF ਨਾਮਕ ਦਵਾਈ ਦੇ ਇੰਜੈਕਸ਼ਨ ਲਗਾਏ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਜੋ ਵਧੇਰੇ ਚਿੱਟੀਆਂ ਲਹੂ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਬੇਨ ਮੈਰੋ ਦੀ ਮਦਦ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ।

## ਅਨੀਮੀਆ

ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਤੁਹਾਡੇ ਖੂਨ ਵਿੱਚ ਲਾਲ ਲਹੂ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਨੂੰ ਘਟਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਥਕਾਵਟ ਅਤੇ ਸਾਹ ਚੜ੍ਹਿਆ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜਿਹਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨੂੰ ਦੱਸੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ਾਇਦ ਵਾਧੂ ਲਾਲ ਲਹੂ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ (ਬਲੱਡ ਟ੍ਰਾਂਸਫਿਊਜ਼ਨ) ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਸ਼ਾਇਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਲਾਲ ਲਹੂ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੀ ਮਦਦ

## ਨੀਲ ਪੇਂਟ ਅਤੇ ਖੂਨ ਦਾ ਰਿਸਾਅ

ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਤੁਹਾਡੇ ਖੂਨ ਵਿੱਚ ਪਲੇਟਲੈੱਟਾਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਨੂੰ ਘਟਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪਲੇਟਲੈੱਟ ਉਹ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਹਨ ਜੋ ਖੂਨ ਦੇ ਜੰਮਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਨੀਲ ਪਿਆ ਹੈ ਜਾਂ ਖੂਨ ਦਾ ਰਿਸਾਅ ਹੋਇਆ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨੂੰ ਦੱਸੋ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਨੱਕ ਤੋਂ ਖੂਨ ਵਗਣਾ, ਮਸੂੜਿਆਂ ਤੋਂ ਖੂਨ ਵਗਣਾ, ਚਮੜੀ ਉੱਤੇ ਖੂਨ ਦੇ ਧੱਬੇ ਜਾਂ ਧੱਫੜ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਇਦ ਵਾਧੂ ਪਲੇਟਲੈੱਟ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇ।

ਬਹੁਤ ਥਕਾਵਟ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ ਇੱਕ ਆਮ ਮਾੜਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੈ। ਇਹ ਅਕਸਰ ਇਲਾਜ ਦੇ ਅਖੀਰ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਵੀ ਬਦਤਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਖਤਮ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਲਈ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਲੋੜ ਮੁਤਾਬਕ ਵਧ ਤੋਂ ਵਧ ਆਰਾਮ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਇਹ ਕੁਝ ਹਲਕੀ ਕਸਰਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਛੋਟੀ ਜਿਹੀ ਪੈਦਲ ਸੈਰ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਉਠਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਵਾਹਨ ਜਾਂ ਮਸ਼ੀਨ ਨਾ ਚਲਾਓ।



## ਜੀਅ ਕੱਚਾ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਮਤਲੀ ਆਉਣਾ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੀਮੇਥੈਰੇਪੀ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਜੀਅ ਕੱਚਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਇਸ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਤਲੀ ਦੂਰ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈਆਂ (ਦਵਾ) ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬਿਲਕੁਲ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲਓ ਜਿਵੇਂ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ, ਨਰਸ ਜਾਂ ਫ਼ਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਮਝਾਇਆ ਹੈ। ਜੇ ਅਜੇ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਮਤਲੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਜਿੰਨੀ ਛੇਤੀ ਹੋ ਸਕੇ ਹਸਪਤਾਲ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਲਾਹ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ ~~ਵਾਲੇ ਬੁਝਾਨ~~ ~~ਕੇ~~ ਕੋਈ ਅਜਿਹੀ ਦਵਾਈ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਬੇਹਤਰ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੋਵੇ।

ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਮਾੜਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਬਹੁਤ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਸਾਰੀਆਂ ਕੀਮੇਥੈਰੇਪੀ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਲ ਨਹੀਂ ਝੜਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਦਵਾਈਆਂ ਨਾਲ ਸਿਰਫ ਥੋੜ੍ਹੀ ਹੀ ਵਾਲ ਝੜਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਪੂਰੇ ਵਾਲ ਝੜ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਸਰੀਰ ਦੇ ਵਾਲ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਸਮਝਾਉਣਗੇ ਕਿ ਕੀ ਕੁਝ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਵੀ ਸਲਾਹ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਆਪਣੇ ਵਾਲਾਂ ਅਤੇ ਸਿਰ ਦੀ ਚਮੜੀ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਵਿਗ ਜਾਂ ਹੇਅਰਪੀਸ (ਨਕਲੀ ਵਾਲ) ~~ਬੋਰੇਫੋਰਿਕ ਪੁੱਛ ਲਓ~~ ~~ਦੇ~~ ~~ਹਨ~~, ਤਾਂ ਅਜਿਹਾ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ 2 ਤੋਂ 3 ਹਫ਼ਤੇ ਬਾਅਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਵਾਰ ਇਹ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਇਲਾਜ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੁਝ ਮਹੀਨਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵਾਲ ਵਾਪਸ ਆਉਣੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸਕਾਲਪ ਕੂਲਿੰਗ ਜਾਂ ਕੋਲਡ ਕੈਪ ਨਾਮਕ ਚੀਜ਼ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਕੇ ਵਾਲਾਂ ਦਾ ਝੜਨਾ ਘਟਾ ਸਕੋ। ਇਹ ਇਲਾਜ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਰ ਦੀ ਚਮੜੀ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਹਰ ਕੋਈ ਸਕਾਲਪ ਕੂਲਿੰਗ ਨਹੀਂ ਲਗਾ ਸਕਦਾ, ਪਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਨਰਸ ਨੂੰ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਲਾਭਕਾਰੀ ਰਹੇਗਾ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।

## ਕਬਜ਼

ਕੀਮੇਥੈਰੇਪੀ ਦੇ ਕਾਰਨ ਕਬਜ਼ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕਾਫੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਪੀਣਾ, ਵੱਧ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਫਾਈਬਰ ਯੁਕਤ ਭੋਜਨ ਖਾਣਾ, ਅਤੇ ਹਲਕੀ ਕਸਰਤ ਮਦਦਗਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਫਿਰ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਬਜ਼ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ਾਇਦ ਲੈਕਸੇਟਿਵ ਨਾਮਕ ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ।

