

Chemotherapy

ਕੀਮੋਥੈਰਪੀ

Your doctor has told you that you need chemotherapy. You may be worried about how the chemo will make you feel. You are not alone. Many people worry about this.

People experience the side effects from chemotherapy differently. Here are some tips to help you manage your side effects:

- Take your medications as prescribed.
- Make a list of any questions you have and write down how you felt after your treatment.
- Talk with your nurse or doctor about how you felt and ask your questions. They can make changes for the next treatment to make it better.

What is chemotherapy?

Chemotherapy is also called chemo. It is medicine used to treat cancer. Chemotherapy may be given alone. It can also help treatments like surgery or radiation work better.

How does chemotherapy work?

Chemotherapy can:

- stop cells from growing and dividing
- stop cancer cells from travelling to other areas of the body

ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਨੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀਮੋਥੈਰਪੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ਾਇਦ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਫਿਕਰ ਹੋਵੇ ਕਿ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਕੀਮੋਥੈਰਪੀ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੋਗੇ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਇਕੱਲੇ ਨਹੀਂ ਹੋ। ਬਹੁਤ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਸਦਾ ਫਿਕਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਲੋਕ ਕੀਮੋਥੈਰਪੀ ਦਾ ਅਸਰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਕੁਝ ਨੁਕਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀਮੋਥੈਰਪੀ ਦੇ ਅਸਰ ਨੂੰ ਸਹਿਣ ਕਰਨ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੇ ਹਨ:-

- ਆਪਣੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਕਹਿਣ ਅਨੁਸਾਰ ਲਉ।
- ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਾਦ ਆਪਣੇ ਸਵਾਲ ਲਿਖ ਲਉ ਕਿ ਇਲਾਜ ਦੇ ਪਿਛੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤਾ।
- ਤੁਸੀਂ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤਾ ਇਹ ਆਪਣੀ ਨਰਸ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦੱਸੋ। ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਅਗਲੇ ਇਲਾਜ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਸੁਖਾਲ ਲਈ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਕੀਮੋਥੈਰਪੀ ਕੀ ਹੈ?

ਕੀਮੋਥੈਰਪੀ ਨੂੰ ਕੀਮੋ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਦਵਾਈ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਹੈ। ਕੀਮੋਥੈਰਪੀ ਇਕੱਲੀ ਵੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਅਤੇ ਇਹ ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਤੇ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਦੇ ਨਾਲ ਇਲਾਜ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਕ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਕੀਮੋਥੈਰਪੀ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ?

ਕੀਮੋਥੈਰਪੀ:

- ਕੈਂਸਰ ਵਾਲੇ ਸੈਲਾਂ (Cells) ਨੂੰ ਵਧਣ ਤੋਂ ਰੋਕ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਸੈਲਾਂ ਨੂੰ ਸਰੀਰ ਦੇ ਦੂਸਰੇ ਭਾਗਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾਣ ਤੋਂ ਰੋਕ ਸਕਦੀ ਹੈ।

Chemotherapy

ਕੀਮੋਥੈਰਪੀ

- slow the growth of cancer cells
- shrink cancer before surgery

Chemotherapy works on the whole body so healthy cells can be affected too. This is why you may have side effects. Healthy cells will repair themselves with time.

Side Effects of Chemotherapy may include:

nausea and vomiting *
mouth sores *
appetite changes *
fatigue *
hair loss
fertility issues
infection
diarrhea *
constipation *

* Indicates translated information is available

Remember: You may or may not get some of the side effects from chemotherapy.

- ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਸੈਲਾਂ ਦੇ ਵਧਣ ਦੀ ਰਫ਼ਤਾਰ ਨੂੰ ਘਟਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸੁੰਗੜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਕੀਮੋਥੈਰਪੀ ਸਰੀਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਸੈਲਾਂ ਤੇ ਅਸਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਤੰਦਰੁਸਤ ਸੈਲਾਂ ਤੇ ਵੀ ਅਸਰ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਨਾਲ ਅਣਚਾਹੇ ਅਸਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਤੰਦਰੁਸਤ ਸੈਲ ਸਮੇਂ ਨਾਲ ਆਪੇ ਹੀ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਕੀਮੋਥੈਰਪੀ ਦੇ ਅਣਚਾਹੇ ਅਸਰ ਕੁਝ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

