ਪੰਜਾਬੀ
Punjabi

# ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਵਿਕਲਪ

## ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਇੱਕ ਗਾਇਡ

Bowel Cancer UK
Beating bowel cancer together

## ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸੈਕਸ਼ਨ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਹਨ


3 ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਬਾਰੇ

4 ਅੰਤੜੀਆਂ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

5 ਆਪਣੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ

7 ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ

10 ਇਲਾਜ ਸੰਬੰਧੀ ਫੈਸਲੇ ਲੈਣਾ

11 ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਨੂੰ ਮਿਲਣਾ

12 ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਪੜਾਅ

17 ਇਲਾਜ ਸੰਬੰਧੀ ਵਿਕਲਪ

21 ਸਰਜਰੀ

23 ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਰਿਕਵਰੀ

25 ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ

27 ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ

34 ਟੀਚਾਬੱਧ ਥੈਰੇਪੀ

37 ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ

39 ਫਾਲੋ-ਅੱਪ

40 ਹੋਰ ਉਪਯੋਗੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ

41 ਹੋਰ ਸਹਾਇਤਾ

# ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਬਾਰੇ

**ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਵਿੱਚ ਇਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਅੰਤੜੀਆਂ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਕੀ ਹੈ, ਇਸਦਾ ਇਲਾਜ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਆਮ ਮਾੜੇ ਅਸਰ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਪੂਰਾ ਹੋਣ 'ਤੇ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਇਹ ਵੀ ਉਮੀਦ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ, ਦੋਸਤਾਂ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲਕਰਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਵਿਕਲਪਾਂ ਬਾਰੇ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਢੁੱਕਵੀਂ ਮਦਦ ਮਿਲੇਗੀ।**

ਸ਼ਾਇਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਲੋੜ ਨਾ ਪਵੇ। ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਨੂੰ ਇੱਕ ਵਾਰ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਨ ਦੀ ਬਜਾਏ, ਇੱਕ ਵਾਰ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਸੈਕਸ਼ਨ ਪੜ੍ਹਨਾ ਸੌਖਾ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਣ ਦੇ ਮੁਤਾਬਕ ਲੋੜੀਂਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਲਬਧ ਕਰਵਾਉਣ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

## ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ

ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਹੋਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਹੋਰ ਵੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਉਪਲਬਧ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਲਾਭਦਾਇਕ ਸਿੱਧ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

### ਔਨਲਾਈਨ ਭਾਈਚਾਰੇ

ਤੁਸੀਂ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਸਾਡੇ ਫੋਰਮ ਅਤੇ Facebook ਸਮੂਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਲਈ **bowelcanceruk.org.uk/onlinecommunities** 'ਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ

### ਨਰਸ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਜਾਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੀਆਂ ਨਰਸਾਂ ਨੂੰ **bowelcanceruk.org.uk/nurse** 'ਤੇ ਜਾਕੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

### ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ

ਤੁਸੀਂ **bowelcanceruk.org.uk/ourpublications** 'ਤੇ ਜਾ ਕੇ ਸਾਡੇ ਮੁਫਤ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਡਾਊਨਲੋਡ ਅਤੇ ਆਰਡਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

### ਵੈੱਬਸਾਈਟ

ਤੁਸੀਂ **bowelcanceruk.org.uk** 'ਤੇ ਜਾਕੇ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

### ਸਹਾਇਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

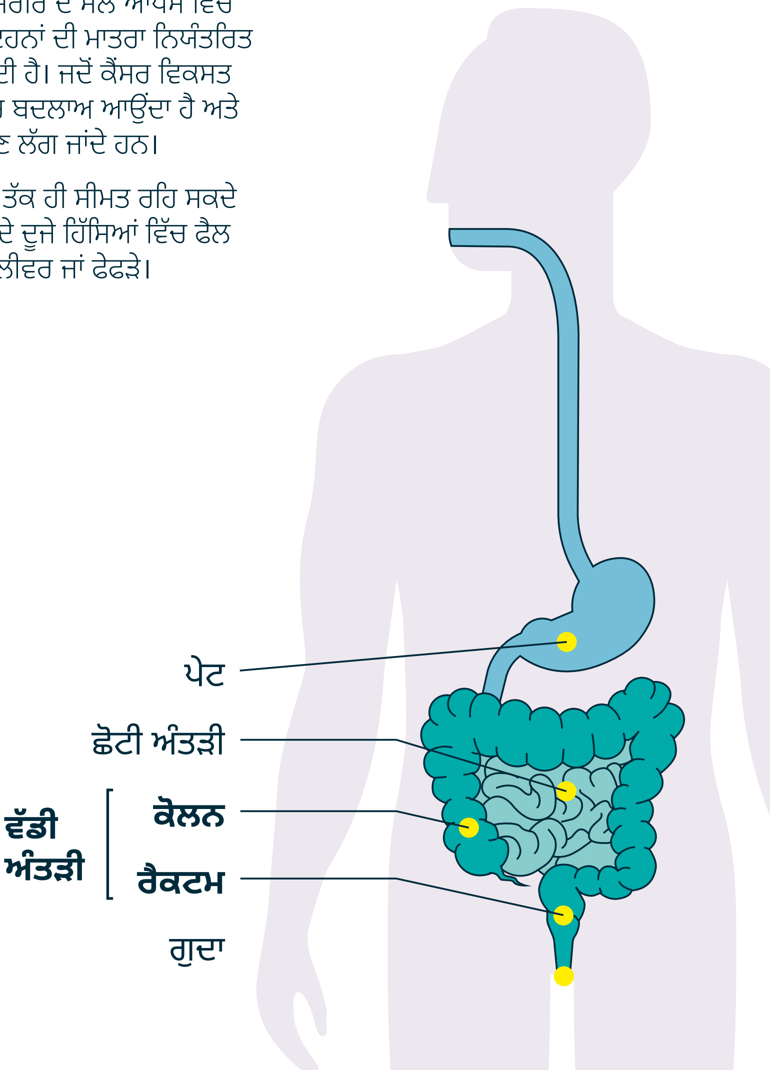
ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਲੋਕਾਂ, ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਦੋਸਤਾਂ ਲਈ ਸਾਡੇ ਸਹਾਇਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਵਿਖੇ ਮਾਹਰਾਂ ਤੋਂ ਬਿਮਾਰੀ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ **bowelcanceruk.org.uk/supportevents** 'ਤੇ ਜਾਓ

# ਅੰਤੜੀਆਂ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

**ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਅਸਰ ਵੱਡੀ ਅੰਤੜੀ 'ਤੇ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਵੱਡੀ ਅੰਤੜੀ ਵਿੱਚ ਕੋਲਨ ਅਤੇ ਰੈਕਟਮ ਨਾਮ ਦੇ ਅੰਗ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਕੋਲੋਰੇਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਨਾਮ ਨਾਲ ਵੀ ਸੁਣਨ ਨੂੰ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਕੈਂਸਰ, ਕੋਲਨ ਜਾਂ ਰੈਕਟਮ ਵਿੱਚ ਹੈ।**

ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਸੈੱਲ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਵੰਡੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਵਧਦੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਕੈਂਸਰ ਵਿਕਸਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਸੈੱਲਾਂ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਅ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਬੇਕਾਬੂ ਹੋਕੇ ਵਧਣ ਲੱਗ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਕੈਂਸਰ ਸੈੱਲ ਅੰਤੜੀਆਂ ਤੱਕ ਹੀ ਸੀਮਤ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਇਹ ਸਰੀਰ ਦੇ ਦੂਜੇ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਫੈਲ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਲੀਵਰ ਜਾਂ ਫੇਫੜੇ।



# ਆਪਣੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ

**ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਚੱਲਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸ ਸਮੇਂ ਤੁਹਾਡੇ ਮਨ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਵਿਚਾਰ, ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਵਾਲ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਤੁਹਾਡੇ ਮਨ ਵਿੱਚ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਆ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਾਲਾਤ ਹੱਥੋਂ ਨਿਕਲਦੇ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸ ਦਾ ਅਸਰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਭਵਿੱਖ ਦੀਆਂ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਟੀਚੇ 'ਤੇ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ।**

ਅੰਤੜੀਆਂ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਹਾਲਾਤ ਹੱਥੋਂ ਨਿਕਲਦੇ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣਾ ਇੱਕ ਆਮ ਗੱਲ ਹੈ। ਬਿਮਾਰੀ ਕਰਕੇ ਆਏ ਬਦਲਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਦਿਓ।

ਇਸ ਨੂੰ ਲੈਕੇ ਹਰ ਇੱਕ ਦਾ ਨਜ਼ਰੀਆ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਹੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇ ਨਾਲ, ਕੁਝ ਲੋਕ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਦਾ ਬਿਹਤਰ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਵਧੇਰੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਜਿਉਣਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਨ ਦੇ ਕਈ ਤਰੀਕੇ ਹਨ, ਜਿਹਨਾਂ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਵਧੇਰੇ ਤਾਕਤ ਨਾਲ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

## ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ

ਹਰ ਕਿਸੇ ਦਾ ਆਪਣੀ ਬਿਮਾਰੀ ਨੂੰ ਲੈਕੇ ਨਜ਼ਰੀਆ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਸਹੀ ਜਾਂ ਗਲਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਲੋਕ ਹੈਰਾਨ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ ਉਹ ਹੁਣ ਕੀ ਕਰਨ ਅਤੇ ਕੁਝ ਲੋਕ ਰੋਣ ਲੱਗ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਗੁੱਸੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਅਤੇ ਡਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਸੁੰਨ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਕਈ ਵਾਰ ਇਨਾਂ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਕਰਨਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਸਭ ਆਮ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆਵਾਂ ਹਨ ਅਤੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਬਦਲ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੋ ਕੁਝ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਦਿਓ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕਾਫੀ ਮਦਦਗਾਰ ਸਾਬਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇੰਝ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕਲੇ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੋ ਜਾਂ ਸ਼ਾਇਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀ, ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਦੋਸਤਾਂ, ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਸਾਥੀਆਂ ਜਾਂ ਗੁਆਂਢੀਆਂ ਦਾ ਸਾਥ ਮਦਦਗਾਰ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਹਰ ਭਾਵਨਾ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਜਾਣ ਕੇ ਰਾਹਤ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਲੱਛਣਾਂ ਦੇ ਕੀ ਕਾਰਨ ਹਨ ਅਤੇ ਹੁਣ ਉਹ ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਭਵਿੱਖੀ ਵਿਕਲਪਾਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚ-ਵਿਚਾਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਮੰਨਣਾ ਹੈ ਕਿ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਰਵੱਈਆ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇੰਝ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੁਝ ਲੋਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਜਾਂ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਨਾ ਹੋਣ ਲਈ ਕਹਿਣ। ਹਰ ਸਮੇਂ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਬਣੇ ਰਹਿਣਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਨਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣਾ ਵੀ ਇੱਕ ਆਮ ਗੱਲ ਹੈ। ਖਿਆਲਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ 'ਤੇ ਹਾਵੀ ਨਾ ਹੋਣ ਦਿਓ, ਖੁਦ ਲਈ ਨਿਮਰ ਬਣੇ ਰਹੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦਿਓ ਅਤੇ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਮਦਦ ਲਵੋ।

## ਮਦਦ ਕਿੱਥੋਂ ਲਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ

ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਪੰਨਾ 3 'ਤੇ ਹੋਰ ਵੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਉਪਲਬਧ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਲਾਭਦਾਇਕ ਸਿੱਧ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਸਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ, ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜਿਹੀਆਂ ਕਈ ਥਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਮੁਤਾਬਕ ਢੁੱਕਵੀਂ ਦੇਖਭਾਲ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

- ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਸਹਾਇਤਾ ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਔਨਲਾਈਨ ਜਾਂ ਆਹਮਣੇ-ਸਾਹਮਣੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ
- ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਸਹਾਇਤਾ ਕੋਲ ਭੇਜਣ ਦੀ ਬੇਨਤੀ ਕਰੋ
- ਮੈਕਮਿਲਨ ਕੈਂਸਰ ਸਪੋਰਟ (Macmillan Cancer Support), ਕੈਂਸਰ ਰਿਸਰਚ ਯੂ.ਕੇ. (Cancer Research UK) ਅਤੇ ਮੈਗੀ'ਸ (Maggie's) ਜਿਹੀਆਂ ਹੋਰ ਚੈਰੀਟੀਆਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਮਦਦਗਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਾਡਾ ਫੋਰਮ ਅਤੇ Facebook ਸਮੂਹ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਕਾਫੀ ਮਦਦਗਾਰ ਸਿੱਧ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਇੱਥੇ ਉਹ ਆਪਣੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਤਜ਼ਰਬਿਆਂ ਬਾਰੇ ਪੜ੍ਹ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇੱਕ-ਦੂਜੇ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ/ਸਮਰਥਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ **bowelcanceruk.org.uk/onlinecommunities** 'ਤੇ ਜਾਕੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ।

# ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ

**ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਦੀ ਟੀਮ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਖੇਤਰਾਂ ‘ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਬਣਾਏ ਰੱਖੇਗੀ। ਇਹਨਾਂ ਨਾਲ ਹਫਤੇ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵਾਰ ਤੁਹਾਡੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਸ ਟੀਮ ਨੂੰ ਬਹੁ-ਵਿਸ਼ਾਗਿਆਨੀ ਟੀਮ (ਐਮ.ਡੀ.ਟੀ) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।**

ਤੁਹਾਡੇ ਸਲਾਹਕਾਰ ਜਾਂ ਮਾਹਰ ਨਰਸ, ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਇਨ੍ਹਾਂ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ‘ਤੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨਗੇ। ਉਹ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਗੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਵੱਲੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਿਫ਼ਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਦੇਖਭਾਲ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਰ ਗੱਲ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਝ ਆਵੇ।

## ਤੁਹਾਡੀ ਐਮ.ਡੀ.ਟੀ. ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਗੇ

### ਕੋਲੋਰੇਕਟਲ ਕਲੀਨਿਕਲ ਨਰਸ ਮਾਹਰ (ਸੀ.ਐਨ.ਐਸ.)

ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵਿੱਚ ਮਾਹਰ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਰਸ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਜਾਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਸੀ.ਐਨ.ਐਸ. ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਪਹਿਲਾ ਸੰਪਰਕ ਬਿੰਦੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ

### ਕੋਲੋਰੇਕਟਲ ਸਰਜਨ

ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੀ ਸਰਜਰੀ ਵਿੱਚ ਮਾਹਰ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਇੱਕ ਡਾਕਟਰ। ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਕੈਂਸਰ ਸਰੀਰ ਦੇ ਹੋਰ ਹਿੱਸਿਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਲੀਵਰ ਜਾਂ ਫੇਫੜਿਆਂ ਤੱਕ ਫੈਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਹੋਰ ਮਾਹਰ ਸਰਜਨ ਇਲਾਜ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

### ਮੈਡੀਕਲ ਅਤੇ ਕਲੀਨਿਕਲ ਔਂਕੋਲੋਜਿਸਟ

ਉਹ ਡਾਕਟਰ, ਜੋ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਜਾਂ ਹੋਰ ਦਵਾਈਆਂ ਨਾਲ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਕਲੀਨਿਕਲ ਔਂਕੋਲੋਜਿਸਟ, ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਨਾਲ ਵੀ ਇਲਾਜ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਅਕਸਰ ਮੈਡੀਕਲ ਅਤੇ ਕਲੀਨਿਕਲ ਔਂਕੋਲੋਜਿਸਟ ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇੰਝ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਹੋਰ ਡਾਕਟਰਾਂ ਤੋਂ ਵੀ ਮਦਦ ਲਈ ਜਾਵੇ।

### ਰੇਡੀਓਲੋਜਿਸਟ

ਉਹ ਡਾਕਟਰ, ਜੋ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਲਈ ਅਲਟਰਾਸਾਊਂਡ, ਸੀ.ਟੀ. (CT), ਪੀ.ਈ.ਟੀ. (PET) ਅਤੇ ਐਮ.ਆਰ.ਆਈ. (MRI) ਜਿਹੇ ਮੈਡੀਕਲ ਇਮੇਜਿੰਗ ਸਕੈਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ ਪੰਨਾ 25 ’ਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

### ਹਿਸਟੋਪੈਥੋਲੋਜਿਸਟ

ਇੱਕ ਮਾਹਰ ਡਾਕਟਰ, ਜੋ ਬਾਇਓਪਸੀ ਜਾਂ ਸਰਜਰੀ ਦੌਰਾਨ ਲਏ ਗਏ ਟਿਸ਼ੂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਉਪਕਰਣਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਪੜਾਅ ਅਤੇ ਗ੍ਰੇਡ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਇਹ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਲਗਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕੈਂਸਰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਇਲਾਜਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਕਰੇਗਾ।

### ਸਟੋਮਾ ਦੇਖਭਾਲ ਮਾਹਰ ਨਰਸ

ਅਸਥਾਈ ਜਾਂ ਸਥਾਈ ਸਟੋਮਾ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਮਾਹਰ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਇੱਕ ਨਰਸ। ਸਟੋਮਾ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਪੰਨਾ 22 ’ਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

## ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

### ਗੈਸਟ੍ਰੋਐਂਟਰੌਲੋਜਿਸਟ

ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਵਿੱਚ ਮਾਹਰ, ਇੱਕ ਡਾਕਟਰ। ਇਹ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਐਂਡੋਸਕੋਪੀ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

### ਥੈਰੇਪੀਟਿਕ ਰੇਡੀਓਗ੍ਰਾਫਰ

ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਨਾਲ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਪੇਸ਼ੇਵਰ।

### ਔਂਕੋਲੋਜੀ ਨਰਸ ਮਾਹਰ

ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਕਰਵਾਉਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਮਾਹਰ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਇੱਕ ਨਰਸ।

### ਖੋਜ ਨਰਸ

ਕਲੀਨਿਕਲ ਟ੍ਰਾਇਲ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈ ਰਹੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਭਰਤੀ, ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਅਤੇ ਸਮਰਥਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ, ਇੱਕ ਨਰਸ।

### ਪੈਲੀਏਟਿਵ ਦੇਖਭਾਲ ਮਾਹਰ

ਇੱਕ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ, ਜੋ ਫੈਲ ਚੁੱਕੇ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਜੀਵਨ ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੇ ਹਨ।

### ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ

ਇੱਕ ਮਾਹਰ, ਜੋ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸੰਭਾਵੀ ਮਾੜੇ ਅਸਰਾਂ ਬਾਰੇ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

### ਸਲਾਹਕਾਰ

ਇੱਕ ਪੇਸ਼ੇਵਰ, ਜੋ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਮੁੱਦਿਆਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਵਿੱਚ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਗੈਰ-ਡਾਕਟਰੀ ਥੈਰੇਪੀਆਂ ਅਤੇ ਤਕਨੀਕਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ।

### ਡਾਇਟੀਸ਼ੀਅਨ ਅਤੇ ਪੋਸ਼ਣ ਵਿਗਿਆਨੀ

ਉਹ ਪੇਸ਼ੇਵਰ, ਜੋ ਖਾਣ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਪੀਣ ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਜ਼ਨ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੇ ਹਨ।

### ਫਿਜ਼ੀਓਥੈਰੇਪਿਸਟ

ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਇੱਕ ਪੇਸ਼ੇਵਰ, ਜੋ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਫਿਰ ਤੋਂ ਤਾਕਤ ਹਾਸਲ ਕਰਨ, ਹਿੱਲ-ਜੁਲ ਅਤੇ ਸੰਤੁਲਨ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

### ਕਿੱਤਾਮੁਖੀ ਥੈਰੇਪਿਸਟ

ਇੱਕ ਪੇਸ਼ੇਵਰ, ਜੋ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਰਜਰੀ ਜਾਂ ਹੋਰ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਤਮ-ਨਿਰਭਰ ਹੋਣ ਅਤੇ ਘਰ ਜਾਂ ਕਾਰਜਸਥਲ ਵਿਖੇ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਪਹਿਲਾਂ ਵਾਂਗ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਜਿਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

### ਕਲੀਨਿਕਲ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀ

ਇੱਕ ਪੇਸ਼ੇਵਰ, ਜੋ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਜਾਂ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਹੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਉਪਲਬਧ ਕਰਵਾਉਂਦਾ ਹੈ।

### ਸਾਇਕੈਟਰਿਸਟ (ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗਾਂ ਦੇ ਮਾਹਰ)

ਇੱਕ ਡਾਕਟਰ, ਜੋ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਜਾਂ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਮੁੱਦਿਆਂ ਲਈ ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਉਪਲਬਧ ਕਰਵਾਉਂਦਾ ਹੈ।

### ਜੀ.ਪੀ. ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰਕ ਨਰਸਾਂ

ਸਿਹਤ ਪੇਸ਼ੇਵਰ, ਜੋ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਘਰ ਵਿੱਚ ਹੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਸੁਵਿਧਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡਾ ਜੀ.ਪੀ. ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਕੋਲ ਭੇਜ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਘਰ ਵਿੱਚ ਹੀ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

## ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵੇਰਵੇ ਲਿਖਣ ਲਈ ਖਾਲੀ ਥਾਂ ਦਿੱਤੀ ਹੋਈ ਹੈ।

ਨਾਮ:

ਅਹੁਦਾ:

ਟੈਲੀ:

ਈਮੇਲ:

ਨਾਮ:

ਅਹੁਦਾ:

ਟੈਲੀ:

ਈਮੇਲ:

ਨਾਮ:

ਅਹੁਦਾ:

ਟੈਲੀ:

ਈਮੇਲ:

**“ਮੇਰੇ ਸਲਾਹਕਾਰ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਮੇਰੀ ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਇੱਕ ਹਿੱਸੇ ਦਾ ਆਪ੍ਰੇਸ਼ਨ ਕਰਕੇ ਇਸਨੂੰ ਹਟਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਮੈਨੂੰ ਮਿਲੀ ਹਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਝਣ ਲਈ ਮਿਲੇ ਸਮੇਂ ਕਰਕੇ, ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਸਹੀ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣ ਦੀ ਹਿੰਮਤ ਮਿਲੀ ਹੈ।”**

**ਸਟੂਅਰਟ**

# ਇਲਾਜ ਸੰਬੰਧੀ ਫੈਸਲੇ ਲੈਣਾ

**ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕਿਹੜਾ ਇਲਾਜ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਕਲਪ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਾਰਕਾਂ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਨਗੇ। ਇੰਝ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੁਝ ਇਲਾਜ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਢੁੱਕਵੇਂ ਨਾ ਹੋਣ।**

ਇਲਾਜ ਸੰਬੰਧੀ ਫੈਸਲੇ ਇਹਨਾਂ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਅੰਤੜੀ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ ਕਿੱਥੇ ਹੈ
- ਟਿਊਮਰ ਦਾ ਆਕਾਰ
- ਕੀ ਕੈਂਸਰ ਤੁਹਾਡੀ ਅੰਤੜੀ ਤੋਂ ਬਾਹਰ, ਲਿੰਫ ਨੋਡਸ ਜਾਂ ਹੋਰ ਅੰਗਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਲੀਵਰ ਜਾਂ ਫੇਫੜਿਆਂ ਵਿੱਚ ਫੈਲ ਗਿਆ ਹੈ
- ਤੁਹਾਡੇ ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣੇ ਸੈੱਲਾਂ ਦੀ ਕਿਸਮ
- ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਵਿੱਚ ਜੀਨਾਂ ਦੇ ਕੁਝ ਸਮੂਹਾਂ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਅ (ਮਿਊਟੇਸ਼ਨ) ਆਏ ਹਨ
- ਕੋਈ ਵੀ ਇਲਾਜ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਲੈ ਚੁੱਕੇ ਹੋ
- ਤੁਹਾਡੀ ਆਮ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ
- ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਹੋਰ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ
- ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਸਥਾਨਕ ਅਤੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼
- ਇਲਾਜ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਏ ਕੋਈ ਵੀ ਮਾੜੇ ਅਸਰ
- ਤੁਹਾਡੀ ਇਲਾਜ ਪ੍ਰਤੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਕਿੰਨੀ ਕੁ ਠੀਕ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ
- ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੋਈ ਢੁੱਕਵੇਂ ਕਲੀਨਿਕਲ ਟ੍ਰਾਇਲ ਉਪਲਬਧ ਹਨ

ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਵਿਕਲਪਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਇਕੱਠੀ ਕਰੇਗੀ। ਉਹ ਦੱਸਣਗੇ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।

ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਵਿਕਲਪਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਕੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੇਗਾ ਅਤੇ ਕੀ ਨਹੀਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਝੋ, ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਚੋਣ ਕਰ ਸਕੇ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਹੋਰ ਸਵਾਲ ਹਨ ਜਾਂ ਇਲਾਜ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡਾ ਮਨ ਬਦਲ ਗਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਟੀਮ ਨਾਲ ਦੁਬਾਰਾ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

# ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਨੂੰ ਪੁੱਛੇ ਜਾ ਸਕਣ ਵਾਲੇ ਸਵਾਲ

**ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਨੂੰ ਮਿਲਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਵਾਲਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਸੂਚੀ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲੈ ਕੇ ਜਾਣਾ ਲਾਭਦਾਇਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਹਨ ਕੁਝ ਉਦਾਹਰਣਾਂ:**

ਮੈਨੂੰ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਕਿਸ ਥਾਂ 'ਤੇ ਹੋਇਆ ਹੈ?

ਮੇਰਾ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਕਿਸ ਪੜਾਅ 'ਤੇ ਹੈ?

ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਕਿਹੜੇ ਇਲਾਜ ਵਿਕਲਪ ਉਪਲਬਧ ਹਨ?

ਜੇ ਮੈਂ ਇਲਾਜ ਨਾ ਕਰਵਾਵਾਂ, ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਸਟੋਮਾ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ? (ਸਟੋਮਾ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ ਪੰਨਾ 22 'ਤੇ ਜਾਓ।)

ਤੁਹਾਡੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਡਾ ਸਲਾਹਕਾਰ ਤੁਹਾਡੇ ਜੀ.ਪੀ. ਨੂੰ ਇੱਕ ਪੱਤਰ ਭੇਜੇਗਾ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲੋਰੇਕਟਲ ਨਰਸ ਮਾਹਰ ਦਾ ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ ਵੀ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ, ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਮਨ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹੋਣ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕੋ।

ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਡਾਕਟਰੀ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ 'ਤੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲੈ ਜਾਣਾ ਲਾਭਦਾਇਕ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਨੋਟਸ ਲੈਣ ਅਤੇ ਉੱਥੇ ਕੀ ਚਰਚਾ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ ਉਸ ਨੂੰ ਯਾਦ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।

ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਘਰ ਵਿੱਚ ਵਾਧੂ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ?

ਇਲਾਜ ਦੇ ਸੰਭਾਵੀ ਮਾੜੇ ਅਸਰ ਕੀ ਹਨ?

ਕੀ ਇਲਾਜ ਨਾਲ ਜਿਨਸੀ ਸੰਬੰਧਾਂ ਜਾਂ ਪ੍ਰਜਨਨ ਸ਼ਕਤੀ 'ਤੇ ਅਸਰ ਪਾਵੇਗਾ?

ਕੀ ਮੇਰੇ ਲਈ ਕੋਈ ਢੁੱਕਵੇਂ ਕਲੀਨਿਕਲ ਟ੍ਰਾਇਲ ਉਪਲਬਧ ਹਨ?

ਕੀ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਹੋਰ ਇਲਾਜ ਉਪਲਬਧ ਹਨ?