## ਦੱਸਤ

ਕੀਮੇਥੈਰੇਪੀ ਦੇ ਕਾਰਨ ਦੱਸਤ ਵੀ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸ ਦੇਣਗੇ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਨਾਲ ਅਜਿਹਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਵੀ ਦੱਸਣਗੇ ਕਿ ਅਜਿਹਾ ਹੋਣ ਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਦੋਂ ਹਸਪਤਾਲ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸਦੇ ਲਈ ਦਵਾਈਆਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਤ ਲੱਗੇ ਹਨ ਤਾਂ ਇਹ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਾਤਰਾ

## ਮੂੰਹ ਪੱਕਾ

ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਮੂੰਹ ਪੱਕ ਜਾਵੇ ਜਾਂ ਸੁੱਕ ਜਾਏ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਛੋਟੇ ਛਾਲੇ ਵੀ ਦਿਖਾਈ ਦੇਣ। ਕਾਫੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਪੀਣਾ ਅਤੇ ਨਰਮ ਬੁਰਸ਼ ਦੇ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਦੰਦਾਂ ਨੂੰ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਸਾਫ਼ ਕਰਨਾ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਗਰਮ ਅਤੇ ਮਸਾਲੇ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ ਨਾ ਖਾਓ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਜਲਨ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਮੂੰਹ ਪੱਕਿਆ ਹੋਇਆ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨੂੰ ਦੱਸੋ। ਉਹ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨਗੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਾਊਥਵਾਸ਼ ਜਾਂ ਦਵਾਈ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ।

## ਭੁੱਖ ਮਰ ਜਾਣਾ

ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਭੁੱਖ ਲੱਗਣੀ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਤਕ ਜਾਂ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਤਕ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਲੋੜੀਂਦੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਖਾ ਨਹੀਂ ਰਹੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਭਾਰ ਘੱਟ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਭੁੱਖ ਵਧਾਉਣ ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਭਾਰ ਨੂੰ ਕਾਇਮ ਰੱਖਣ ਲਈ ਤੁਰੰਕੇ ਸਲਾਹ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਭੋਜਨ ਦਾ ਸਵਾਦ ਬਦਲਿਆ ਹੋਇਆ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਅਜੀਬ ਜਿਹਾ ਸਵਾਦ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਮਿੱਠੇ-ਰਹਿਤ ਗੋਲੀਆਂ ਜਾਂ ਮਿੱਟ ਚੂਸਣਾ ਮਦਦਗਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਲਾਜ ਦੇ ਖਤਮ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਸਧਾਰਨ ਸਵਾਦ ਵਾਪਸ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

**ਨਸਾਂ ਉੱਤੇ ਅਸਰ**

ਕੁਝ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦਵਾਈਆਂ ਸਰੀਰ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਨਸਾਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸਦੇ ਕਾਰਨ ਸੁੰਨਤਾ, ਝੁਣਝੁਣੀ ਜਾਂ ਦਰਦ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹਾ ਅਨੁਭਵ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਹੱਥਾਂ ਅਤੇ ਪੈਰਾਂ ਦੀਆਂ ਉਂਗਲੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਅਜਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨੂੰ ਦੱਸੋ। ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਖਤਮ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ, ਇਹ ਵਧੇਰੇ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਤਕ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ।

**ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਕੋਈ ਗੰਭੀਰ ਮਾੜਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਸ ਵੇਲੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦੱਸਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਭਾਵੇਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਇੱਥੇ ਜ਼ਿਕਰ ਨਹੀਂ ਵੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੋਵੇ।**

## ਹੋਰ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਜਾਣਕਾਰੀ

### ਖੂਨ ਦੇ ਥੱਕੇ

ਕੈਂਸਰ ਅਤੇ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦੋਵੇਂ ਖੂਨ ਦੇ ਥੱਕੇ ਬਣਨ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਵਧਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਖੂਨ ਦੇ ਥੱਕੇ ਕਾਰਨ ਇਹ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- ਬਾਂਹ ਜਾਂ ਲੱਤ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਲਾਲੀ ਜਾਂ ਸੋਜਸ਼
- ਸਾਹ ਚੜ੍ਹਨਾ ਜਾਂ ਖੰਘ ਆਉਣਾ
- ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਦਰਦ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਲੱਛਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਸੇ ਵੇਲੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਖੂਨ ਦਾ ਥੱਕਾ ਬਣਨਾ ਇੱਕ ਗੰਭੀਰ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ ਪਰ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਇਸਦਾ ਇਲਾਜ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ।

### ਹੋਰ ਦਵਾਈਆਂ

ਕੁਝ ਦਵਾਈਆਂ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜਾਂ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋਵੋ ਤਾਂ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਉਹ ਦਵਾਈਆਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਦੁਕਾਨ ਜਾਂ ਕੈਮਿਸਟ ਤੋਂ ਖਰੀਦ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਜੇ ਵੀ ਦਵਾਈਆਂ ਲਿਖ ਕੇ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਖਰੀਦੀਆਂ ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦੱਸੋ, ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਵਿਟਾਮਿਨ, ਹਰਬਲ ਦਵਾਈਆਂ, ਪੂਰਕ ਥੈਰੇਪੀਆਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

**ਜਣਨਯੋਗਤਾ**

ਤੁਹਾਡਾ ਇਲਾਜ ਸ਼ਾਇਦ ਤੁਹਾਡੇ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋਣ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਗਰਭਵਤੀ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਚਿੰਤਤ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

## ਗਰਭ-ਨਿਰੋਧ

ਹੇ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਇਲਾਜ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗਰਭਵਤੀ ਨਾ ਹੋਣ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਗਰਭਵਤੀ ਨਾ ਬਣਾਉਣ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ ਦੇਵੇ। ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਗਰਭ-ਨਿਰੋਧ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

### ਸੰਭੋਗ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਲੈਣ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਸੰਭੋਗ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੰਡੋਮ ਜਾਂ ਡੈਂਟਲ ਡੈਮ ਵਰਤਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦਵਾਈਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਤ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

### ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣਾ

ਇਲਾਜ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਜਾਂ ਇਸਦੇ ਖਤਮ ਹੋਣ ਤੋਂ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਬਾਅਦ ਤਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੁੱਧ ਨਹੀਂ ਚੁੰਘਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ।