ਦਿਲ ਕੱਚਾ ਹੋਣਾ ਤੇ ਉਲਟੀਆਂ ਆਣੀਆਂ *
ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਛਾਲੇ ਹੋ ਜਾਣੇ *
ਭੁੱਖ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ *
ਬਕਾਵਟ *
ਵਾਲ ਝੜਣੇ
ਗਰਭ ਦੀਆਂ ਸ਼ੱਮਸਿਆਵਾਂ
ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ
ਜਲਾਬ *
ਕਬਜ਼ੀ *

* ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਤੇ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਸੂਚਨਾ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਚੇਤਾ ਰੱਖੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀਮੋਥੈਰਪੀ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਈ ਅਣਚਾਹੇ ਅਸਰ ਸ਼ਾਇਦ ਨਾ ਹੋਣ।

Chemotherapy

ਕੀਮੋਥੈਰਪੀ

How is chemotherapy given?

Chemo is most often given by a needle into a vein (IV or intravenous). When the chemo treatment is finished the needle is removed. Sometimes a thin tube is inserted into a vein and is left in for all your treatments. This is called a PICC or PORT. Chemo is also given by:

- mouth (pill or liquid)
- needle into a muscle (injection)
- rubbing onto the skin (cream)

How often will I get chemotherapy?

Chemo treatments are often called cycles. The number of treatments or cycles given depends on each person's cancer. Treatments may be given:

- daily, weekly or monthly
- continuously by a pump that you wear home

How long does chemo take to give?

Chemo treatments can take a few minutes, several hours or a few days.

Where will I get chemotherapy?

Chemo is usually given in the cancer clinic and you go home the same day. Some treatments are only given in a hospital and you need to stay overnight or longer.

ਕੀਮੋਥੈਰਪੀ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ?

ਕੀਮੋ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਨਾੜੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸੂਈ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ (IV) ਜਦ ਇਲਾਜ ਮੁੱਕ ਜਾਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸੂਈ ਕੱਢ ਲਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਕਦੀ ਕਦੀ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਪਤਲੀ ਸੂਈ ਭਵਿੱਖ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਨਾੜੀ ਦੇ ਵਿੱਚ ਹੀ ਰਹਿਣ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਪਿਕ (PICC) ਜਾਂ ਪੋਰਟ (PORT) ਕਿਹਾ ਜਾਦਾ ਹੈ। ਕੀਮੋ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਵੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ:

- ਮੂੰਹ ਥਾਣੀ (ਗੋਲੀ ਜਾਂ ਪੀਣ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ)
- ਪਿੱਠਾਂ ਵਿੱਚ ਸੂਈ ਨਾਲ (ਟੀਕਾ)
- ਚਮੜੀ ਤੇ ਮਲਣ ਨਾਲ (ਕਰੀਮ)

ਮੈਨੂੰ ਕੀਮੋਥੈਰਪੀ ਕਿੰਨੀ ਵਾਰ ਲੈਣੀ ਪਵੇਗੀ?

ਕੀਮੋ ਦਾ ਇਲਾਜ ਅਕਸਰ ਚਕਰ ਕਰੱਮ (Cycles) ਵਿੱਚ ਕੀਤਾ ਜਾਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਇਲਾਜ ਕਿੰਨੀ ਵਾਰ ਤੇ ਕਿਸ ਚਕਰ ਕਰੱਮ (Cycles) ਵਿੱਚ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਕੈਂਸਰ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਹੈ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਇਲਾਜ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ:

- ਰੋਜ਼, ਹਰ ਹਫ਼ਤੇ ਜਾਂ ਹਰ ਮਹੀਨੇ
- ਜਾਂ ਫਿਰ ਪੰਪ ਦੁਆਰਾ ਜੋ ਕਿ ਘਰ ਵੀ ਲਾਈ ਰੱਖੋ

ਕੀਮੋ ਦੇ ਇਲਾਜ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨਾ ਚਿਰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ?

ਕੀਮੋ ਦੇ ਇਲਾਜ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਮਿੰਟਾਂ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਕਈ ਘੰਟੇ ਤੋਂ ਕਈ ਦਿਨ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਮੈਨੂੰ ਕੀਮੋਥੈਰਪੀ ਕਿੱਥੋਂ ਮਿਲੇਗੀ?

ਕੀਮੋ ਅਕਸਰ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਉਸੇ ਦਿਨ ਘਰ ਚਲੇ ਜਾਂਦੇ ਹੋ। ਕੁਝ ਹੋਰ ਇਲਾਜ ਸਿਰਫ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਹੀ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਿਸ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਾਤ ਜਾਂ ਕਈ ਦਿਨ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।