## ਪੁੱਛੇ ਜਾਣ ਲਈ ਹੋਰ ਸਵਾਲ

ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਆਪਣੀਆਂ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ 'ਤੇ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣ ਲਈ ਕੁਝ ਸਵਾਲ ਸੁਝਾਏ ਹਨ ਜੋ ਤੁਸੀਂ **bowelcanceruk.org.uk** 'ਤੇ ਜਾਕੇ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ

# ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਪੜਾਅ

**ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਪੜਾਅਬੱਧ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਇਸਦੇ ਆਕਾਰ, ਇਹ ਕਿੱਥੇ ਹੈ ਅਤੇ ਕੀ ਇਹ ਸਰੀਰ ਦੇ ਹੋਰ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਫੈਲ ਗਿਆ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ, ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਪੜਾਅ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲੱਗਣ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਇਲਾਜ ਬਾਰੇ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲੇਗੀ।**

ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਪੜਾਅ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਜਾਂ ਵੱਧ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣੇ ਪੈ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- CT (ਕੰਪਿਊਟਰਾਈਜ਼ਡ ਟੋਮੋਗ੍ਰਾਫੀ) ਸਕੈਨ
- MRI (ਮੈਗਨੇਟਿਕ ਰਿਜ਼ੋਨੈਂਸ ਇਮੇਜਿੰਗ) ਸਕੈਨ
- ਅਲਟਰਾਸਾਊਂਡ ਸਕੈਨ
- PET-CT (ਪੋਜ਼ੀਟ੍ਰੋਨ ਐਮੀਸ਼ਨ ਟੋਮੋਗ੍ਰਾਫੀ – ਕੰਪਿਊਟਰਾਈਜ਼ਡ ਟੋਮੋਗ੍ਰਾਫੀ) ਸਕੈਨ

## ਪੜਾਅ ਪ੍ਰਣਾਲੀ

### ਟੀ.ਐਨ.ਐਮ. (TNM)

ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਪੜਾਅਬੱਧ ਕਰਨ ਦੇ ਕਈ ਤਰੀਕੇ ਹਨ। ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ TNM (ਟਿਊਮਰ, ਨੋਡ, ਮੈਟਾਸਟੈਸਿਸ) ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਹੈ।

**T (ਟਿਊਮਰ):** ਟਿਊਮਰ ਅੰਤੜੀ ਦੀ ਪਰਤ ਰਾਹੀਂ ਕਿੰਨਾ ਅੱਗੇ ਵੱਧ ਗਿਆ ਹੈ।

- **T1** – ਟਿਊਮਰ ਅੰਤੜੀ ਦੀ ਅੰਦਰੂਨੀ ਪਰਤ ਵਿੱਚ ਹੈ
- **T2** – ਟਿਊਮਰ ਅੰਤੜੀ ਦੀ ਪਰਤ ਦੀ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਵਿੱਚ ਅੱਗੇ ਵੱਧ ਗਿਆ ਹੈ।
- **T3** – ਟਿਊਮਰ ਅੰਤੜੀ ਦੀ ਪਰਤ ਦੇ ਬਾਹਰੀ ਪਾਸੇ ਅੰਦਰ ਅੱਗੇ ਵੱਧ ਗਿਆ ਹੈ।
- **T4** – ਟਿਊਮਰ ਅੰਤੜੀ ਦੀ ਪਰਤ ਦੇ ਬਾਹਰੀ ਪਾਸੇ ਰਾਹੀਂ ਅੱਗੇ ਵੱਧ ਗਿਆ ਹੈ।

**N (ਨੋਡ)**: ਕੀ ਕੈਂਸਰ ਨੇੜਲੇ ਲਿੰਫ ਨੋਡਾਂ ਵਿੱਚ ਫੈਲ ਗਿਆ ਹੈ

- **N0**: ਲਿੰਫ ਨੋਡਾਂ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਕੈਂਸਰ ਸੈੱਲ ਮੌਜੂਦ ਨਹੀਂ ਹਨ
- **N1a**: ਇੱਕ ਨੇੜਲੇ ਲਿੰਫ ਨੋਡ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ ਸੈੱਲ ਮੌਜੂਦ ਹਨ
- **N1b**: ਦੋ ਜਾਂ ਤਿੰਨ ਨੇੜਲੇ ਲਿੰਫ ਨੋਡਾਂ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ ਸੈੱਲ ਮੌਜੂਦ ਹਨ
- **N1c**: ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਟਿਸ਼ੂਆਂ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ ਸੈੱਲ ਮੌਜੂਦ ਹਨ ਪਰ ਲਿੰਫ ਨੋਡਸ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ
- **N2a**: ਚਾਰ ਤੋਂ ਛੇ ਨੇੜਲੇ ਲਿੰਫ ਨੋਡਾਂ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ ਸੈੱਲ ਮੌਜੂਦ ਹਨ
- **N2b**: ਸੱਤ ਜਾਂ ਵੱਧ ਨੇੜਲੇ ਲਿੰਫ ਨੋਡਾਂ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ ਸੈੱਲ ਮੌਜੂਦ ਹਨ

## ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ

ਲਿੰਫ ਨੋਡ, ਛੋਟੇ ਰਾਜਮਾ ਦੇ ਆਕਾਰ ਜਿੰਨੇ ਅੰਗ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ (ਪ੍ਰਤੀਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ) ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨਾਂ (ਲਾਗ) ਨਾਲ ਲੜਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਸੈਂਕੜੇ ਲਿੰਫ ਨੋਡ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

**M (ਮੈਟਾਸਟੈਸਿਸ)**: ਕੀ ਕੈਂਸਰ ਸਰੀਰ ਦੇ ਹੋਰ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਫੈਲ ਗਿਆ ਹੈ

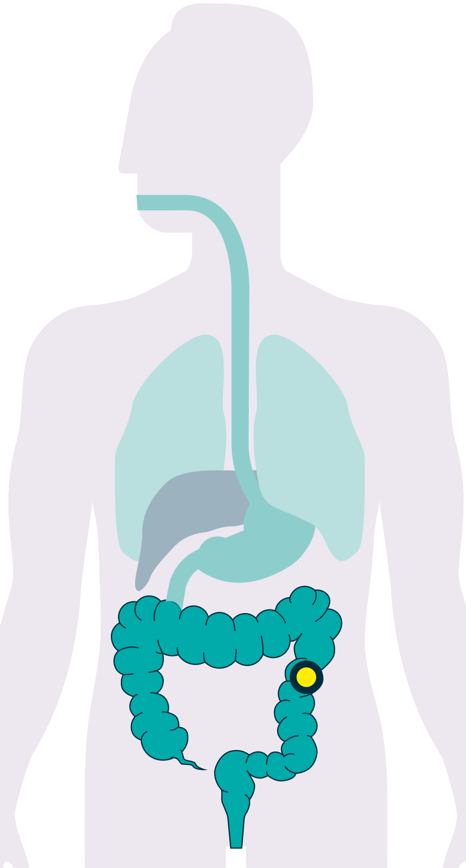
- **M0**: ਕੈਂਸਰ ਸਰੀਰ ਦੇ ਹੋਰ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਫੈਲਿਆ ਹੈ।
- **M1**: ਕੈਂਸਰ ਸਰੀਰ ਦੇ ਹੋਰ ਹਿੱਸਿਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਲੀਵਰ ਜਾਂ ਫੇਫੜੇ ਵਿੱਚ ਫੈਲ ਗਿਆ ਹੈ

ਤੁਸੀਂ ਕਈ ਵਾਰ TNM ਪੜਾਅਬੱਧ ਰਿਪੋਰਟ ਵਿੱਚ ਇਸਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਛੋਟੇ ਅੱਖਰ ਲਿਖੇ ਹੋਏ ਦੇਖੇ ਹੋਣਗੇ।

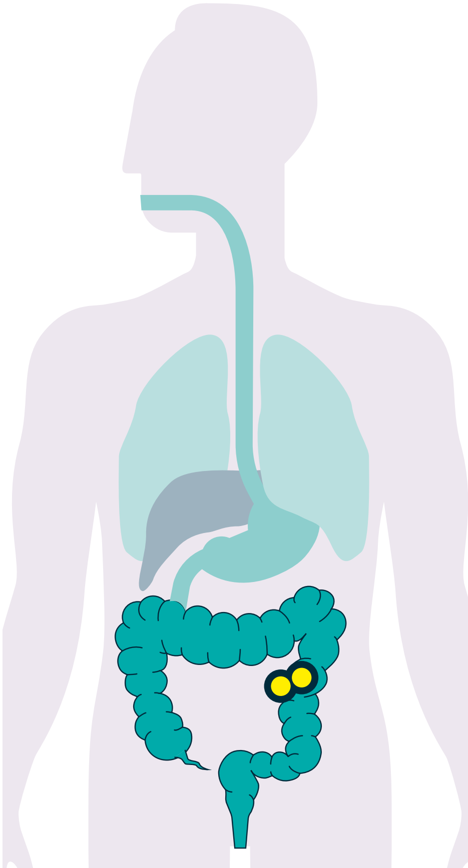
- **cTNM** ਭਾਵ ਰਿਪੋਰਟ, ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਕੈਨਾਂ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦੇ ਨਮੂਨਿਆਂ (ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬਾਇਓਪਸੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਦੇ ਕਲੀਨਿਕਲ ਨਤੀਜਿਆਂ 'ਤੇ ਅਧਾਰਤ ਹੈ।
- **pTNM** ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਰਿਪੋਰਟ, ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਕੈਨਾਂ ਅਤੇ ਬਾਇਓਪਸੀ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਅਤੇ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੀਤੇ ਗਏ ਪੈਥੋਲੋਜੀਕਲ ਮੁਲਾਂਕਣ 'ਤੇ ਅਧਾਰਤ ਹੈ। ਪੈਥੋਲੋਜੀਕਲ ਮੁਲਾਂਕਣ ਉਦੋਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਇੱਕ ਹਿਸਟੋਪੈਥੋਲੋਜਿਸਟ ਮਾਈਕ੍ਰੋਸਕੋਪ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਟਿਊਮਰ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਦਾ ਹੈ

## ਪੜਾਵਾਂ ਨੂੰ ਨੰਬਰ ਦੇਣਾ

TNM ਪੜਾਅਬੱਧ ਰਿਪੋਰਟ ਤੋਂ ਮਿਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਪੜਾਅ ਨੂੰ 1 ਤੋਂ 4 ਤੱਕ ਨੰਬਰ ਦੇਣ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।



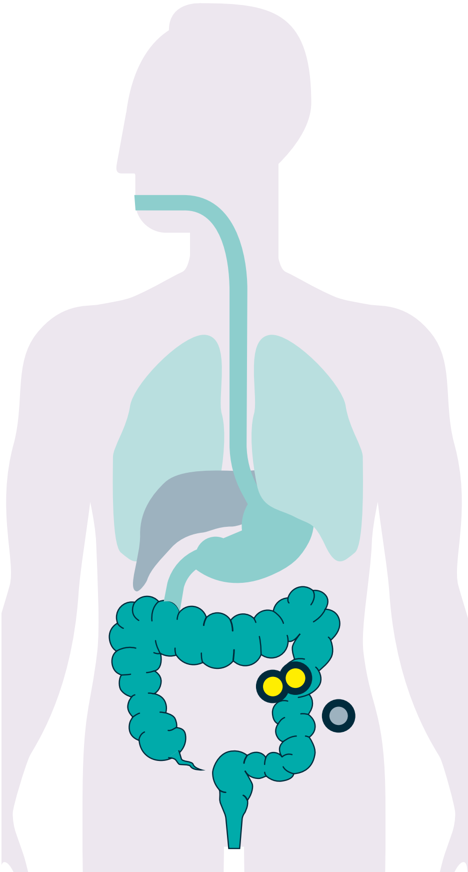
**ਪੜਾਅ 1:** T1 ਜਾਂ T2, N0, M0
ਕੈਂਸਰ, ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੀ ਪਰਤ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਨਹੀਂ ਫੈਲਿਆ ਹੈ



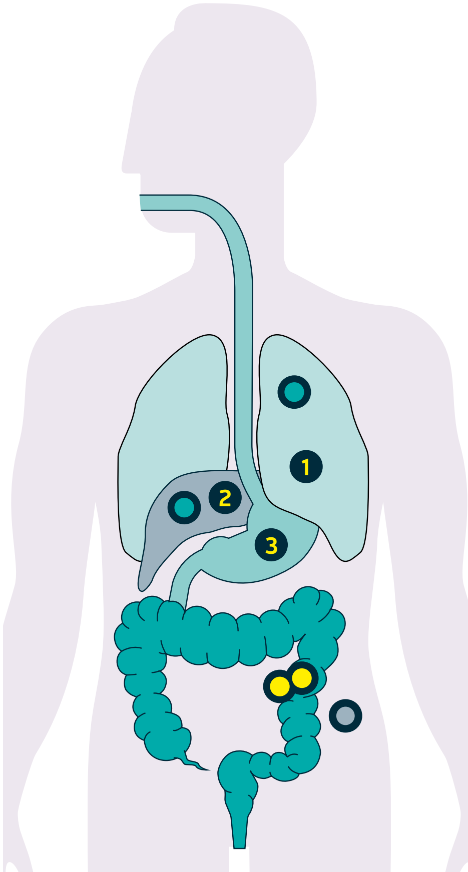
**ਪੜਾਅ 2:** T3 ਜਾਂ T4, N0, M0
ਕੈਂਸਰ, ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੀ ਪਰਤ ਦੇ ਬਾਹਰ ਪਾਸੇ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਰਾਹੀਂ ਅੱਗੇ ਨਹੀਂ ਵਧੀਆ ਹੈ

## ਕੁੰਜੀ

- ਟਿਊਮਰ
- ਲਿੰਫ ਨੋਡ
- ਮੈਟਾਸਟੈਸਿਸ
- 1 ਫੇਫੜੇ
- 2 ਲੀਵਰ
- 3 ਪੇਟ



**ਪੜਾਅ 3:** ਕੋਈ ਵੀ T, N1 ਜਾਂ N2, M0
ਕੈਂਸਰ ਨੇੜਲੇ ਲਿੰਫ ਨੋਡਾਂ ਵਿੱਚ ਫੈਲ ਗਿਆ ਹੈ




**ਪੜਾਅ 4:** ਕੋਈ ਵੀ T, ਕੋਈ ਵੀ N, M1
ਕੈਂਸਰ ਸਰੀਰ ਦੇ ਹੋਰ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਫੈਲ ਗਿਆ ਹੈ

## ਗ੍ਰੇਡਿੰਗ (ਗ੍ਰੇਡਬੱਧ ਕਰਨਾ)

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਗ੍ਰੇਡ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਸੁਣਿਆ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਗ੍ਰੇਡਬੱਧ ਕਰਨ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਇਹ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਕਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਵੱਧ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਫੈਲ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਛੋਟੇ ਗ੍ਰੇਡ ਵਾਲਾ ਕੈਂਸਰ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਵੱਧ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਵੱਡੇ ਗ੍ਰੇਡ ਵਾਲੇ ਕੈਂਸਰ ਨਾਲੋਂ ਇਸਦੇ ਫੈਲਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਘੱਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

- **ਛੋਟਾ ਗ੍ਰੇਡ** – ਕੈਂਸਰ ਸੈੱਲ ਆਮ ਸੈੱਲਾਂ ਵਾਂਗ ਹੀ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ (ਕੈਂਸਰ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸੈੱਲਾਂ ਵਿੱਚ ਫਰਕ ਸਾਫ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ)
- **ਮਧਮ ਗ੍ਰੇਡ** – ਕੈਂਸਰ ਸੈੱਲ ਅਸਧਾਰਨ ਜਿਹੇ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ (ਕੈਂਸਰ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸੈੱਲਾਂ ਵਿੱਚ ਫਰਕ ਦਾ ਘੱਟ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ)
- **ਵੱਡਾ ਗ੍ਰੇਡ** – ਕੈਂਸਰ ਸੈੱਲ ਬਹੁਤ ਅਸਧਾਰਨ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ (ਕੈਂਸਰ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸੈੱਲਾਂ ਵਿੱਚ ਫਰਕ ਦੱਸਣਾ ਬਹੁਤ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ)