ਅਜਿਹਾ ਇਸ ਲਈ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਮਾਂ ਦੇ ਦੁੱਧ ਰਾਹੀਂ ਬੱਚੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

### ਮੈਡੀਕਲ ਅਤੇ ਡੈਂਟਲ ਇਲਾਜ

ਜੇ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਕਾਰਨ ਤੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰਾਂ ਜਾਂ ਨਰਸਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਕਰਵਾ ਰਹੇ ਹੋ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਦਾ ਨਾਂ ਦੱਸੋ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਸਲਾਹ ਮੰਗ ਸਕਣ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੰਦਾਂ-ਸਬੰਧੀ ਇਲਾਜ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਪਣੇ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਕਰਵਾ ਰਹੇ ਹੋ।

### ਟੀਕਾਕਰਣ

ਟੀਕਾਕਰਣ ਕੁਝ ਲਾਗਾਂ ਹੋਣ ਦੇ ਤੁਹਾਡੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਡਾਕਟਰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਲਾਹ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕੈਂਸਰ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਫਲੂ ਅਤੇ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਦਾ ਟੀਕਾਕਰਣ ਕਰਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਦੋਵੇਂ

ਅਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਟੀਕਾਕਰਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਲਾਗ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕਮਜ਼ੋਰ ਇਮਿਊਨਿਟੀ ਸਿਸਟਮ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਇਹ ਟੀਕਾਕਰਣ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਲਾਈਵ ਟੀਕੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਇਮਿਊਨਿਟੀ ਸਿਸਟਮ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਾਈਵ ਟੀਕੇ ਲਗਾਉਣ ਤੋਂ ਗੁਰੇਜ਼ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹਾ ਇਸ ਕਰਕੇ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੀਮਾਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

### ਯਾਤਰਾ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਲਾਜ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਵਿਦੇਸ਼ ਯਾਤਰਾ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨੂੰ ਦੱਸੋ। ਹੇ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੁਸੀਂ ਕੁਝ ਟੀਕੇ ਨਾ ਲਗਵਾ ਸਕੋ। ਉਹ ਇਹ ਵੀ ਦੇਖਣਗੇ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਉਡਾਣ ਭਰਨਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।

ਧੁੱਪ ਵਿੱਚ ਵਾਧੂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨਾ ਯਾਦ ਰੱਖੋ। ਕੁਝ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦਵਾਈਆਂ ਤੁਹਾਡੀ ਚਮੜੀ ਦੇ ਸੜ ਜਾਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਵਧਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

### ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਕੰਮ ਕਰਨਾ

ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੰਮ ਤੋਂ ਛੁੱਟੀ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵਿੱਤੀ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਰਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਲਾਹ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਪਲਬਧ ਮਦਦ ਬਾਰੇ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਕੰਮ ਅਤੇ ਕੈਂਸਰ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਅਤੇ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਬੈਨੇਫਿਟਸ ਦਾ ਦਾਅਵਾ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

## ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਹੀ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨੀ

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਨਹੀਂ ਬੋਲਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ਾਇਦ ਇਹ ਚਿੰਤਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ 'ਤੇ ਅਸਰ ਪਵੇਗਾ। ਪਰ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਦੇਖਭਾਲ, ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਸਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਕਈ ਵਾਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਇਦ ਸਹੀ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਵਾਧੂ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ, ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਪਰਿਵਾਰ ਹੈ ਤਾਂ ਹਸਪਤਾਲ ਦੀਆਂ ਅਪੋਇੰਟਮੈਂਟਾਂ 'ਤੇ ਜਾਣ ਵਾਸਤੇ ਸਮਾਂ ਕੱਢਣਾ ਔਖਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੈਸੇ ਅਤੇ ਆਵਾਜਾਈ ਦੇ ਖਰਚਿਆਂ ਬਾਰੇ ਵੀ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਹੋਣ। ਇਹ ਸਭ ਕੁਝ ਤਣਾਅ ਭਰਿਆ ਤੇ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਔਖਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਮਦਦ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਸਾਡੀ ਮੁਫਤ ਸਹਾਇਤਾ ਲਾਈਨ **0808 808 00 00** ਤੁਹਾਡੀ ਸਥਿਤੀ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਸਲਾਹ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਨਰਸਾਂ, ਵਿੱਤੀ ਗਾਈਡਾਂ, ਵੈਲਫੇਅਰ ਰਾਈਟਸ ਸਲਾਹਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਵਰਕ ਸਪੋਰਟ ਸਲਾਹਕਾਰਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਅਸੀਂ ਕੈਂਸਰ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਮੈਕਮਿਲਨ ਗ੍ਰਾਂਟਾਂ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਵੀ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਇਹ ਇਕਮੁਸ਼ਤ ਭੁਗਤਾਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਹਨਾਂ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਹਸਪਤਾਲ ਦੀ ਪਾਰਕਿੰਗ, ਸਫ਼ਰ ਦੇ ਖਰਚਿਆਂ, ਬਾਲ ਦੇਖਭਾਲ ਜਾਂ ਹੀਟਿੰਗ ਦੇ ਬਿੱਲਾਂ ਵਗੈਰਾ ਵਾਸਤੇ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

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

ਮੈਕਮਿਲਨ ਵਿਖੇ, ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਕੈਂਸਰ ਰੋਗ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹਰ ਚੀਜ਼ 'ਤੇ ਅਸਰ ਪਾ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਇੱਥੇ ਮੌਜੂਦ ਹਾਂ।

#### ਮੈਕਮਿਲਨ ਸਪੋਰਟ ਲਾਈਨ

ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸਿਰਫ਼ ਸਾਨੂੰ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਉਸ ਭਾਸ਼ਾ ਦਾ ਨਾਮ ਦੱਸੋ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਵਰਤਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਅਸੀਂ ਡਾਕਟਰੀ ਸਵਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਮਾਲੀ ਸਹਾਇਤਾ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕੋ ਤਾਂ ਉਸਦੇ ਲਈ ਅਸੀਂ ਮੌਜੂਦ ਹਾਂ। ਇਹ ਮੁਫਤ, ਗੁਪਤ ਫੋਨ ਲਾਈਨ **ਵੈੱਬ ਚੈਟ** 7 ਦਿਨ, ਸਵੇਰੇ 8 ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 8 ਵਜੇ ਤੱਕ ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਸਾਨੂੰ **0808 808 00 00** 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

ਤੁਸੀਂ ਸਾਨੂੰ ਇੱਕ ਵੈੱਬ ਚੈਟ ਸੁਨੇਹਾ ਭੇਜ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਇਹ ਦੱਸਿਆ ਹੋਵੇ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਸਾਨੂੰ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਹੜੀ ਭਾਸ਼ਾ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਸੇ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਾਂਗੇ। 'Chat to us' ('ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਚੈਟ ਕਰੋ') ਬਟਨ 'ਤੇ ਕਲਿਕ ਕਰੋ, ਜੇ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਦੇ ਸਾਰੇ ਪੰਨਿਆਂ 'ਤੇ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਜਾਂ ਇੱਥੇ ਜਾਓ [macmillan.org.uk/talktous](https://macmillan.org.uk/talktous)  
**ਮੈਕਮਿਲਨ ਵੈੱਬਸਾਈਟ**

ਸਾਡੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ ਬਾਰੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ।

[macmillan.org.uk/translations](https://macmillan.org.uk/translations) 'ਤੇ ਹੋਰਨਾਂ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਅਸੀਂ ਸਿਰਫ਼ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਵੀ ਅਨੁਵਾਦਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਸਾਨੂੰ

[cancerinformationteam@macmillan.org.uk](mailto:cancerinformationteam@macmillan.org.uk) 'ਤੇ ਈਮੇਲ ਕਰਕੇ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

## ਸੂਚਨਾ ਕੇਂਦਰ

ਸਾਡੇ ਸੂਚਨਾ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਕੇਂਦਰ ਹਸਪਤਾਲਾਂ, ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀਆਂ ਅਤੇ ਮੋਬਾਈਲ ਸੈਂਟਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸਥਿਤ ਹਨ। ਲੋੜੀਂਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਕੇਂਦਰ ਵਿਖੇ ਜਾਓ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਆਹਮੋ-ਸਾਹਮਣੇ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਆਪਣਾ ਨੇੜਲਾ ਸੈਂਟਰ [macmillan.org.uk/informationcentres](http://macmillan.org.uk/informationcentres) ਤੋਂ ਲੱਭੋ ਜਾਂ ਸਾਨੂੰ

**0808 808 00 00** 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

## ਸਥਾਨਕ ਸਪੋਰਟ ਗਰੁੱਪ

ਸਪੋਰਟ ਗਰੁੱਪ ਵਿਖੇ, ਤੁਸੀਂ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਹੋਰਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿਚਲੇ ਸਪੋਰਟ ਗਰੁੱਪਾਂ ਬਾਰੇ [macmillan.org.uk/supportgroups](http://macmillan.org.uk/supportgroups) ਤੋਂ ਪਤਾ ਲਗਾਓ ਜਾਂ ਸਾਨੂੰ **0808 808 00**

**00** 'ਤੇ ਸਾਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ।

## ਮੈਕਮਿਲਨ ਆਨਲਾਈਨ ਕਮਿਊਨਿਟੀ

ਤੁਸੀਂ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਹੋਏ ਹੋਰਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ [macmillan.org.uk/community](http://macmillan.org.uk/community) 'ਤੇ ਆਨਲਾਈਨ ਵੀ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਅਨੁਭਵ ਸਾਂਝੇ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਸਵਾਲ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਬਸ ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਪੇਸ਼ਟਾਂ ਪੜ੍ਹ ਸਕਦੇ ਹੋ।

## ਸ਼ਬਦ ਸੂਚੀ

ਸ਼ਬਦ	ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ	ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਕਿਵੇਂ ਬੋਲਣਾ ਹੈ	ਅਰਥ
PICC ਲਾਈਨ	PICC line	/ਪੀ.ਆਈ.ਸੀ.ਸੀ. ਲਾਈਨ/	ਇਕ ਪਤਲੀ ਟਿਊਬ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਬਾਂਹ ਦੀ ਨੱਸ ਵਿੱਚ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦੇਣ ਲਈ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸਦਾ ਇੱਕ ਸਿਰਾ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਬਾਹਰ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।
ਸਰਜਰੀ	Surgery	/ਸਰਜਰੀ/	ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਕਰਵਾਉਣਾ।
ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ	Benign	/ਬਿਨਾਈਨ/	ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਗੰਢ ਜੋ ਕੈਂਸਰ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਫੈਲ ਸਕਦੀ।
ਸੈਂਟ੍ਰਲ ਲਾਈਨ	Central line	/ਸੈਂਟ੍ਰਲ ਲਾਈਨ/	ਇਕ ਪਤਲੀ ਟਿਊਬ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਛਾਤੀ ਦੀ ਨੱਸ ਵਿੱਚ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦੇਣ ਲਈ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸਦਾ ਇੱਕ ਸਿਰਾ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਬਾਹਰ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।
ਕਬਜ਼	Constipation	/ਕੌਂਸਟਿਪੇਸ਼ਨ/	ਜਦੋਂ ਟੱਟੀ ਕਰਨ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੁਸ਼ਕਲ ਜਾਂ ਦਰਦ ਹੋਵੇ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉੱਨੀ ਵਾਰ ਟੌਇਲੇਟ ਨਾ ਜਾਓ ਜਿੰਨੀ ਵਾਰ ਅਕਸਰ ਤੁਸੀਂ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਟੱਟੀ ਸਖਤ ਅਤੇ ਢੇਲੇਦਾਰ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।
ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ	Cells	/ਸੈੱਲਜ਼/	ਛੋਟੇ ਛੋਟੇ ਬਿਲਡਿੰਗ ਬਲਾਕ ਜੋ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗਾਂ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂਆਂ ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ ਕਰਦੇ ਹਨ।
ਘਾਤਕ	Malignant	/ਮੈਲਿਗਨੈਂਟ/	ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹੀ ਗੰਢ ਜੋ ਕੈਂਸਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਫੈਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।
ਚਿੱਟੀਆਂ ਖੂਨ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ	White blood cells	/ਵ੍ਹਾਈਟ ਬਲੱਡ ਸੈੱਲਜ਼/	ਸਾਡੇ ਖੂਨ ਵਿੱਚ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਜੋ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਨਾਲ ਲੜਦੀਆਂ ਹਨ।
ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਣਾ	Cured	/ਕਯੂਰਡ/	ਜਦੋਂ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ ਦੀਆਂ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਨਾ ਬਚੀਆਂ ਹੋਣ।