# ਇਲਾਜ ਸੰਬੰਧੀ ਵਿਕਲਪ

**ਕੋਲਨ ਅਤੇ ਰੈਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਇਲਾਜ ਵਿਕਲਪ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਤੁਹਾਡਾ ਇਲਾਜ ਤੁਹਾਡੀ ਸਥਿਤੀ ਮੁਤਾਬਕ ਵੱਖਰਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਇੱਥੇ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਇਲਾਜ ਵਿਕਲਪ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਲਗਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।**

## ਕੋਲਨ ਕੈਂਸਰ

**ਕੋਲਨ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗਣਾ/ਲਗਾਉਣਾ**

↓

**ਪੜਾਅਬੱਧ ਕਰਨਾ**
ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲਨ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਪੜਾਅ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਇੱਕ CT ਸਕੈਨ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਪੜਾਅਬੱਧ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਆਕਾਰ, ਇਹ ਕਿੱਥੇ ਹੈ ਅਤੇ ਕੀ ਇਹ ਫੈਲ ਗਿਆ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

↓

**ਪ੍ਰੀਹੈਬਿਲਿਟੇਸ਼ਨ**
ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ। ਇਸ ਨਾਲ ਜਟਿਲਤਾਵਾਂ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

↓

**ਸਰਜਰੀ**
ਸਰਜਰੀ, ਕੋਲਨ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਇਲਾਜ ਹੈ। ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਪੜਾਅ ਵਾਲੇ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਵਾਲੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਰਜਰੀ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

↓

**ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਲਾਜ**
ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਲਾਜ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਇਸਨੂੰ ਕਈ ਵਾਰ 'ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਬਾਅਦ' ਜਾਂ 'ਐਡਜੁਵੈਂਟ' ਇਲਾਜ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਹੀ ਹੋਵੇਗਾ।

↓

**ਫਾਲੋ-ਅੱਪ**
ਇਲਾਜ ਖਤਮ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਫਾਲੋ-ਅੱਪ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣੇ ਪੈਣਗੇ। ਇਹ ਟੈਸਟ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਵਾਪਸੀ ਜਾਂ ਫੈਲਣ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

# ਰੈਕਟਲ ਕੈਂਸਰ

**ਰੈਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗਣਾ/ਲਗਾਉਣਾ**

**ਪੜਾਅਬੱਧ ਕਰਨਾ**
ਤੁਹਾਡੇ ਰੈਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਪੜਾਅ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਟੈਸਟ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡਾ CT ਸਕੈਨ, MRI ਸਕੈਨ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਐਂਡੋਰੈਕਟਲ ਅਲਟਰਾਸਾਊਂਡ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ। ਪੜਾਅਬੱਧ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਆਕਾਰ, ਇਹ ਕਿੱਥੇ ਹੈ ਅਤੇ ਕੀ ਇਹ ਫੈਲ ਗਿਆ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

**ਪ੍ਰੀਹੈਬਿਲਿਟੇਸ਼ਨ**
ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ। ਇਸ ਨਾਲ ਜਟਿਲਤਾਵਾਂ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

**ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਲਾਜ**
ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਸਨੂੰ ਕਈ ਵਾਰ 'ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ' ਜਾਂ 'ਨਿਓਐਡਜੁਵੈਂਟ' ਇਲਾਜ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਲਈ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ, ਕੀਮੋਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਨਾਲ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇੰਝ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਥਾਨਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਫੈਲ ਚੁੱਕੇ ਕੈਂਸਰ ਵਾਲੇ ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕੀਮੋਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਅਤੇ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਕਰਵਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਰਜਰੀ ਦੀ ਲੋੜ ਨਾ ਪਵੇ।

**ਸਰਜਰੀ**

ਸਰਜਰੀ, ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਇਲਾਜ ਹੈ। ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਪੜਾਅ ਵਾਲੇ ਰੈਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਵਾਲੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਰਜਰੀ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

**ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਲਾਜ**

ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਲਾਜ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਇਸਨੂੰ ਕਈ ਵਾਰ 'ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਬਾਅਦ' ਜਾਂ 'ਐਡਜੁਵੈਂਟ' ਇਲਾਜ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਹੀ ਹੋਵੇਗਾ।

**ਫਾਲੋ-ਅੱਪ**

ਇਲਾਜ ਖਤਮ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਫਾਲੋ-ਅੱਪ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣੇ ਪੈਣਗੇ। ਇਹ ਟੈਸਟ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਵਾਪਸੀ ਜਾਂ ਫੈਲਣ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

## ਅੰਤੜੀਆਂ ਦਾ ਫੈਲ ਚੁੱਕਿਆ ਕੈਂਸਰ

ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਫੈਲ ਚੁੱਕੇ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਕੈਂਸਰ ਕੋਲਨ ਜਾਂ ਰੈਕਟਮ ਤੋਂ ਸਰੀਰ ਦੇ ਦੂਜੇ ਹਿੱਸਿਆਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਲੀਵਰ ਜਾਂ ਫੇਫੜਿਆਂ ਵਿੱਚ ਫੈਲ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸਨੂੰ ਸੈਕੰਡਰੀ, ਮੈਟਾਸਟੈਟਿਕ ਜਾਂ ਪੜਾਅ 4 ਦਾ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਸੁੰਗੜਨ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ ਇਲਾਜ ਲੈਣਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ, ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਅਤੇ ਸਰਜਰੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਹੋਰ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਵੀ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਟੀਚਾਬੱਧ ਥੈਰੇਪੀ। ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਸੈੱਲਾਂ ਦੇ ਵਧਣ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਟੀਚਾਬੱਧ ਥੈਰੇਪੀ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ ਪੰਨਾ 34 'ਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸੇਗੀ ਕੀ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਢੁੱਕਵਾਂ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।

### ਹੋਰ ਜਾਣੋ

ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ **bowelcanceruk.org.uk** 'ਤੇ ਜਾ ਕੇ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਫੈਲ ਚੁੱਕੇ ਕੈਂਸਰ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਪੜ੍ਹ ਸਕਦੇ ਹੋ

# ਸਰਜਰੀ

**ਸਰਜਰੀ, ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਇਲਾਜ ਹੈ। ਇੰਞ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਇਲਾਜ ਸਭ ਲਈ ਢੁੱਕਵਾਂ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਦੱਸੇਗੀ ਕਿ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇੱਕ ਸਹੀ ਵਿਕਲਪ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।**

## ਸਰਜਰੀ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋਣਾ

ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਨਾਲ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਜਟਿਲਤਾਵਾਂ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸਨੂੰ ਕਈ ਵਾਰ ਪ੍ਰੀਹੈਬਿਲਿਟੇਸ਼ਨ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਮਾਹਰ ਨਰਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹੋਰ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨਗੇ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹਾਈ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਜਾਂ ਸ਼ੂਗਰ। ਇਹਨਾਂ ਤੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਰਜਰੀ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋਣ ਲਈ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਾਰੇ ਵੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵੀ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਰੀਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਰਹਿਣਾ ਅਤੇ ਸਿਗਰਟਨੋਸ਼ੀ ਛੱਡਣਾ।

## ਸਰਜਰੀ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ

ਤੁਹਾਡੀ ਸਰਜਰੀ ਦੀ ਕਿਸਮ ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰੇਗੀ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਕੈਂਸਰ ਕਿੱਥੇ ਹੈ, ਇਸਦਾ ਆਕਾਰ ਕੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕੀ ਇਹ ਸਰੀਰ ਦੇ ਹੋਰ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਫੈਲ ਗਿਆ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ। ਇਸ ਪੰਨੇ 'ਤੇ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅੰਤੜੀ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਸਰਜਰੀ ਬਾਰੇ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਕੋਲਨ ਅਤੇ ਰੈਕਟਲ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

### ਇੱਥੇ ਸਰਜਰੀ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਕਿਸਮਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ:

- **ਸਥਾਨਕ ਰਿਸੈਕਸ਼ਨ** – ਇਸ ਵਿੱਚ ਸਰਜਨ ਪਿਛਲੇ ਰਸਤੇ (ਗੁਦਾ) ਰਾਹੀਂ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਹੀ ਛੋਟੇ, ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਪੜਾਅ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਲਈ ਸਰਜੀਕਲ ਯੰਤਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ।
- **ਖੁੱਲੀ ਸਰਜਰੀ** – ਇਸ ਵਿੱਚ ਸਰਜਨ ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਲਈ ਪੇਟ ਦੇ ਖੇਤਰ (ਟਿੱਢ) ਵਿੱਚ ਚੀਰਾ ਲਗਾਉਂਦਾ ਹੈ।
- **ਕੀਹੋਲ (ਲੈਪਰੋਸਕੋਪਿਕ) ਸਰਜਰੀ** – ਇਸ ਵਿੱਚਸਰਜਨ ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਲਈ ਪੇਟ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਛੋਟੇ ਛੇਕ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸਰਜਨ ਟਿਊਮਰ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਲਈ ਸਰਜੀਕਲ ਯੰਤਰਾਂ ਅਤੇ ਸਿਰੇ 'ਤੇ ਲੱਗੀ ਲਾਈਟ ਅਤੇ ਕੈਮਰਾ ਵਾਲੀ ਇੱਕ ਪਤਲੀ ਟਿਊਬ (ਜਿਸਨੂੰ ਲੈਪਰੋਸਕੋਪ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਨੂੰ ਛੋਟੇ ਛੇਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘਾਉਂਦਾ ਹੈ।
- **ਰੋਬੋਟਿਕ-ਸਹਾਇਤਾ ਵਾਲੀ ਸਰਜਰੀ** – ਇਸ ਵਿੱਚ ਸਰਜਨ ਪੇਟ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਛੋਟੇ ਛੇਕ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕੀਹੋਲ ਸਰਜਰੀ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ ਇੱਕ ਸਰਜੀਕਲ ਰੋਬੋਟਿਕ ਸਿਸਟਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਸਰਜਨ ਆਪਣੀ ਟੀਮ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਆਪ੍ਰੇਸ਼ਨ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਸਾਰਾ ਸਮਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਆਪ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦਾ ਨਿਯੰਤਰਣ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਹੀ ਹੋਵੇਗਾ। ਰੋਬੋਟਿਕ-ਸਹਾਇਤਾ ਵਾਲੀ ਸਰਜਰੀ UK ਦੇ ਸਾਰੇ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਨਹੀਂ ਹੈ

## ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਰਜਰੀ

ਕਈ ਵਾਰ ਕੈਂਸਰ ਕਰਕੇ ਅੰਤੜੀ ਵਿੱਚ ਰੁਕਾਵਟ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਮਲ ਤਿਆਗਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸਨੂੰ ਅੰਤੜੀ ਦੀ ਰੁਕਾਵਟ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਅਜਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਆਪ੍ਰੇਸ਼ਨ ਕਰਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਟੋਮਾ ਬਣਾਉਣ ਜਾਂ ਕੋਲੋਨਿਕ ਸਟੈਂਟ ਪਾਉਣ ਲਈ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਰਜਰੀ ਕਰਵਾਉਣੀ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਸਟੈਂਟ, ਹੋਰ ਸਰਜਰੀ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅੰਤੜੀ ਨੂੰ ਖੋਲ੍ਹਣ ਦਾ ਇੱਕ ਅਸਥਾਈ ਤਰੀਕਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ **bowelcanceruk.org.uk** 'ਤੇ ਜਾਕੇ ਕੋਲੋਨਿਕ ਸਟੈਂਟ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

## ਸਟੋਮਾ

ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਟੋਮਾ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਟ (ਟਿੱਢ) ਦੇ ਬਾਹਰ ਛੇਕ ਰਾਹੀਂ ਅੰਤੜੀ ਦਾ ਇੱਕ ਹਿੱਸਾ ਖੋਲ੍ਹਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਇਸ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਚੀਜ਼ ਇੱਕ ਸਟੋਮਾ ਬੈਗ ਵਿੱਚ ਚਲੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਚਮੜੀ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੋਇਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਸਟੋਮਾ ਅਸਥਾਈ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਜੋ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੀ ਅੰਤੜੀ ਨੂੰ ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਆਰਾਮ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕੇ। ਜੇ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਸਿਰੇ ਫਿਰ ਤੋਂ ਜੋੜੇ ਨਾ ਜਾ ਸਕਣ, ਤਾਂ ਸਥਾਈ ਸਟੋਮਾ ਹੀ ਅਖੀਰਲਾ ਵਿਕਲਪ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

### ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ **bowelcanceruk.org.uk** 'ਤੇ ਜਾਕੇ ਸਰਜਰੀ ਅਤੇ ਸਟੋਮਾ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣ ਸਕਦੇ ਹੋ

**"ਸਟੋਮਾ ਨਾਲ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਜਿਉਣਾ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਵਿੱਚ ਅਜੀਬ ਜਿਹਾ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਸੰਬੰਧ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਰੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ, ਸਟੋਮਾ ਨਰਸ ਵੱਲੋਂ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣਗੇ। ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵਾਂਗ ਆਪਣੇ ਮਨਪਸੰਦ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਸ਼ਾਇਦ ਕੁਝ ਨਵੇਂ ਵੀ। ਮੈਂ ਕਈ ਵਾਰ ਦੌੜਦਾ ਅਤੇ ਸਮੁੰਦਰ ਵਿੱਚ ਤੈਰਦਾ ਹਾਂ - ਮੈਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਜਿਹਾ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਸੀ।"**

**ਨੀਲ**

# ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਰਿਕਵਰੀ

**ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਹਸਪਤਾਲ ਬਿਹਤਰ ਰਿਕਵਰੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਿਸਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਆਪ੍ਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਜਲਦੀ ਠੀਕ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਆਪ੍ਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੈਡ ਤੋਂ ਉਤਰਨ ਅਤੇ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਤੁਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ। ਉਹ ਜਟਿਲਤਾਵਾਂ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਸੌਖਿਆਂ ਕਸਰਤਾਂ ਅਤੇ ਸਾਹ ਲੈਣ ਦੀਆਂ ਤਕਨੀਕਾਂ ਸਿਖਾਉਣਗੇ।**

## ਦਰਦ ਤੋਂ ਰਾਹਤ

ਦਰਦ ਨਿਵਾਰਕ ਦਵਾਈਆਂ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪ੍ਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉੱਠਣ ਅਤੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਤੋਰਾ-ਫੇਰਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲੇਗੀ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦਰਦ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਨੂੰ ਦੱਸਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