ਦਸਤ	Diarrhoea	/ਡਾਇਰੀਆ/	ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਲੀ ਜਾਂ ਪਾਣੀ ਵਰਗੀ ਟੱਟੀ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਧਾਰਨ ਨਾਲੋਂ ਵੱਧ ਵਾਰੀ ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਹੀ ਜਲਦੀ ਟੌਇਲੇਟ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਢਿੱਡ ਵਿੱਚ ਵੀ ਦਰਦ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।
ਬਿੰਬਾਣੂ	Platelets	/ਪਲੇਟਲੈੱਟਸ/	ਉਹ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਜੋ ਖੂਨ ਦੇ ਜੰਮਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।
ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ	Side effects	/ਸਾਈਡ ਇਫੈਕਟਸ/	ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਅਣਚਾਹੇ ਪ੍ਰਭਾਵ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਵਾਲਾਂ ਦਾ ਝੜਨਾ, ਜੀਅ ਕੱਚਾ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਥਕਾਵਟ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣਾ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਇਲਾਜ ਖਤਮ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।
ਰਸੌਲੀ	Tumour	/ਟਿਊਮਰ/	ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਸਮੂਹ ਜੋ ਅਸਧਾਰਨ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਫੈਲ ਰਹੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਅਸਧਾਰਨ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਵਧਦੀਆਂ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇੱਕ ਗੰਢ ਦਾ ਰੂਪ ਲੈ ਲੈਂਦੀਆਂ ਹਨ।
ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ	Radiotherapy	/ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ/	ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਉਹ ਇਲਾਜ ਜੋ ਕੈਂਸਰ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਨੂੰ ਮਾਰਨ ਲਈ ਉੱਚ-ਊਰਜਾ ਵਾਲੀਆਂ ਐਕਸ-ਰੇਜ਼ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ।
ਲਸਿਕਾ ਪ੍ਰਣਾਲੀ	Lymphatic system	/ਲਿੰਫੈਟਿਕ ਸਿਸਟਮ/	ਪੂਰੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਵਹਿਣੀਆਂ ਅਤੇ ਗੁੰਠੀਆਂ ਦਾ ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਨੈੱਟਵਰਕ ਜੋ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਨਾਲ ਲੜਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।
ਲਾਲ ਲਹੂ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ	Red blood cells	/ਰੈੱਡ ਬਲੱਡ ਸੈੱਲਜ਼/	ਸਾਡੇ ਖੂਨ ਵਿੱਚ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਜੋ ਸਰੀਰ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਆਕਸੀਜਨ ਲੈ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

## ਤੁਹਾਡੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ:

ਕੈਂਸਰ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ	ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਨਾਲ ਜਿਉਣਾ
<ul style="list-style-type: none"><li>ਛਾਤੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ</li><li>ਵੱਡੀ ਅੰਤੜੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ</li><li>ਫੇਫੜੇ ਦਾ ਕੈਂਸਰ</li><li>ਪ੍ਰੋਸਟੇਟ ਕੈਂਸਰ</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>ਕੈਂਸਰ ਅਤੇ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ</li><li>ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ 'ਤੇ ਬੈਨਿਫਿਟਾਂ ਲਈ ਕਲਮ ਕਰਨਾ</li><li>ਖਾਣ-ਪੀਣ ਸਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਅਤੇ ਕੈਂਸਰ</li><li>ਜੀਵਨ ਦਾ ਅੰਤ</li><li>ਸਿਹਤਮੰਦ ਭੋਜਨ</li><li>ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ 'ਤੇ ਖਰਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ</li><li>ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ – ਇੱਕ ਫ਼ੋਰੀ ਗਾਈਡ</li><li>ਸੈਪਸਿਸ ਅਤੇ ਕੈਂਸਰ</li><li>ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ</li><li>ਥਕਾਵਟ (ਥਕੇਵਾਂ) ਅਤੇ ਕੈਂਸਰ</li></ul>
<b>ਇਲਾਜ</b> <ul style="list-style-type: none"><li>ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ</li><li>ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ</li><li>ਸਰਜਰੀ</li></ul>	

ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਲਈ, ਇੱਥੇ ਜਾਓ [macmillan.org.uk/translations](http://macmillan.org.uk/translations)

## ਹਵਾਲੇ ਅਤੇ ਧੰਨਵਾਦ

ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਮੈਕਮਿਲਨ (Macmillan) ਕੈਂਸਰ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਿਕਾਸ (Macmillan Cancer Support's Cancer Information Development) ਦੀ ਟੀਮ ਦੁਆਰਾ ਲਿਖਿਆ ਅਤੇ ਸੰਪਾਦਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸਦਾ ਅਨੁਵਾਦ, ਇੱਕ ਅਨੁਵਾਦ ਕੰਪਨੀ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤੀ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੈਕਮਿਲਨ ਦੀ ਪੁਸਤਿਕਾ **ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ** ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਾਪੀ ਭੇਜ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਪਰ ਪੂਰੀ ਪੁਸਤਿਕਾ ਸਿਰਫ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਹੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਸਬੰਧਤ ਮਾਹਰਾਂ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਸਾਡੇ ਚੀਫ ਮੈਡੀਕਲ ਐਡੀਟਰ (Chief Medical Editor), ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਟਿਮ ਇਵੇਸਨ (Professor Tim Iveson), ਕੰਸਲਟੈਂਟ ਮੈਡੀਕਲ ਓਨਕੋਲੋਜਿਸਟ (Consultant Medical Oncologist) ਅਤੇ ਮੈਕਮਿਲਨ ਦੇ ਚੀਫ ਮੈਡੀਕਲ ਐਡੀਟਰ (Macmillan Chief Medical Editor) ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਵੀ ਧੰਨਵਾਦ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕੀਤੀ।

ਸਾਡੀ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਬਿਹਤਰੀਨ ਉਪਲਬਧ ਸਬੂਤ ਉੱਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਸਰੋਤਾਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਾਨੂੰ ਇੱਥੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ

[bookletfeedback@macmillan.org.uk](mailto:bookletfeedback@macmillan.org.uk)