## ਖਾਣਾ ਅਤੇ ਪੀਣਾ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਾਰਡ ਵਿੱਚ ਵਾਪਸ ਆਉਣ ਦੇ ਤੁਰੰਤ ਬਾਅਦ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਤੁਸੀਂ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਥੋੜ੍ਹੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ ਕਰੋਂਗੇ ਅਤੇ ਫਿਰ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਇਸ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਹੁੰਦਾ ਜਾਵੇਗਾ।

## ਮਾੜੇ ਅਸਰ

ਸਾਰੇ ਇਲਾਜਾਂ ਵਿੱਚ ਮਾੜੇ ਅਸਰ ਹੋਣ ਦਾ ਜੋਖਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਸਰਜਨ ਤੁਹਾਡੇ ਆਪ੍ਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਰਜਰੀ ਦੇ ਜੋਖਮਾਂ ਅਤੇ ਫਾਇਦਿਆਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸੇਗਾ। ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੰਭਾਵੀ ਮਾੜੇ ਅਸਰਾਂ ਬਾਰੇ ਲਿਖਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਵੇਗੀ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਇਹ ਨਹੀਂ ਦੱਸ ਪਾਉਣਗੇ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਹੜੇ-ਕਿਹੜੇ ਮਾੜੇ ਅਸਰ ਅਨੁਭਵ ਹੋਣਗੇ, ਜਾਂ ਉਹ ਕਿੰਨੀ ਦੇਰ ਤੱਕ ਬਣੇ ਰਹਿਣਗੇ।

ਸਰਜਰੀ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਡੀ ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਅ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਲਾਜ ਖਤਮ ਹੋਣ ਤੋਂ ਕੁਝ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਬਾਅਦ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਮਾੜੇ ਅਸਰ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਮਾੜੇ ਅਸਰ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਬਣੇ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ।

ਸਰਜਰੀ ਦੇ ਸੰਭਾਵੀ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਮਾੜੇ ਅਸਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਥਕਾਨ
- ਅੰਤੜੀ ਸੰਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ
- ਬਲੈਡਰ ਸੰਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ
- ਜਿਨਸੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ
- ਪ੍ਰਜਨਨ ਸਮਰਥਾ ਵਿੱਚ ਕਮੀ

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਹਨ ਜਾਂ ਅਚਾਨਕ ਕੋਈ ਹੋਰ ਲੱਛਣ ਅਨੁਭਵ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

## ਸਟੋਮਾ

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਟੋਮਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਟੋਮਾ ਦੇਖਭਾਲ ਮਾਹਰ ਨਰਸ ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਰਡ ਵਿੱਚ ਆਉਣਗੇ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਿਖਾਉਣਗੇ ਕਿ ਆਪਣੇ ਸਟੋਮਾ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕਿਹੜਾ ਭੋਜਨ ਖਾਣਾ ਹੈ।

## ਘਰ ਜਾਣਾ

ਤੁਸੀਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਰਜਰੀ ਕਰਵਾਉਣ ਤੋਂ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਜਾਂ ਇੱਕ ਹਫ਼ਤੇ ਬਾਅਦ ਆਪਣੇ ਘਰ ਚਲੇ ਜਾਓਗੇ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਅਗਲੇ ਕਦਮਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣ ਲਈ ਇੱਕ ਫਾਲੋ-ਅੱਪ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇਗਾ।

## ਅਗਲਾ ਪੜਾਅਬੱਧ ਅਤੇ ਗ੍ਰੇਡਬੰਧ ਵਰਗੀਕਰਣ

ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਨੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਪੜਾਅ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕੀਤੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ (ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਪੰਨਾ 12 ਦੇਖੋ)। ਤੁਹਾਡੇ ਆਪ੍ਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਡੇ ਸਰਜਨ ਕੋਲ ਤੁਹਾਡੇ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਆਕਾਰ ਅਤੇ ਫੈਲਾਅ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਸ ਨਾਲ ਪੜਾਅ (ਜਿਸਨੂੰ ਪੈਥੋਲੋਜੀਕਲ ਪੜਾਅ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਬਾਰੇ ਬਿਹਤਰ ਪਤਾ ਚੱਲਦਾ ਹੈ।

ਹਿਸਟੋਪੈਥੋਲੋਜਿਸਟ ਡਾਕਟਰ ਮਾਈਕ੍ਰੋਸਕੋਪ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਕੈਂਸਰ ਸੈੱਲਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੇਗਾ। ਇਸਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਗ੍ਰੇਡਬੱਧ ਕਰਨਾ (ਗ੍ਰੇਡਿੰਗ) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਇਹ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਕਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਵੱਧ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਫੈਲ ਸਕਦਾ ਹੈ।

## ਸਰਗਰਮ ਰਹਿਣਾ

ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਰੀਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਰਗਰਮ ਰਹਿਣ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਅਤੇ ਥਕਾਨ ਘੱਟ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਘਰ ਵਿੱਚ ਤੁਰਨ-ਫਿਰਨ ਜਿਹੀਆਂ ਸੌਖਿਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕਰੋ, ਅਤੇ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਤੁਰਨ-ਫਿਰਨ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਕਰਦੇ ਜਾਓ। ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਫਿਜ਼ੀਓਥੈਰੇਪਿਸਟ ਤੁਹਾਨੂੰ ਘਰ ਵਿਖੇ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਕਸਰਤਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਫਿਜ਼ੀਓਥੈਰੇਪਿਸਟ ਜਾਂ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

**"ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਠੀਕ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ, ਮੈਂ ਕਲਾ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ਾਹਿਰ ਕਰਨ ਲਈ, ਔਇਲ ਪੇਂਟਿੰਗ ਕਰਨੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੀ, ਕਿਉਂਕਿ ਮੈਨੂੰ ਇਹ ਬਹੁਤ ਪਸੰਦ ਹੈ। ਮੈਂ ਹੁਣ ਇੱਕ ਸਿਹਤਮੰਦ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਾਣਦਾ ਹਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮੋਟਰ-ਹੋਮਿੰਗ, ਔਇਲ ਪੇਂਟਿੰਗ, ਪੜ੍ਹਨਾ ਅਤੇ ਬਾਗਬਾਨੀ ਜਿਹੀਆਂ ਬਾਹਰੀ ਅਤੇ ਅੰਦਰੂਨੀ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ।"**

**ਰੇਜੀਨਾਲਡ**

# ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ

**ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ, ਰੈਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਇੱਕ ਸੰਭਾਵੀ ਇਲਾਜ ਹੈ। ਇਸਦੀ ਵਰਤੋਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੋਲਨ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ। ਤੁਸੀਂ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ (ਜਿਸਨੂੰ ਕੀਮੋਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਜਾਂ ਸਰਜਰੀ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਹਟਾਇਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਬੰਧਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਸਨੂੰ ਪੈਲੀਏਟਿਵ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।**

## ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ

**ਐਕਸਟਰਨਲ ਬੀਮ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ** – ਰੈਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਦੀ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਕਿਸਮ। ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਮਸ਼ੀਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਛੂਹੇ ਬਿਨਾਂ ਸਰੀਰ ਦੇ ਬਾਹਰੋਂ ਇਲਾਜ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਹਰ ਵਾਰ ਇਲਾਜ ਵਿੱਚ ਸਿਰਫ ਕੁਝ ਮਿੰਟ ਲੱਗਦੇ ਹਨ।

**ਇਨਟਰਨਲ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ** – ਇਸ ਨੂੰ ਬ੍ਰੈਕੀਥੈਰੇਪੀ ਜਾਂ ਕੰਟੈਕਟ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਛੋਟੇ, ਸਥਾਨਕ ਕੈਂਸਰਾਂ ਦਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਟਿਸ਼ੂਆਂ ਅਤੇ ਅੰਗਾਂ ਨੂੰ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਨੁਕਸਾਨ ਸੀਮਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

**ਪੈਪਿਲੀਅਨ ਤਕਨੀਕ** – ਕੰਟੈਕਟ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਦੀ ਇੱਕ ਕਿਸਮ। ਇਹ ਸਰਜਰੀ ਨਹੀਂ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ, ਇੱਕ ਵਿਕਲਪ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵੇਲੇ, ਇਹ ਸਿਰਫ਼ ਕੁਝ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕੈਂਸਰ ਕੇਂਦਰਾਂ 'ਤੇ ਹੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਜੇ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਢੁੱਕਵੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰੇਗੀ।

**ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਸਵਾਲ ਜ਼ਰੂਰ ਪੁੱਛੋ ਅਤੇ ਰੇਡੀਓਗ੍ਰਾਫਰਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਇਲਾਜ ਦੌਰਾਨ, ਮੈਂ ਮਸ਼ੀਨ ਦੇ ਸ਼ੋਰ-ਸ਼ਰਾਬੇ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਸੀ, ਇਸ ਲਈ ਮੈਂ ਧਿਆਨ ਲਗਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਸਾਹ ਦੀਆਂ ਕਸਰਤਾਂ ਕੀਤੀਆਂ। ਇਹ ਸੱਚਮੁੱਚ ਲਾਭਦਾਇਕ ਸੀ ਅਤੇ ਇਸ ਨਾਲ ਮੈਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤ ਰਹਿਣ ਵਿੱਚ ਕਾਫੀ ਮਦਦ ਮਿਲੀ।**

**ਸੀਮਾ**

## ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਦੇ ਮਾੜੇ ਅਸਰ

ਸਾਰੇ ਇਲਾਜਾਂ ਵਿੱਚ ਮਾੜੇ ਅਸਰ ਹੋਣ ਦਾ ਜੋਖਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੰਭਾਵੀ ਮਾੜੇ ਅਸਰਾਂ ਬਾਰੇ ਲਿਖਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਵੇਗੀ, ਪਰ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਇਹ ਨਹੀਂ ਦੱਸ ਪਾਉਣਗੇ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਹੜੇ-ਕਿਹੜੇ ਮਾੜੇ ਅਸਰ ਅਨੁਭਵ ਹੋਣਗੇ, ਜਾਂ ਉਹ ਕਿੰਨੀ ਦੇਰ ਤੱਕ ਬਣੇ ਰਹਿਣਗੇ।

ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਮਾੜੇ ਅਸਰਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਥਕਾਨ
- ਤੁਹਾਡੀ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੰਮ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਅ
- ਤੁਹਾਡੇ ਬਲੈਡਰ ਦੇ ਕੰਮ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਅ
- ਟਿਊਮਰ ਦੀ ਨੇੜਲੀ ਚਮੜੀ ਵਿੱਚ ਦਰਦ

ਇਹ ਮਾੜੇ ਅਸਰ ਅਕਸਰ ਇਲਾਜ ਖਤਮ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪਹਿਲੇ ਕੁਝ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਅਤੇ ਮਹੀਨਿਆਂ ਵਿੱਚ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਕੁਝ ਲੱਛਣ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਬਣੇ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਅ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਢਿੱਲਾ ਜਾਂ ਪਾਣੀ ਵਾਲਾ ਮਲ (ਦਸਤ), ਪਹਿਲਾਂ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਾਰ ਟਾਇਲਟ ਜਾਣਾ, ਮਲ ਤਿਆਗਣ ਲਈ ਨੀਂਦ ਤੋਂ ਜਾਗਣਾ, ਟਾਇਲਟ ਜਾਣ ਲਈ ਇੱਕਦਮ ਹਾਜਤ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਮਲ ਤਿਆਗ ਨਾ ਰੋਕ ਪਾਉਣਾ। ਜੇ ਇਹਨਾਂ ਲੱਛਣਾਂ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਡੀ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜ਼ਿੰਦਗੀ 'ਤੇ ਅਸਰ ਪੈ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਡੂ (ਤੁਹਾਡੇ ਕੁੱਲ੍ਹੇ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਦਾ ਖੇਤਰ) ਦੀਆਂ ਹੱਡੀਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਤੁਹਾਡੇ ਬਲੈਡਰ ਨੂੰ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਜਿਨਸੀ ਸੰਬੰਧਾਂ 'ਤੇ ਵੀ ਅਸਰ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ।

### ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ **bowelcanceruk.org.uk** 'ਤੇ ਜਾਕੇ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣ ਸਕਦੇ ਹੋ

## ਸਹਾਇਤਾ ਲਵੋ

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਨਵੇਂ ਮਾੜੇ ਅਸਰਾਂ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵਾਲੇ ਮਾੜੇ ਅਸਰ ਹਾਲੇ ਵੀ ਮੌਜੂਦ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਕਾਰਨਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਕੁਝ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣੇ ਪੈ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ ਜਾਂ ਇਸ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ ਇਲਾਜ ਉਪਲਬਧ ਕਰਵਾਵੇਗੀ।

# ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ

**ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨ ਲਈ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਸਿਰਫ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਨਾਲ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਹੋਰ ਇਲਾਜਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।**

## ਮੈਨੂੰ ਕਦੋਂ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਕਰਵਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਹਾਲੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਪੜਾਅ (ਪੜਾਅ 1) ਵਿੱਚ ਹੈ, ਤਾਂ ਸ਼ਾਇਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦੀ ਲੋੜ ਨਾ ਪਵੇ।

ਤੁਸੀਂ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਪੜਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ ਪੰਨਾ 12 ‘ਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

### ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ

ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਤੁਸੀਂ ਟਿਊਮਰ ਨੂੰ ਸੁੰਗੜਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਨਾਲ ਸਰਜਨ ਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹਟਾਉਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਮੌਕਾ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਇਸਨੂੰ ਨਿਓਐਡਜੁਵੈਂਟ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

### ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ

ਪੜਾਅ 2 ਦੇ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ, ਅਤੇ ਪੜਾਅ 3 ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਇਸ ਨਾਲ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਵਾਪਸ ਆਉਣ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਇਸਨੂੰ ਐਡਜੁਵੈਂਟ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

### ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ

ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਵਾਪਸ ਆਉਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ, ਜਾਂ ਇਲਾਜ ਦੌਰਾਨ ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣ ਲਈ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸਨੂੰ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

### ਪੈਲੀਏਟਿਵ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਕੈਂਸਰ ਸਰੀਰ ਦੇ ਦੂਜੇ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਫੈਲ ਗਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣ ਜਾਂ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸਨੂੰ ਪੈਲੀਏਟਿਵ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਕੈਂਸਰ ਠੀਕ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਪਰ ਜਿੰਨਾ ਚਿਰ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕੀਤਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਕੈਂਸਰਾਂ ਵੱਲ ਇੰਨੀ ਵਧੀਆ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਸਰਜਰੀ ਦੁਆਰਾ ਹਟਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਸਰੀਰ ਦੇ ਦੂਜੇ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਫੈਲ ਚੁੱਕਿਆ ਹੈ (ਪੜਾਅ 4), ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜਾਂ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਹੋਰ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਨਾਲ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

## ਮੇਰੀ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਕਿਵੇਂ ਹੋਵੇਗੀ?

ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਟੀਕੇ, ਆਪਣੀ ਨਾੜੀ ਵਿੱਚ (ਚਮੜੀ ਹੇਠਾਂ) ਡ੍ਰਿਪ ਜਾਂ ਇਨਫ਼ਿਊਜਨ ਜਾਂ ਇੱਕ ਟੈਬਲੇਟ (ਮੂੰਹ ਰਾਹੀਂ) ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

### ਤੁਹਾਡੀ ਨਾੜੀ ਰਾਹੀਂ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ

ਸ਼ਾਇਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਸਿੱਧੇ ਤੁਹਾਡੇ ਖੂਨ ਰਾਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਮਿੰਟ, ਘੰਟੇ ਜਾਂ ਕੁਝ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਦਿਨਾਂ ਦਾ ਸਮਾਂ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਇਲਾਜ ਇਨ੍ਹਾਂ ਰਾਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- **ਕੈਨੂਲਾ** – ਇੱਕ ਪਤਲੀ ਲਚਕਦਾਰ ਟਿਊਬ ਜੋ ਹਰ ਵਾਰ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਕਰਵਾਉਣ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥ ਜਾਂ ਬਾਂਹ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਲਗਾਈ ਜਾਵੇਗੀ
- **ਸੈਂਟਰਲ ਲਾਈਨ** – ਇੱਕ ਲੰਬੀ ਲਚਕਦਾਰ ਟਿਊਬ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਨਾੜੀ ਵਿੱਚ ਲਗਾਈ ਜਾਵੇਗੀ। ਇਹ ਕਈ ਮਹੀਨਿਆਂ ਲਈ ਲਗਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- **PICC ਲਾਈਨ** – ਇੱਕ ਲੰਬੀ ਲਚਕਦਾਰ ਟਿਊਬ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਬਾਂਹ ਦੇ ਉੱਪਰਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਲਗਾਈ ਜਾਵੇਗੀ। ਇਹ ਕਈ ਮਹੀਨਿਆਂ ਲਈ ਲਗਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- **ਪੋਰਟਾਕੈਥ** – ਇੱਕ ਛੋਟਾ ਜਿਹਾ ਚੈਂਬਰ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਛਾਤੀ ਦੇ ਉੱਪਰਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਚਮੜੀ ਹੇਠਾਂ ਲਗਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ।

## ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਵਿੱਚ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ

ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਆਮ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦਵਾਈਆਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

### 5-ਫਲੋਰੋਰਾਸਿਲ (Fluorouracil) (ਇਸਨੂੰ 5FU ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ)

5-ਫਲੋਰੋਰਾਸਿਲ (Fluorouracil) ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦਵਾਈਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ 5-ਫਲੋਰੋਰਾਸਿਲ (Fluorouracil) ਦੇ ਨਾਲ ਫੋਲਿਨਿਕ ਐਸਿਡ (Folinic acid) (ਲਿਊਕੋਵੋਰਿਨ (Leucovorin)) ਨਾਂ ਦੀ ਦਵਾਈ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਬਿਹਤਰ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਦਵਾਈ ਇੱਕ ਨਾੜੀ ਵਿੱਚ ਇਨਫ਼ਿਊਜਨ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

### ਕੈਪੀਸੀਟਾਬਾਈਨ (Capecitabine) (Xeloda®)

ਕੈਪੀਸੀਟਾਬਾਈਨ (Capecitabine) ਨੂੰ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਦੋ ਵਾਰ ਟੈਬਲੇਟ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਦਵਾਈ ਨੂੰ ਸੋਖ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ 5-ਫਲੋਰੋਰਾਸਿਲ (Fluorouracil) (5FU) ਵਿੱਚ ਬਦਲ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸਨੂੰ ਅਕਸਰ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਦੇ ਨਾਲ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਨਾਲ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜਾਂ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਸਰੀਰ ਦੇ ਦੂਜੇ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਫੈਲ ਚੁੱਕੇ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਕੈਪੀਸੀਟਾਬਾਈਨ (Capecitabine) ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

### ਔਕਸਾਲੀਪਲਾਟਿਨ (Oxaliplatin) (Eloxatin®)

ਔਕਸਾਲੀਪਲਾਟਿਨ (Oxaliplatin) ਨੂੰ ਇੱਕ ਟੀਕੇ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਨਾੜੀ ਵਿੱਚ ਡ੍ਰਿਪ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਾਂ ਸਰੀਰ ਦੇ ਦੂਜੇ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਫੈਲ ਚੁੱਕੇ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਔਕਸਾਲੀਪਲਾਟਿਨ (Oxaliplatin) ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

## ਇਰੀਨੋਟੈਕਨ (Irinotecan) (Campto®)

ਇਰੀਨੋਟੈਕਨ (Irinotecan) ਨੂੰ ਇੱਕ ਟੀਕੇ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਨਾੜੀ ਵਿੱਚ ਡ੍ਰਿੱਪ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਦਵਾਈ, ਸਰੀਰ ਦੇ ਦੂਜੇ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਫੈਲ ਚੁੱਕੇ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਦੀ ਹੈ

## ਰਾਲਟੀਟਰੈਕਸਡ (Raltitrexed) (Tomudex®)

ਜੇ ਤੁਸੀਂ 5-ਫਲੋਰੋਰਾਸਿਲ (Fluorouracil) ਜਾਂ ਕੈਪੀਸੀਟਾਬਾਈਨ (Capecitabine) ਨਹੀਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਲਟਿਟ੍ਰੇਕਸਡ (Raltitrexed) ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸਨੂੰ ਇੱਕ ਟੀਕੇ ਜਾਂ ਨਾੜੀ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਡ੍ਰਿੱਪ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

## ਟ੍ਰਾਈਫਲੂਰੀਡੀਨ-ਟਿਪੀਰਾਸਿਲ ਹਾਈਡ੍ਰੋਕਲੋਰਾਈਡ (Trifluridine-tipiracil hydrochloride) (Lonsurf®)

ਟ੍ਰਾਈਫਲੂਰੀਡੀਨ-ਟਿਪੀਰਾਸਿਲ ਹਾਈਡ੍ਰੋਕਲੋਰਾਈਡ (Trifluridine-tipiracil hydrochloride) ਨੂੰ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਦੋ ਵਾਰ ਟੈਬਲੇਟ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਸਰੀਰ ਦੇ ਦੂਜੇ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਫੈਲ ਚੁੱਕੇ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

## ਫੋਲਿਨਿਕ ਐਸਿਡ (Folinic acid)

ਫੋਲਿਨਿਕ ਐਸਿਡ (Folinic acid) ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦਵਾਈ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਪਰ ਅਕਸਰ 5-ਫਲੋਰੋਰਾਸਿਲ (Fluorouracil) ਨਾਲ ਇਲਾਜ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਲਿਊਕੋਵੋਰਿਨ (Leucovorin) ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

**ਮੇਰੇ ਲਈ, ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਨਾਲ ਇਲਾਜ ਦਾ ਵਿਚਾਰ ਅਸਲ ਇਲਾਜ ਨਾਲੋਂ ਕਿਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਡਰਾਵਣਾ ਸੀ। ਇਹ ਕਿਸੇ ਅਣਜਾਣੇ ਰਾਹ ਉੱਤੇ ਜਾਣ ਜਿਹਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਕਦੇ-ਕਦੇ ਅਣਸੁਖਾਵੇਂ ਅਹਿਸਾਸਾਂ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ, ਮੇਰੇ ਮਾੜੇ ਅਸਰਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਬੰਧਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਮੈਨੂੰ ਹਰ ਚੱਕਰ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਕੁਝ ਦਿਨ ਮਤਲੀ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਈ ਪਰ ਮੈਂ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਕਦੇ ਬਿਮਾਰ ਨਹੀਂ ਹੋਈ ਸੀ, ਅਤੇ ਮੇਰੇ ਥੋੜ੍ਹੇ ਜਿਹੇ ਵਾਲ ਹੀ ਟੁੱਟੇ ਸਨ।**

**ਕੈਥਰੀਨ**

## ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਸੁਮੇਲ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕੋ ਸਮੇਂ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦਵਾਈਆਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਕੁਝ ਆਮ ਸੁਮੇਲਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

### FOLFOX:

- ਫੋਲਿਨਿਕ ਐਸਿਡ (Folinic acid)
- 5-ਫਲੋਰੋਰਾਸਿਲ (Fluorouracil)
- ਔਕਸਾਲੀਪਲਾਟਿਨ (Oxaliplatin)

### FOLFIRI

- ਫੋਲਿਨਿਕ ਐਸਿਡ (Folinic acid)
- 5-ਫਲੋਰੋਰਾਸਿਲ (Fluorouracil)
- ਇਰੀਨੋਟੈਕਨ (Irinotecan)

### FOLFOXIRI

- ਫੋਲਿਨਿਕ ਐਸਿਡ (Folinic acid)
- 5-ਫਲੋਰੋਰਾਸਿਲ (Fluorouracil)
- ਔਕਸਾਲੀਪਲਾਟਿਨ (Oxaliplatin)
- ਇਰੀਨੋਟੈਕਨ (Irinotecan)

### CAPOX ਜਾਂ XELOX

- ਕੈਪੀਸੀਟਾਬਾਈਨ (Capecitabine)
- ਔਕਸਾਲੀਪਲਾਟਿਨ (Oxaliplatin)

### XELIRI

- ਕੈਪੀਸੀਟਾਬਾਈਨ (Capecitabine)
- ਇਰੀਨੋਟੈਕਨ (Irinotecan)

## ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦੇ ਮਾੜੇ ਅਸਰ

ਹਰੇਕ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦਵਾਈ ਜਾਂ ਸੁਮੇਲ ਦੇ ਆਪਣੇ ਮਾੜੇ ਅਸਰ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਮਾੜੇ ਅਸਰਾਂ ਨੂੰ ਦਵਾਈਆਂ ਨਾਲ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਇੱਕੋ ਜਿਹੇ ਮਾੜੇ ਅਸਰ ਅਨੁਭਵ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਮਾੜੇ ਅਸਰਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਵੇਗੀ।

ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦੇ ਆਮ ਮਾੜੇ ਅਸਰਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਢਿੱਲਾ ਜਾਂ ਪਾਣੀ ਵਾਲਾ ਮਲ (ਦਸਤ)
- ਅੰਤੜੀ ਨੂੰ ਖਾਲੀ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ (ਕਬਜ਼)
- ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਮੂੰਹ ਸੁੱਕਣਾ
- ਸਵਾਦ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਅ ਆਉਣਾ
- ਭੁੱਖ ਨਾ ਲੱਗਣਾ
- ਬਿਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣਾ ਅਤੇ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣਾ (ਮਤਲੀ ਅਤੇ ਉਲਟੀ)
- ਵਜ਼ਨ ਘੱਟ ਹੋਣਾ
- ਲਾਗ ਲੱਗਣ ਦਾ ਜੋਖਮ ਵਧਣਾ
- ਥਕਾਨ

ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਨਵੇਂ ਮਾੜੇ ਅਸਰਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਰੰਤ ਦੱਸੋ। ਉਹ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕਰਨ ਜਾਂ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨਗੇ।

## ਲਾਗ ਦਾ ਜੋਖਮ

ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਨਾਲ ਨਿਊਟ੍ਰੋਫਿਲ ਨਾਂ ਦੇ ਚਿੱਟੇ ਖ਼ੂਨ ਸੈੱਲਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਕਮੀ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਇਹ ਸੈੱਲ ਲਾਗ ਨਾਲ ਲੜਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਸੈੱਲਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਘੱਟ ਹੋਣ ਨੂੰ ਨਿਊਟ੍ਰੋਪੀਨੀਆ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋ ਕੇ ਅਤੇ ਜ਼ੁਕਾਮ ਜਾਂ ਫਲੂ ਵਰਗੀ ਲਾਗ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਤੋਂ ਬਚ ਕੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਲਾਗ ਲੱਗਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਾਗ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਵੇਗੀ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਲਾਗ ਲੱਗ ਗਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

## ਖਾਸ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦਵਾਈਆਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਮਾੜੇ ਅਸਰ

### ਔਕਸਾਲੀਪਲਾਟਿਨ (Oxaliplatin)

ਔਕਸਾਲੀਪਲਾਟਿਨ (Oxaliplatin) ਅਕਸਰ ਹੱਥਾਂ ਅਤੇ ਪੈਰਾਂ ਵਿੱਚ ਨਸਾਂ 'ਤੇ ਅਸਰ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਝਰਨਾਹਟ ਜਾਂ ਸੁੰਨ ਹੋਣਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸਨੂੰ ਪੈਰੀਫਿਰਲ ਨਿਊਰੋਪੈਥੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਈ ਮਹੀਨਿਆਂ ਬਾਅਦ ਤੱਕ ਲੱਛਣ ਵਿਕਸਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਠੰਡ ਲੱਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਵਿਗੜ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਫਰਿੱਜ ਵਿੱਚੋਂ ਭੋਜਨ ਕੱਢਣ ਸਮੇਂ ਜਾਂ ਠੰਡੇ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋਣ ਸਮੇਂ। ਲੱਛਣ ਅਕਸਰ ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਪਰ ਕਈ ਵਾਰ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਬਣੇ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ।

**ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਔਕਸਾਲੀਪਲਾਟਿਨ (Oxaliplatin) ਲੈਂਦੀ ਸੀ ਤਾਂ ਮੈਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਦਸਤਾਨੇ ਰੱਖਦੀ ਸੀ ਅਤੇ ਠੰਡੇ ਮੌਸਮ ਦੌਰਾਨ ਝਰਨਾਹਟ/ਜਲਣ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਦੂਰ ਰੱਖਣ ਲਈ ਵਾਧੂ ਮੋਟੀਆਂ ਚੱਪਲਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਜੁਰਾਬਾਂ ਪਾਉਂਦੀ ਸੀ।**

**ਜੇਮਾ**

## 5-ਫਲੋਰੋਰਾਸਿਲ (Fluorouracil)

5-ਫਲੋਰੋਰਾਸਿਲ (Fluorouracil) ਦੀ ਤੇਜ਼ ਖੁਰਾਕ ਜਾਂ ਲੰਮਾ ਸਮਾਂ ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਹੱਥਾਂ ਅਤੇ ਪੈਰਾਂ 'ਤੇ ਚਮੜੀ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸਨੂੰ ਹੈਂਡ-ਫੁੱਟ ਸਿੰਡਰੋਮ ਜਾਂ ਪਾਮਰ-ਪਲਾਂਟਰ ਸਿੰਡਰੋਮ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