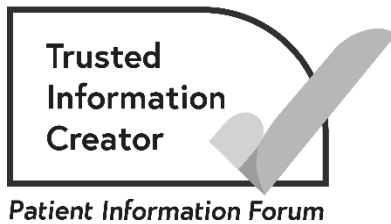
MAC12464\_Punjabi

ਸਮੱਗਰੀ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕੀਤੀ ਗਈ: 2022

ਅਗਲੀ ਯੋਜਨਾਬੱਧ ਸਮੀਖਿਆ: 2025



ਅਸੀਂ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਹਰ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਅਸੀਂ ਬਿਲਕੁਲ ਦਰੁਸਤ ਅਤੇ ਤਾਜ਼ਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੀਏ ਪਰ ਇਸ ਉੱਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਥਿਤੀ ਦੇ ਮੁਤਾਬਕ ਢੁਕਵੀਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਸਲਾਹ ਦੇ ਬਦਲ ਵਜੋਂ ਭਰੋਸਾ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਜਿੱਥੋਂ ਤਕ ਕਨੂੰਨ ਦੁਆਰਾ ਇਜਾਜ਼ਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਮੈਕਮਿਲਨ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਿਸੇ ਵੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਜਾਂ ਇਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਜਾਂ ਹਵਾਲਾ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਤੀਜੀ ਧਿਰ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਾਂ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ ਦੇ ਇਸਤੇਮਾਲ ਦੇ ਸਬੰਧ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ ਹੈ।  
© Macmillan Cancer Support 2022. ਇੰਗਲੈਂਡ ਅਤੇ ਵੇਲਸ (261017), ਸਕਾਟਲੈਂਡ (SC039907) ਅਤੇ ਆਈਲ ਆਫ ਮੈਨ (604) ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਰਜਿਸਟਰਡ ਚੈਰਿਟੀ। ਉੱਤਰੀ ਆਇਰਲੈਂਡ ਵਿੱਚ ਵੀ ਸੰਚਾਲਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਪੰਜੀਕ੍ਰਿਤ ਦਫ਼ਤਰ 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ.





## Chemotherapy

This information is about chemotherapy.

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 chemotherapy as part of their treatment.

Some people also have other treatments such as surgery, radiotherapy, targeted therapies or other anti-cancer drugs. The doctors at the hospital will talk to you about your treatment. We also have information in your language about these treatments.

If you have any questions about this information, ask your doctor, nurse or pharmacist 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 other languages at [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)

### This information is about:

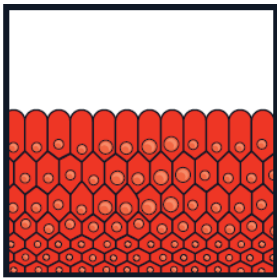
- What is cancer?
- What is chemotherapy?
- When is chemotherapy used?
- Having chemotherapy
- Understanding your treatment
- Tests before treatment
- Where will you have treatment?
- How long does treatment take?
- Changes to your treatment plan
- Side effects
- Other important information
- Getting the right care and support for you
- How Macmillan can help you
- Word list
- More information in your language
- References and thanks

## What is cancer?

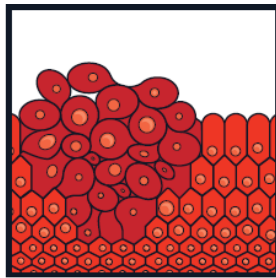
Cancer starts in the cells in our body. Cells are tiny building blocks that make up the body's organs and tissues. Cells receive signals from the body, telling them when to grow and when to divide to make new cells. This is how our bodies grow and heal. These cells can become old, damaged or no longer needed. When this happens, the cell gets a signal from the body to stop working and die.

Sometimes these signals can go wrong, and the cell becomes abnormal. The abnormal cell may keep dividing to make more and more abnormal cells. These can form a lump, called a tumour.

**Normal cells**



**Cells forming a tumour**



Not all tumours are cancer. A tumour that is not cancer (a benign tumour) may grow, but it cannot spread to anywhere else in the body. It usually only causes problems if it grows and presses on nearby organs.

A tumour that is cancer (a malignant tumour) can grow into nearby tissue.

Cancer cells sometimes break away from the first cancer and travel through the blood or lymphatic system to other parts of the body. Cancer cells that spread and develop into a tumour somewhere else in the body are called a secondary cancer.

## What is chemotherapy?

Chemotherapy drugs damage cancer cells so that they die. Healthy cells can also be damaged but they will usually repair themselves.

Chemotherapy can be given in different ways. You may have one or more drugs during your treatment. Most chemotherapy drugs are carried in the blood. This means they can reach cancer cells anywhere in the body.

## When is chemotherapy used?

Chemotherapy can be used on its own or with other types of treatment such as targeted therapies, surgery or radiotherapy. It can be given:

- as the main treatment for certain types of cancer
- before other treatments, to make the cancer smaller
- at the same time as other treatments
- after other treatments, to try to stop the cancer coming back
- to help someone feel better or live longer, if the cancer cannot be cured.

Chemotherapy is also sometimes used to treat conditions that are not cancer.

## Having chemotherapy

You will usually have your chemotherapy as a course of treatment sessions. Each session is followed by some rest days when you have no chemotherapy. This is called a **cycle** of treatment. The number of cycles you have depends on what type of cancer you have. Your cancer doctor will talk to you about how many cycles you need.

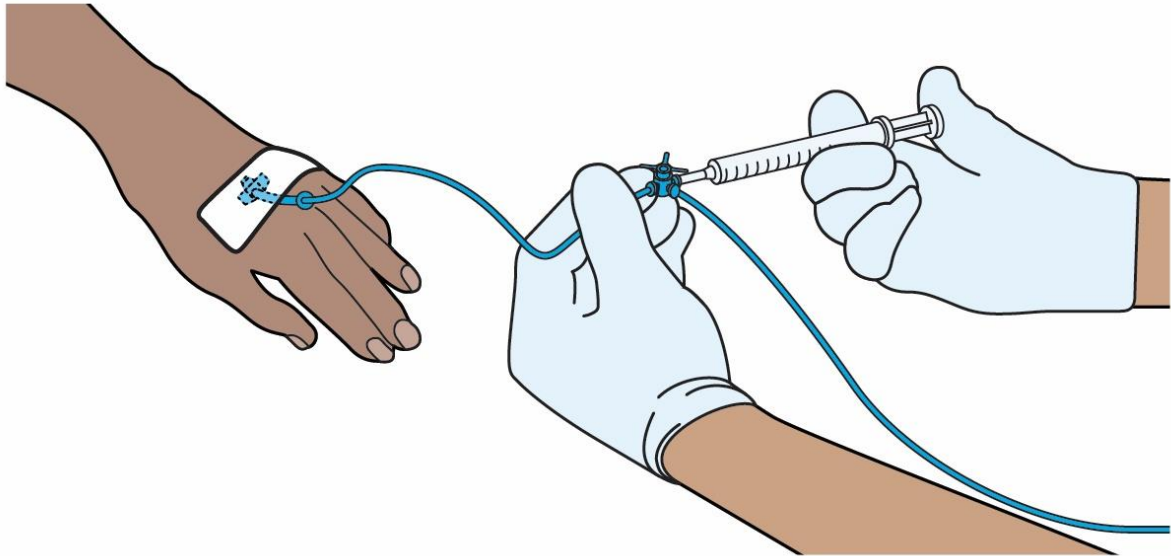
Chemotherapy drugs can be given in different ways. They can be given:

- as an injection or drip into a vein
- as tablets or capsules
- by injection under the skin
- by injection into a muscle
- by injection into the fluid around the spine (intrathecal chemotherapy)
- into an area such as the bladder
- as a cream for some skin cancers.

## Having chemotherapy into a vein

Most chemotherapy drugs are given into a vein. They are usually given through a small tube called a cannula. The nurse will put the cannula into a vein in your hand or arm. The nurse will then connect the cannula to either a fluid bag or a syringe with chemotherapy inside. The cannula will be taken out before you go home.

### A cannula:



Chemotherapy can also be given through a tube in your arm or chest. A line in your arm is called a PICC line. A line in your chest is called a central line. The line stays in during your treatment. Your nurse will talk to you about this if you need one.

### A central line:



## A PICC line:



Many people worry that chemotherapy will be painful, or that they will feel different when it is being given. Having chemotherapy into a vein should not be painful, so tell your nurse straight away if it hurts.

Sometimes, a portable pump can be used to give chemotherapy at home.

### **Having chemotherapy as tablets**

Chemotherapy tablets can be taken at home. Only some types of chemotherapy are tablets. It is important to remember that they can still have side effects.

### **Understanding your treatment**

Before you have treatment, your doctor, nurse or pharmacist 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 sign a form to show that you agree to the treatment and understand its possible side effects. This is called a consent form.

It is a good idea to take someone with you who speaks both your language and English. The hospital may have interpreters, but try to ask for one in advance if you would like one.

Many people are worried at the thought of having chemotherapy. It can help to ask your doctor, nurse or pharmacist any questions you have about your treatment.

## Tests before treatment

You may need some tests before starting your treatment. These help the doctors check that you are well enough to have your treatment. These usually include blood tests and maybe checks of your kidneys or heart. Sometimes, you may need to have x-rays or scans. You will also have your height and weight measured. If you could be pregnant, you may be asked to take a pregnancy test.

Before each treatment, you may have a blood test. This may be on the day of your treatment or a day or two before. Your doctor or nurse will check your blood results and ask you how you have felt since your last treatment.

## Where will you have treatment?

You usually have treatment in a day unit or a hospital ward. Sometimes you can have it at home. You can talk to your doctor, nurse or pharmacist about where you will have treatment. It is important to make sure that this is the safest place for you to have it. You may need to travel for your treatment. Talk to your nurse if you need help getting to hospital or if you need help with the cost of travelling there.

## How long does treatment take?

You can usually have chemotherapy into a vein as a 'day patient'. This means you do not need to stay overnight and you can go home after the treatment. Treatment may take from half an hour to a few hours. Some people may need to stay in hospital for a short time.

Your course of treatment will usually last for a few months. This will depend on what type of cancer you have.

## Changes to your treatment plan

Your doctors use tests to check the effect of the treatment on your body. Sometimes your treatment may need to be delayed or changed to give your body time to recover. Your doctor will talk to you about this.

## Side effects

Chemotherapy drugs can cause side effects that make you feel unwell. This is because they affect healthy cells in your body. Most side effects will get better after treatment ends, but some can last longer. Your doctor, nurse or pharmacist will talk to you about any side effects you may get.

Different drugs cause different side effects. Some people have very few side effects while others may have more.

We describe the most common side effects here. It is unlikely that you will get all of these. If you notice any side effects which are not listed here, or if you have any questions about side effects, ask your doctor, nurse or pharmacist.

**Your nurse will give you telephone numbers so you can call the hospital if you feel unwell or need advice. You can call any time of the day or night. Save these numbers in your phone or keep them somewhere safe.**

## **Infection**

Chemotherapy can reduce the number of white blood cells in your blood. This is called neutropenia. This makes you more likely to get an infection.

Contact the hospital straight away on the contact number you've been given if:

- your temperature goes over 37.5°C (99.5°F)
- you suddenly feel unwell, even with a normal temperature
- your temperature goes below 36°C (96.8°F).
- you have symptoms of an infection, such as:
  - feeling hot or cold
  - feeling shaky
  - a sore throat
  - a cough or feeling short of breath
  - diarrhoea
  - needing to pee a lot.

Your white blood cells usually return to normal before your next treatment. You will have a blood test before having more chemotherapy. If your white blood cells are still low, your doctor may delay your treatment for a short time.

Sometimes you may have injections of a drug called G-CSF to help your bone marrow make more white blood cells.

## **Anaemia**

Chemotherapy can reduce the number of red blood cells in your blood. This can make you feel tired and breathless. Tell your doctor or nurse if you feel like this. You may need to be given extra red blood cells (blood transfusion). Or your doctor may give you drugs to help your body make more red blood cells.

## **Bruising and bleeding**

Chemotherapy can reduce the number of platelets in your blood. Platelets are cells that help the blood to clot. Tell your doctor or nurse if you have any bruising or bleeding. This includes nosebleeds, bleeding gums, blood spots or rashes on the skin. Some people may need to be given extra platelets.

## **Tiredness**

Feeling very tired is a common side effect. It is often worse towards the end of treatment. It can last for some time after your treatment finishes. Try to get as much rest as you need. It helps to also do some gentle exercise such as short walks. If you feel sleepy, do not drive or operate machines.



### **Feeling sick or being sick**

You might feel sick if you have chemotherapy. Your doctor may give you anti-sickness drugs (medicine) to help. Take them exactly as your doctor, nurse or pharmacist explains to you. If you still feel sick, contact the hospital as soon as possible. They can give you advice and change the medicine to one that works better for you.