5-ਫਲੋਰੋਰਾਸਿਲ (Fluorouracil) (ਜਾਂ 5-ਫਲੋਰੋਰਾਸਿਲ (Fluorouracil)-ਅਧਾਰਤ ਦਵਾਈਆਂ) ਲੈਣਾ ਕਈ ਵਾਰ ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਦੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ 'ਤੇ ਅਸਰ ਪਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਦੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਟੈਸਟ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਸਮੇਂ ਦਿਲ ਦੀ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਨੂੰ ਦੱਸੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ 5-ਫਲੋਰੋਰਾਸਿਲ (Fluorouracil) ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ ਅਤੇ ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਜਾਂ ਜਕੜਨ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹਨਾਂ (ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ) ਨਾਲ ਤੁਰੰਤ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ DPD ਦੀ ਕਮੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਅਜਿਹਾ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਪਰ 5-ਫਲੋਰੋਰਾਸਿਲ (Fluorouracil) ਪ੍ਰਤੀ ਗੰਭੀਰ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆਵਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ DPD ਪੱਧਰਾਂ ਅਤੇ DPYD ਟੈਸਟਿੰਗ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ ਪੰਨਾ 33 'ਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

## ਕੈਪੀਸੀਟਾਬਾਈਨ (Capecitabine)

ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦਵਾਈ ਕੈਪੀਸੀਟਾਬਾਈਨ (Capecitabine) ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਹੱਥਾਂ ਅਤੇ ਪੈਰਾਂ 'ਤੇ ਚਮੜੀ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸਨੂੰ ਹੈਂਡ-ਫੁੱਟ ਸਿੰਡਰੋਮ ਜਾਂ ਪਾਮਰ-ਪਲਾਂਟਰ ਸਿੰਡਰੋਮ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਕੈਪੀਸੀਟਾਬਾਈਨ (Capecitabine) ਕਰਕੇ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਜਾਂ ਜਕੜਨ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਨਾਲ ਤੁਰੰਤ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ DPD ਦੀ ਕਮੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਅਜਿਹਾ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਪਰ ਕੈਪੀਸੀਟਾਬਾਈਨ (Capecitabine) ਪ੍ਰਤੀ ਗੰਭੀਰ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆਵਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ DPD ਪੱਧਰਾਂ ਅਤੇ DPYD ਟੈਸਟਿੰਗ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ ਪੰਨਾ 33 'ਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

## ਇਰੀਨੋਟੈਕਨ (Irinotecan)

ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਰੀਨੋਟੈਕਨ (Irinotecan) ਲੈਣ ਦੇ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸਨੂੰ 'ਐਕਿਊਟ ਕੋਲੀਨਰਜਿਕ ਸਿੰਡਰੋਮ' ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਢਿੱਲਾ ਜਾਂ ਪਾਣੀ ਵਾਲਾ ਮਲ, ਪੇਟ ਦਰਦ, ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਲਾਰ ਆਉਣਾ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਆਮ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪਸੀਨਾ ਆਉਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

## DPYD ਟੈਸਟ

ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕੈਪੀਸੀਟਾਬਾਈਨ (Capecitabine) ਜਾਂ 5-ਫਲੋਰੋਰਾਸਿਲ (Fluorouracil) (5FU) ਜਿਹੀਆਂ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਇੱਕ ਦੁਰਲੱਭ, ਪਰ ਗੰਭੀਰ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਇਹ ਜਾਨਲੇਵਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ DNA ਦੇ ਇੱਕ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਅ (ਮਿਉਟੇਸ਼ਨ), ਜਿਸਨੂੰ DPYD ਜੀਨ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, DPD ਨਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਵਿੱਚ ਕਮੀ ਆਉਣ ਜਾਂ ਖ਼ਤਮ ਹੋਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਕੈਪੀਸੀਟਾਬਾਈਨ (Capecitabine) ਜਾਂ 5-FU ਨੂੰ ਤੋੜਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਕਿਸੇ ਵਿੱਚ DPD ਦੀ ਕਮੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦਵਾਈਆਂ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਇਕੱਠੀਆਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਗੰਭੀਰ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ DPD ਦੀ ਕਮੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਦੀ ਘੱਟ ਖੁਰਾਕ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਕਿਸਮ ਦੀ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਲੈਣੀ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਕੈਪੀਸੀਟਾਬਾਈਨ (Capecitabine) ਜਾਂ 5-FU ਨਾਲ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਤੁਹਾਡਾ ਇੱਕ DPYD ਟੈਸਟ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਕਿਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ ਦਾ ਜੋਖਮ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਹੈ।

## ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਾੜੇ ਅਸਰਾਂ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਬੰਧਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨਗੇ। ਆਪਣੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਨੋਟ ਕਰਨਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਮਦਦਗਾਰ ਸਾਬਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਬਿਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਸਰੀਰਕ ਤਾਪਮਾਨ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਵੱਲੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰਨ ਲਈ 24 ਘੰਟੇ ਉਪਲਬਧ ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ ਮੰਗੋ।

# ਟੀਚਾਬੱਧ ਥੈਰੇਪੀ

**ਟੀਚਾਬੱਧ ਥੈਰੇਪੀ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਸੈੱਲਾਂ ਦੇ ਵਧਣ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਦੇ ਦੂਜੇ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਫੈਲ ਚੁੱਕੇ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਇਸਦੀ ਇੱਕਲੇ ਜਾਂ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਨਾਲ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।**

## ਟੀਚਾਬੱਧ ਥੈਰੇਪੀਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ

ਇੰਗਲੈਂਡ, ਸਕਾਟਲੈਂਡ ਅਤੇ ਵੇਲਜ਼ ਵਿੱਚ NHS ਜਾਂ ਉੱਤਰੀ ਆਇਰਲੈਂਡ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾ ਵਿਖੇ ਸਾਰੀਆਂ ਟੀਚਾਬੱਧ ਥੈਰੇਪੀਆਂ ਉਪਲਬਧ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਅਜਿਹਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਕਿਸਮ ਦੇ ਇਲਾਜ ਨਾਲ ਲਾਭ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨਗੇ। ਤੁਹਾਡੇ ਕੈਂਸਰ ਮਾਹਰ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਫੰਡਿੰਗ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਬਸ਼ਰਤੇ ਤੁਸੀਂ ਦੋਵੇਂ ਇਸ ਗੱਲ ਨਾਲ ਸਹਿਮਤ ਹੋਵੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਤੋਂ ਜ਼ਰੂਰ ਲਾਭ ਹੋਵੇਗਾ। ਇਹ ਇੱਕ ਮੁਸ਼ਕਲ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸਫਲ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।

## ਕਿਹੜੇ ਲੋਕ ਟੀਚਾਬੱਧ ਥੈਰੇਪੀਆਂ ਦਾ ਲਾਭ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ?

ਟੀਚਾਬੱਧ ਥੈਰੇਪੀਆਂ ਦਾ ਹਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਲਾਭ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਫੈਲ ਚੁੱਕਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਜੈਨੇਟਿਕ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਿਸਨੂੰ ਬਾਇਓਮਾਰਕਰ ਟੈਸਟ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਟੈਸਟ ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਜਿਹੀਆਂ ਕੋਈ ਟੀਚਾਬੱਧ ਥੈਰੇਪੀਆਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਲਾਭ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਟੈਸਟ ਤੁਹਾਡੇ ਕੈਂਸਰ ਸੈੱਲਾਂ ਵਿੱਚ ਖਾਸ ਤਬਦੀਲੀਆਂ (ਮਿਊਟੇਸ਼ਨ) ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕੀ ਬਾਇਓਮਾਰਕਰ ਟੈਸਟ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਢੁੱਕਵਾਂ ਰਹੇਗਾ ਜਾਂ ਨਹੀਂ, ਇਹ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

### RAS ਜੀਨ

RAS ਜੀਨ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਵਧਣ, ਜਿਉਂਦੇ ਰਹਿਣ ਅਤੇ ਕਈ ਗੁਣਾ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਕੈਂਸਰ ਵਿਚਲਾ ਜੀਨ ਆਮ RAS ਜੀਨ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸਨੂੰ RAS ਵਾਈਲਡ ਟਾਈਪ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਇਸ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਬਦਲਾਅ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਮਿਊਟੇਸ਼ਨ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸਨੂੰ ਮਿਊਟੇਟਡ RAS ਜੀਨ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਇਹ RAS ਵਾਈਲਡ ਟਾਈਪ ਜੀਨ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸੇਟੂਕਸੀਮੈਬ (Cetuximab) ਜਾਂ ਪੈਨੀਟੂਮੁਮੈਬ (Panitumumab) ਜਿਹੇ ਟੀਚਾਬੱਧ ਇਲਾਜ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

### BRAF ਜੀਨ

BRAF ਜੀਨ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਵਧਣ ਅਤੇ ਕਈ ਗੁਣਾ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਕੈਂਸਰ ਵਿਚਲਾ ਜੀਨ ਆਮ BRAF ਜੀਨ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸਨੂੰ BRAF ਵਾਈਲਡ ਟਾਈਪ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਇਸ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਮਿਊਟੇਸ਼ਨ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸਨੂੰ ਮਿਊਟੇਟਡ BRAF ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਮਿਊਟੇਸ਼ਨ ਨੂੰ BRAF V600E ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਇਹ ਵਾਈਲਡ ਟਾਈਪ BRAF ਜੀਨ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸੇਟੂਕਸੀਮੈਬ (Cetuximab) ਜਾਂ ਪੈਨੀਟੂਮੁਮੈਬ (Panitumumab) ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇ ਇਹ ਮਿਊਟੇਟਡ BRAF ਜੀਨ ਹੈ, ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਦਵਾਈਆਂ ਕੰਮ ਨਾ ਕਰਨ।

ਜੇ ਇਹ BRAF V600E ਮਿਊਟੇਸ਼ਨ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸੇਟੂਕਸੀਮੈਬ (Cetuximab) ਨਾਲ ਐਨਕੋਰਾਫੇਨਿਬ (Encorafenib) ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

## ਮਿਸਮੈਚ ਰਿਪੇਅਰ ਜੀਨਸ

ਕੁਝ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਜੀਨਾਂ ਵਿੱਚ ਮਿਊਟੇਸ਼ਨ ਕਾਰਨ ਵਿਕਸਤ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜੋ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ DNA ਦੀ ਮੁਰੰਮਤ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਿਸਨੂੰ ਮਿਸਮੈਚ ਰਿਪੇਅਰ ਜੀਨ (MMR) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਲਿੰਚ ਸਿੰਡਰੋਮ ਦੀ ਜੈਨੇਟਿਕ ਸਥਿਤੀ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰਾਂ ਵਿੱਚ ਅਕਸਰ ਮਿਊਟੇਟਡ ਜੀਨਾਂ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਇਸਨੂੰ ਕਮੀ ਵਾਲੀ ਮਿਸਮੈਚ ਰਿਪੇਅਰ (dMMR) ਜਾਂ MSI-High ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਤੁਸੀਂ **ਲਿੰਚ ਸਿੰਡਰੋਮ** ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਡੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ‘ਤੇ ਜਾਕੇ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜੇ ਇਸ ਕਿਸਮ ਦਾ ਮਿਊਟੇਸ਼ਨ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਮਯੂਨੋਥੈਰੇਪੀ ਦਵਾਈਆਂ ਨਿਵੋਲੁਮੈਬ (Nivolumab) ਅਤੇ ਇਪਿਲਿਮੁਮੈਬ (Ipilimumab) ਇੱਕਠੀਆਂ, ਜਾਂ ਪੈਮਬ੍ਰੋਲੀਜ਼ੁਮੈਬ (Pembrolizumab) ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

## ਟੀਚਾਬੱਧ ਥੈਰੇਪੀਆਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਟੀਚਾਬੱਧ ਥੈਰੇਪੀਆਂ ਨਾੜੀ ਵਿੱਚ ਇਨਫ੍ਰਿਊਜਨ ਜਾਂ ਡ੍ਰਿੱਪ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ, ਜਾਂ ਇੱਕ ਟੈਬਲੇਟ (ਮੂੰਹ ਰਾਹੀਂ) ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ।

ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਟੀਚਾਬੱਧ ਥੈਰੇਪੀ ਦਵਾਈਆਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਸੇਟੂਕਸੀਮੈਬ (Cetuximab) (Erbitux®)
- ਪੈਨੀਟੂਮੁਮੈਬ (Panitumumab) (Vectibix®)
- ਬੇਵਾਸੀਜ਼ੁਮੈਬ (Bevacizumab) (Avastin®)
- ਅਫਲੀਬਰਸੈਪਟ (Aflibercept) (Zaltrap®)
- ਐਨਕੋਰਾਫੇਨਿਬ (Encorafenib) (BRAFTOVI®)
- ਰੈਗੋਰਾਫੇਨਿਬ (Regorafenib) (Stivarga®)
- ਰਾਮੂਸੀਰੁਮੈਬ (Ramucirumab) (Cyramza®)

ਸੇਟੂਕਸੀਮੈਬ (Cetuximab), ਪੈਨੀਟੂਮੁਮੈਬ (Panitumumab), ਐਨਕੋਰਾਫੇਨਿਬ (Encorafenib) ਅਤੇ ਰਾਮੂਸੀਰੁਮੈਬ (Ramucirumab) ਕੈਂਸਰ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਵਧਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸੁਨੇਹਿਆਂ ਜਾਂ ਅਣੂਆਂ ਨੂੰ ਰੋਕ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਬੇਵਾਸੀਜ਼ੁਮੈਬ (Bevacizumab), ਅਫਲੀਬਰਸੈਪਟ (Aflibercept) ਅਤੇ ਰੈਗੋਰਾਫੇਨਿਬ (Regorafenib) ਕੈਂਸਰਾਂ ਦੇ ਆਪਣੀ ਖੂਨ ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਵਿੱਚ ਵਿਘਨ ਪਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।

## ਇਮਯੂਨੋਥੈਰੇਪੀ

ਇਮਯੂਨੋਥੈਰੇਪੀ ਇੱਕ ਕਿਸਮ ਦਾ ਟੀਚਾਬੱਧ ਇਲਾਜ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਆਪਣੀ ਪ੍ਰਤੀਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਨਸ਼ਟ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀਆਂ ਇਮਯੂਨੋਥੈਰੇਪੀ ਦਵਾਈਆਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਨਿਵੋਲੁਮੈਬ (Nivolumab) (Opdivo®)
- ਪੈਮਬ੍ਰੋਲੀਜ਼ੁਮੈਬ (Pembrolizumab) (Keytruda®)
- ਇਪਿਲਿਮੁਮੈਬ (Ipilimumab) (Yervoy®)

### ਯਾਦ ਰੱਖੋ

ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਇਲਾਜਾਂ ਨੂੰ ਇੰਗਲੈਂਡ, ਸਕਾਟਲੈਂਡ ਅਤੇ ਵੇਲਜ਼ ਵਿੱਚ NHS ਜਾਂ ਉੱਤਰੀ ਆਇਰਲੈਂਡ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾ ਵਿੱਚ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਨਹੀਂ, ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਤੁਸੀਂ ਟੀਚਾਬੱਧ ਥੈਰੇਪੀ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ **bowelcanceruk.org.uk/advancedbowelcancer** 'ਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ

# ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ

**ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਮੁੱਖ ਇਲਾਜ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਬਦਲਾਵਾਂ ਨੂੰ ਅਪਨਾਉਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਡਾ ਧਿਆਨ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ, ਆਪਣੇ ਆਤਮਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਥਿਤੀ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਵਾਂਗ ਸਮਝਣ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਲੱਗ ਜਾਵੇਗਾ।**

ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਕੋਲ ਆਮ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਮਾੜੇ ਅਸਰਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਨ ਦਾ ਹੌਂਸਲਾ ਨਹੀਂ ਰਿਹਾ। ਪਰ ਅਜਿਹੀਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਲਈ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਹੋਰ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਲਈ ਆਪਣੇ ਜੀ.ਪੀ. ਜਾਂ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

## ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ

ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਹੋਰ ਵੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਉਪਲਬਧ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਲਾਭਦਾਇਕ ਸਿੱਧ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਪੰਨਾ 41 ’ਤੇ ਜਾ ਕੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

## ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ

ਇਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਮੁਤਾਬਕ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ, ਮੁਤਾਬਕ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗਣ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੱਕ, ਆਪਣੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਸਰਗਰਮ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ ਵਿੱਚ ਇੱਥੇ ਸੂਚੀਬੱਧ ਸਹਾਇਤਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

## ਸਮੁੱਚੀ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ

ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਵਿਹਾਰਕ, ਸਰੀਰਕ, ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਜਾਂ ਅਧਿਆਤਮਿਕ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਸਥਾਨਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਕੋਲ ਭੇਜ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਮੁਲਾਂਕਣ ਸੇਵਾ ਤੁਹਾਡੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਾਹਰ ਨਰਸ ਤੋਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

## ਇਲਾਜ ਸਮਾਪਤੀ ਸੰਖੇਪ

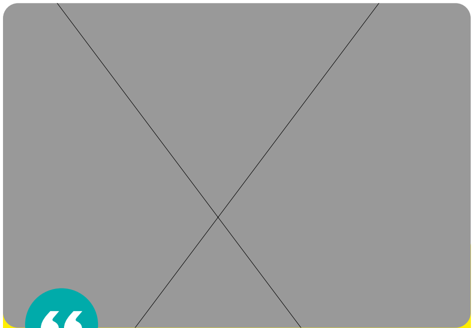
ਇਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਿਲੇ ਇਲਾਜ, ਸੰਭਾਵੀ ਮਾੜੇ ਅਸਰਾਂ ਅਤੇ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਦੇ ਸੰਬੰਧ ਵਿੱਚ ਕਿਸ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੀਆਂ ਕਾਪੀਆਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਜੀ.ਪੀ. ਨੂੰ ਭੇਜੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

## ਮੁੱਖ ਦੇਖਭਾਲ ਕੈਂਸਰ ਦੇਖਭਾਲ ਸਮੀਖਿਆ

ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਆਪਣੇ ਜੀ.ਪੀ. ਜਾਂ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਨਰਸ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਵੀ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਜਾਂ ਸਵਾਲਾਂ 'ਤੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨ ਦਾ ਮੌਕਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਨਾਲ ਅਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਉਪਯੋਗੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਂਝੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

## ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ

ਕੁਝ ਹਸਪਤਾਲ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ, ਵਿੱਤੀ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਕੰਮ 'ਤੇ ਵਾਪਸੀ ਬਾਰੇ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਲਬਧ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਜੀਵਨਸ਼ੈਲੀ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਅ ਲਿਆਉਣ ਵਿੱਚ ਵੀ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।



**“ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮੈਂ ਪੋਸ਼ਣ ਮਾਹਿਰਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਫਿਜ਼ੀਓ ਹਫ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਦੋ ਵਾਰ ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਆਉਂਦੇ ਸੀ, ਜੋ ਮੈਨੂੰ ਸਰਗਰਮ ਰਹਿਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਬਾਗ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਨਵਾਂ ਕਰਨ ਲਈ ਦ੍ਰਿੜ ਸੀ। ਆਪਣੀਆਂ ਕਸਰਤਾਂ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਮੈਂ ਯੋਜਨਾਬੱਧ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਪਹਿਲਾਂ ਵ੍ਹੀਲਚੇਅਰ ਨੂੰ ਛੱਡ ਦਿੱਤਾ ਸੀ। ਹੁਣ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਬਾਗ ਵਿੱਚ ਵਾਪਸ ਆ ਗਿਆ ਹਾਂ ਅਤੇ ਆਪਣਾ ਪਸੰਦੀਦਾ ਕੰਮ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹਾਂ, ਅਤੇ ਹੋਰ ਵੀ ਬਹੁਤ ਕੁਝ।”**

**ਫਿਲ**

### ਹੋਰ ਜਾਣੋ

ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ **bowelcanceruk.org.uk** ‘ਤੇ ਜਾਕੇ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਬਣੇ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਮਾੜੇ ਅਸਰਾਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ

# ਫਾਲੋ-ਅੱਪ

**ਤੁਹਾਡਾ ਮੁੱਖ ਇਲਾਜ ਪੂਰਾ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਫਾਲੋ-ਅੱਪ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਅਤੇ ਟੈਸਟ ਹੋਣਗੇ। ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਦੌਰਾਨ, ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਠੀਕ ਹੋਣ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਲੋੜੀਂਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਬੇਨਤੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।**

ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਫਾਲੋ-ਅੱਪ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ ਨਿਰਧਾਰਤ/ਤਿਆਰ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ। ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਟੈਲੀਫੋਨ 'ਤੇ ਜਾਂ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਨਿਯਮਤ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਹਸਪਤਾਲ ਰੁਟੀਨ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਬੰਦ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸਦੀ ਬਜਾਏ ਫਾਲੋ-ਅੱਪ ਦੀ ਪੂਰੀ ਜ਼ਿੰਮੇਦਾਰੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੇ ਰਹੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਲੋੜ ਮੁਤਾਬਕ ਮੁਲਾਕਾਤ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ, ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਲੈਕੇ ਚਿੰਤਤ ਹੋ। ਇਸਨੂੰ ਮਰੀਜ਼-ਅਗਵਾਈ ਵਾਲਾ ਜਾਂ ਸਵੈ-ਪ੍ਰਬੰਧਿਤ ਫਾਲੋ-ਅੱਪ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਚਿੰਤਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ 'ਕਿਸ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਹੈ' ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣਗੇ।

## ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਆਪਣੀ ਫਾਲੋ-ਅੱਪ ਮੁਲਾਕਾਤ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਵਾਲਾਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਨੂੰ ਪੁੱਛਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਕੇ ਸਾਡੇ ਨਮੂਨਾ ਸਵਾਲ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਕੈਂਸਰ ਫਿਰ ਹੋਣ ਜਾਂ ਵਧਣ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸੰਕੇਤ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ, ਤੁਹਾਡੇ ਨਿਯਮਤ ਟੈਸਟ ਕੀਤੇ ਜਾਣਗੇ। ਇਹਨਾਂ ਟੈਸਟਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- CEA (ਕਾਰਸੀਨੋਐਂਬ੍ਰਾਇਓਨਿਕ ਐਂਟੀਜੇਨ) ਨਾਂ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਖੂਨ ਦੀ ਜਾਂਚ
- CT ਜਾਂ MRI ਸਕੈਨ
- ਸਰੀਰਕ ਜਾਂਚ
- ਕੋਲੋਨੋਸਕੋਪੀ ਜਾਂ ਲਚਕਦਾਰ ਸਿਗਮੋਇਡੋਸਕੋਪੀ

ਇਲਾਜ ਪੂਰਾ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਡੇ ਲਗਭਗ ਤਿੰਨ ਸਾਲਾਂ ਲਈ ਫਾਲੋ-ਅੱਪ ਟੈਸਟ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਕੈਂਸਰ ਫੈਲ ਚੁੱਕਿਆ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਹੋਰ ਟੈਸਟ ਕੀਤੇ ਜਾਣਗੇ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਬਿਹਤਰ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ।

# ਹੋਰ ਉਪਯੋਗੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ

## ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇਹ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਮਦਦਗਾਰ ਸਾਬਤ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ

### Colostomy UK

**W** colostomyuk.org

**T** 0800 328 4257

ਇੱਥੇ ਕੋਲੋਸਟੋਮੀ ਕਰਵਾ ਚੁੱਕੇ ਜਾਂ ਕਰਵਾਉਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾ, ਭਰੋਸਾ ਅਤੇ ਵਿਹਾਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

### Cancer Research UK

**W** cancerresearchuk.org

**T** 0808 800 4040

ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ। ਤੁਸੀਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹੈਲਪਲਾਈਨ 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰਕੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਨਰਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

### IA (Ileostomy and Internal Pouch Association)

**W** iasupport.org

**T** 0800 018 4724

ਇਲੀਓਸਟੋਮੀ ਅਤੇ ਅੰਦਰੂਨੀ ਪਾਊਚਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਵੱਲੋਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਚਲਾਏ ਜਾਂਦੇ ਸਹਾਇਤਾ ਸਮੂਹਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਨੈੱਟਵਰਕ।

### Macmillan Cancer Support

**W** macmillan.org.uk

**T** 0808 808 0000

ਇੱਥੇ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਖੁਰਾਕ ਅਤੇ ਗੈਸਿਪੀ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

### National Institute for Health and Care Excellence (NICE)

**W** nice.org.uk

ਇੱਥੇ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਦੇਖਭਾਲ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਕੋਲੋਰੈਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ/ਲੱਗਣ ਸੰਬੰਧੀ ਅਤੇ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ।

### Pelvic Radiation Disease Association

**W** prda.org.uk

ਪੇਲਵਿਕ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ, ਜੋ ਕਿ ਪੇਲਵਿਕ ਰੇਡੀਓਥੈਰੇਪੀ ਦਾ ਇੱਕ ਸੰਭਾਵੀ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਦਾ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

# ਹੋਰ ਸਹਾਇਤਾ

## ਔਨਲਾਈਨ ਭਾਈਚਾਰੇ

ਤੁਸੀਂ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਪੀੜ੍ਹਤ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਸਾਡੇ ਫੋਰਮ ਅਤੇ Facebook ਸਮੂਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਲਈ **bowelcanceruk.org.uk/onlinecommunities** ’ਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ

## ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ

ਅਸੀਂ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਪੀੜ੍ਹਤ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਹਰ ਕਿਸਮ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਤੁਸੀਂ **bowelcanceruk.org.uk/ourpublications** ’ਤੇ ਜਾ ਕੇ ਸਾਡੇ ਮੁਫ਼ਤ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਆਰਡਰ ਜਾਂ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

## ਵੈੱਬਸਾਈਟ

ਤੁਸੀਂ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ, ਲੱਛਣ, ਜੋਖਮ ਕਾਰਕ, ਮੁੱਢਲੀ-ਜਾਂਚ, ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗਣ/ਲਗਾਉਣ, ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਬਿਮਾਰੀ ਨਾਲ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਸੰਬੰਧੀ ਹਰ ਕਿਸਮ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ ਸਾਡੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ **bowelcanceruk.org.uk** ’ਤੇ ਜਾਓ

## ਨਰਸ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਸੰਬੰਧੀ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੀਆਂ ਨਰਸਾਂ ਨੂੰ **bowelcanceruk.org.uk/nurse** ’ਤੇ ਜਾਕੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

## ਸਹਾਇਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਪੀੜ੍ਹਤ ਲੋਕਾਂ, ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਦੋਸਤਾਂ ਲਈ ਸਾਡੇ ਸਹਾਇਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਵਿਖੇ ਮਾਹਰਾਂ ਤੋਂ ਬਿਮਾਰੀ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ **bowelcanceruk.org.uk/supportevents** ’ਤੇ ਜਾਓ

# ਨੋਟਸ

# ਨੋਟਸ

Bowel Cancer UK
Beating bowel cancer together

Bowel Cancer UK, ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਯੂ.ਕੇ. ਦੀ ਇੱਕ ਮੋਹਰੀ ਚੈਰਿਟੀ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਜਾਨ ਬਚਾਉਣ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਦ੍ਰਿੜ ਹਾਂ।

ਅਸੀਂ ਟੀਚਾਬੱਧ ਖੋਜ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਫੰਡ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ, ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਮਾਹਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ, ਜਨਤਾ ਅਤੇ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਨੂੰ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਜਲਦੀ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਅਤੇ ਬਿਹਤਰ ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਲਈ ਮੁਹਿੰਮ ਚਲਾਉਂਦੇ ਹਾਂ।

**ਦਾਨ ਕਰਨ ਜਾਂ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ bowelcanceruk.org.uk ’ਤੇ ਜਾਓ**

/bowelcanceruk

@bowelcanceruk

Trusted Information Creator
*Patient Information Forum*

ਜੇ ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬਾਰੇ ਤੁਸੀਂ ਕੁਝ ਕਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇੱਥੇ ਜਾਕੇ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:
feedback@bowelcanceruk.org.uk

ਰਜਿਸਟਰਡ ਚੈਰਿਟੀ ਨੰਬਰ 1071038 (ਇੰਗਲੈਂਡ ਅਤੇ ਵੇਲਜ਼) ਅਤੇ SC040914 (ਸਕਾਟਲੈਂਡ)
ਸੰਸਕਰਣ 10.1. ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਸਮੇਂ ਉਪਲਬਧ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਹੀ ਸੀ। ਸਿਤੰਬਰ 2023. ਸਮੀਖਿਆ ਹੋਣੀ ਹੈ। ਸਿਤੰਬਰ 2026.