### **Hair loss**

Many people find this side effect very upsetting. Not all chemotherapy drugs make your hair fall out. Some drugs make some hair fall out. Others can make all of your hair fall out. This can include body hair too. Your doctor or nurse will explain what might happen. They can also give you advice on how to look after your hair and scalp. You can also ask about getting a wig or hairpiece.

If your hair falls out, it usually happens 2 to 3 weeks after starting treatment. Sometimes it can happen within a few days. Hair usually grows back over a few months once you finish treatment.

You may be able to reduce hair loss by using something called scalp cooling or a cold cap. This lowers the temperature of your scalp during treatment. Not everyone can have scalp cooling, but you can ask your nurse whether it would be useful for you.

### **Constipation**

Chemotherapy can cause constipation. Drinking lots of fluids, eating foods with lots of fibre, and taking gentle exercise can help. If you still have constipation, you may need to take a medicine called a laxative. Your doctor can give these to you.

### **Diarrhoea**

Chemotherapy can also cause diarrhoea. Your doctor or nurse will tell you if this might happen with your treatment. They will also tell you when you should contact the hospital if this happens. There are medicines that can help. It is important to drink plenty of fluids if you have diarrhoea.

### **Sore mouth**

Your mouth may become sore or dry, or you may notice small ulcers. Drinking lots of fluids and cleaning your teeth gently with a soft toothbrush can help.

Try to avoid hot and spicy foods that can irritate your mouth. Tell your doctor or nurse if your mouth feels sore. They will check for infection and may give you a mouthwash or medicine to help.

### **Loss of appetite**

Some people lose their appetite. This may last a few days or longer. If you think you are not eating enough, or if you are losing weight, talk to your doctor or nurse. They can suggest ways to increase your appetite and keep to a healthy weight.

### **Taste changes**

You may notice that food tastes different. Some people get a strange taste in their mouth. Sucking on sugar-free sweets or mints may help. Normal taste usually comes back after treatment finishes.

### **Effects on the nerves**

Some chemotherapy drugs can damage some nerves in the body. This can cause numbness, tingling or pain. This feeling usually starts in the fingers and toes. Tell your doctor or nurse if this happens. This usually improves after treatment has finished. For some people, it can last longer.

**It's important to let your doctor know straight away if you feel unwell or have any severe side effects, even if they're not mentioned here.**

### **Other important information**

#### **Blood clots**

Both cancer and chemotherapy can increase the chance of developing a blood clot. A blood clot can cause:

- pain, redness or swelling in an arm or leg
- breathlessness or coughing
- chest pain.

Contact your doctor straight away if you have any of these symptoms. A blood clot is serious but your doctor can treat it with drugs. Your doctor or nurse can give you more information.

#### **Other medicines**

Some medicines can affect chemotherapy or be harmful when you are having it. This includes medicines you can buy in a shop or chemist. Tell your cancer doctor about any drugs you are prescribed or buy, including vitamins, herbal drugs and complementary therapies.

#### **Fertility**

Your treatment may affect your ability to get pregnant or make someone pregnant. If you are worried about this, talk to your doctor or nurse before treatment starts.

#### **Contraception**

Your doctor will advise you not to become pregnant or make someone pregnant during treatment. The chemotherapy may harm a developing baby. It is important to use contraception during your treatment.

#### **Sex**

If you have sex within the first couple of days of having chemotherapy, you need to use a condom or a dental dam. This is to protect your partner from the chemotherapy drugs. Talk to your doctor or nurse if you are worried about this.

#### **Breastfeeding**

You should not breastfeed during treatment or for some time after. This is because chemotherapy could be passed to a baby through breast milk.

#### **Medical and dental treatment**

If you need to go into hospital for any reason other than cancer, always tell the doctors and nurses that you are having chemotherapy. Tell them the name of your cancer doctor so they can ask for advice.

Talk to your cancer doctor or nurse if you need dental treatment. Always tell your dentist you are having chemotherapy.

### **Vaccinations**

Vaccinations can reduce your risk of getting certain infections. Doctors usually recommend that people with cancer have a flu vaccination and a coronavirus vaccination. These are both inactivated vaccinations that can help reduce the risk of infection. People with weak immune systems can have these, as they are not live vaccinations.

If your immune system is weak, you need to avoid live vaccinations. This is because they can make you unwell.

### **Travel**

Talk to your doctor or nurse if you are planning to travel abroad during treatment. You may not be able to have certain vaccines. They will also check if it is safe for you to fly.

Remember to take extra care in the sun. Some chemotherapy drugs can make your skin more likely to burn.

### **Working during chemotherapy**

You may need to take time off work during chemotherapy. Some people need to keep working for financial reasons. Your doctor or nurse can give you advice and tell you about support that is available. We have information about work and cancer and about claiming benefits if you cannot work.

## **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** 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** 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

<b>Word</b>	<b>Meaning</b>
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.
Central line	A thin tube that goes into a vein in your chest. It is used to give chemotherapy. One end stays outside the body.
Constipation	When you find it difficult or painful to poo. You might not be going as often as usual, or your poo might be hard and lumpy.
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.
PICC line	A thin tube that goes into a vein in your arm. It is used to give chemotherapy. One end stays outside the body.
Platelets	Cells that help the blood to clot.
Radiotherapy	A cancer treatment that uses high-energy x-rays to kill cancer cells.
Red blood cells	Cells in our blood that carry oxygen around the 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.
White blood cells	Cells in our blood that fight infection.

## 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>• 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>Living 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>• Sepsis and cancer</li><li>• Side effects of cancer treatment</li><li>• Tiredness (fatigue) and cancer</li></ul>
---	---

To see this information, go to [macmillan.org.uk/translations](https://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 by a translation company.

The information included is based on the Macmillan booklet **Understanding chemotherapy**. 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 Chief Medical Editor, Professor Tim Iveson, Consultant Medical Oncologist and Macmillan Chief Medical Editor.

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 [bookletfeedback@macmillan.org.uk](mailto:bookletfeedback@macmillan.org.uk)

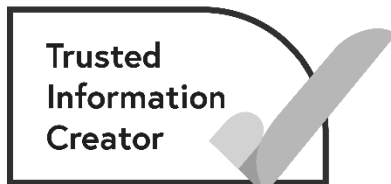
MAC12464\_Punjabi

Content reviewed: 2022

Next planned review: 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. Registered office 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ.



*Patient Information Forum*